

Каменное масло

в лечении бесплодия
и злокачественных опухолей

Мария ПОЛЕВАЯ



КЛАДОВЫЕ
ПРИРОДЫ

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	7
<i>Глава 1</i>	
«СЛЕЗЫ ГОР»	10
<i>Глава 2</i>	
КАМЕННОЕ МАСЛО И МУМИЕ: ДВА ВЕЩЕСТВА ИЛИ ОДНО? ..	13
Мумие	14
Каменное масло	17
<i>Глава 3</i>	
ТАБЛИЦА МЕНДЕЛЕЕВА И КАМЕННОЕ МАСЛО	19
Экспериментально доказано... ..	19
Жить оставалось не больше года... ..	23
<i>Глава 4</i>	
КАМЕННОЕ МАСЛО В МЕДИЦИНЕ	26
Две «медицины»	26
Каменное масло в фармакологии: «Геомалин» ..	28
<i>Глава 5</i>	
УЧИМСЯ ЛЕЧИТЬСЯ КАМЕННЫМ МАСЛОМ	31
Три правила успешного лечения	31
Очистка каменного масла	33
Как и когда следует применять каменное масло ..	35
<i>Глава 6</i>	
ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА КАМЕННОГО МАСЛА И... ..	38
Онкологические заболевания	38
Болезни желудочно-кишечного тракта	42
Гастрит	43
Язва желудка и двенадцатиперстной кишки ..	45

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Диарея</i>	47
<i>Запор</i>	50
<i>Геморрой</i>	52
Заболевания дыхательных путей	52
<i>Бронхиальная астма</i>	53
<i>Туберкулез легких</i>	54
Женские болезни	59
<i>Эрозия шейки матки</i>	60
<i>Эндометриоз</i>	64
<i>Миома</i>	68
<i>Бесплодие</i>	72
<i>Мастопатия</i>	75
Цистит	81
Простатит	85
Сахарный диабет	90
Эпилепсия	92
<i>Глава 7</i>	
ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ КАМЕННОГО МАСЛА	96
Головные боли	96
Боли в суставах	97
Кровоточивость десен	98
Поражения кожи	99
<i>Глава 8</i>	
КАМЕННОЕ МАСЛО В КОСМЕТОЛОГИИ	103
Каменное масло и здоровье кожи	103
<i>Сухая и увядающая кожа</i>	105
<i>Жирная кожа</i>	106
<i>Комбинированная кожа</i>	108
Уход за волосами	109
Уход за бровями и ресницами	111
<i>Глава 9</i>	
ЧТОБЫ ЛЕЧЕНИЕ БЫЛО УСПЕШНЫМ	113
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	116

ВВЕДЕНИЕ

В последние десятилетия нетрадиционная медицина вызывает все больший интерес и уважение не только у обычных граждан, но и у практикующих врачей. И это не просто модное поветрие. Медики уже давно признали, что многовековой опыт народа оказывает неоценимую помощь в излечении недугов — особенно тогда, когда звучит нередкая в наши дни фраза: «Медицина здесь бессильна».

Знание законов природы, ее тайн позволяет создавать новые лекарства и разрабатывать все более эффективные методы лечения болезней. Кроме того, ни для кого уже не секрет, что химические препараты, которые широко используются в традиционной медицине, имеют широкий спектр побочных действий. Прием таких лекарств негативно отражается на функционировании всех органов, особенно на работе желудочно-кишечного тракта. Не случайно все более популярными становятся нетрадиционные методы лечения — фитотерапия, иглоукалывание, мануальная терапия и

многие другие. Результат после применения этих методов ощущается не сразу, но можно быть уверенным: такое лечение всегда безвредно, эффективно, оно имеет более продолжительное действие, чем использование химических препаратов, и всегда оказывает общее оздоровительное влияние на организм.

Из предыдущих книг, выпущенных в серии «Кладовые природы» ИГ «Весь», вы уже могли узнать о многих уникальных препаратах народной медицины. В этот раз мы поговорим о *каменном масле*, целебные свойства которого можно без всякого преувеличения назвать чудодейственными.

Мудрые китайские и тибетские врачи издавна использовали целебные свойства каменного масла. Это знание дошло и до наших дней. Каменное масло — прекрасное средство, помогающее при лечении болезней желудочно-кишечного тракта, гинекологических заболеваний, бесплодия, воспаления предстательной железы. Есть факты, подтверждающие, что оно активно повышает потенцию. Имеется множество случаев излечения онкологических заболеваний мочевого пузыря, кишечника при помощи каменного масла. Оно повышает иммунитет, помогает при ожогах, переломах и травмах. Лечебные свойства каменного масла действительно трудно переоценить, и вы сами поймете почему, прочитав эту книгу!

Биологи, а вслед за ними и врачи, когда-то скептически воспринимавшие естественные методы лечения, в настоящее время признают целебные свойства каменного масла, и на его основе разрабатывают лекарственные препараты. Например, казахские ученые запатентовали препарат «Геомалин» (в основе

которого лежит каменное масло), который помогает при болезнях желудочно-кишечного тракта и используется в профилактике и лечении онкозаболеваний.

Каменное масло — не только лекарственный препарат, который эффективно борется с различными воспалениями и опухолями. Оно также зарекомендовало себя как профилактическое средство с выраженными адаптогенными свойствами, повышающее защитные силы организма.

Об этом уникальном даре природы я расскажу вам в данной книге: вы узнаете, от каких именно недугов помогает каменное масло, и как его можно применять в домашних условиях.

Но для начала обратимся к истории: выясним, что это вообще такое — каменное масло, и как давно люди используют это чудодейственное средство.



КАМЕННОЕ МАСЛО ЗАБАЙКАЛЬЯ

**Холодная очистка
Напрямую от добытчиков**

www.k-maslo.ru
[+7 965 339-04-69](tel:+79653390469)
zakaz@k-maslo.ru

«СЛЕЗЫ ГОР»

На заре времен великаны и боги поспорили о том, кому должна принадлежать земля. В произошедшей битве победили боги, и обратили тогда они великанов в горные вершины. С тех пор плачут окаменевшие исполины. Не многим удастся отыскать их «слезы» в горах, но тот, кто находит, становится самым сильным и здоровым человеком на свете...

Подобные легенды встречаются у многих народов мира.

Какое же вещество стоит за поэтическим определением «слезы гор»? В Древнем Египте его именовали «иллирийской смолой»; в Монголии и Тибете — «бракшун», что означает «сок скалы»; в Бирме — «чао-туи», в переводе — «кровь горы». А в Сибири загадочные «слезы гор» называют *каменным маслом*.

«Нужно долго ходить по мукам, чтобы милосердие стало смыслом жизни», — говорили в Древнем Китае скалолазы, которые собирали каменное масло. Несмотря на трудность и опасность своей

профессии, они почитали за честь довольствоваться малым, чтобы избавлять страждущих от телесных мук. При императорском дворе впоследствии появились целые торговые структуры, которые скупали у скалолазов-собирателей каменное масло. Оно оседало в императорской казне, поскольку оценивали его тогда: 1 г чистого золота высшей пробы за 1 г бракшуна. И такая цена никому не казалась чрезмерно высокой, потому что древние знали: это уникальное вещество не только избавляет от различных болезней, но и продлевает жизнь.

«„Вечный“ миф об эликсире молодости», — скептически улыбнетесь вы. Возможно. Но ведь недаром китайских императоров называли «бессмертнейшими». Согласно многочисленным преданиям, придворные мудрецы постоянно находились в поисках эликсира молодости. И нашли, о чем гласят те же легенды. В ходе изучения древних архивов было выявлено (и достоверность этого факта доказала современная наука), что основой «мифического» рецепта являлось именно каменное масло. Не случайно члены императорской династии, приравняв каменное масло к благородному металлу, под страхом смерти запретили простолюдинам применять его в качестве лекарства: эликсиром молодости могли воспользоваться только избранные.

Во все времена вокруг каменного масла кипело много страстей. Люди всегда мечтали о том, чтобы найти средство, способное не просто избавить их от болезней, но сохранить молодость и продлить земной век. И во многих уголках земли люди верили, что таким средством является каменное масло.

Глава 1

Перед удивительным веществом люди преклонялись и в средние века. Алхимики также считали самое дорогое и уникальное лекарство, о котором с благоговением говорили древние мудрецы, главным компонентом «эликсира бессмертия». Кстати, каменное масло, по мнению египтолога Петера Элебрахта, стало первопричиной разграбления египетских пирамид.

В России первые упоминания о каменном масле относятся к XVIII веку: еще в 1777 году Петр I издал Указ о том, чтобы для пополнения государственных аптек из Сибири доставляли лекарственные травы и каменное масло...

Думаю, не стоит всерьез уповать на то, что «слезы гор» способны подарить бессмертие. Но в том, что правильное использование каменного масла не только избавит от недугов, но и укрепит весь организм, и, тем самым, поможет надолго сохранить молодость, — можно не сомневаться.

Что же такое каменное масло, как оно образуется, где можно найти это вещество, как оно выглядит? Вопросов много, несмотря на множество легенд и неопровержимые доказательства, представленные наукой. Мифы — мифами, но мы-то с вами — современные люди, привыкшие больше доверять фактам, чем легендам и преданиям. Так что попробуем разобраться в этом вопросе, призвав на помощь все имеющиеся источники информации.

КАМЕННОЕ МАСЛО И МУМИЕ: ДВА ВЕЩЕСТВА ИЛИ ОДНО?

В горных пещерах и расселинах скал кроются драгоценные клады. Множество искателей покоряют вершины, а затем спускаются в глубь пещер, чтобы найти их... Если вы думаете, что речь идет о золотых и серебряных монетах, то вы ошибаетесь: я говорю о ценнейшем лекарственном сырье — каменном масле и, конечно, мумие. Спросите, при чем тут мумие?

Дело в том, что, рассказывая о каменном масле, нельзя оставить в стороне второе вещество. Очень многие путают их. Это происходит по всей видимости из-за того, что и каменное масло, и мумие являются сложными минерально-органическими соединениями естественного происхождения, и различить их действительно довольно трудно.

И то, и другое добывают в горах, издавна используют в лечебных целях, и когда-то мумие называли «каменным» или «горным» маслом, а каменное масло — «белым мумие». До сих некоторые люди уверены, что каменное масло — это и

есть мумие. Чтобы у нас с вами не было такой путаницы, поговорим отдельно о мумие и о каменном масле.

Мумие

Самые богатые месторождения мумие находятся в горах Средней Азии и Кавказа. Существует много версий происхождения этого целебного вещества, но в каждой из них есть некоторые изъяны. Вот что сообщает биолог Л. Рыбченко в газете «Дальневосточный ученый» (№ 27 за 1991 год): «Что же все-таки такое — мумие? Это — *минеральное органическое* вещество, образующееся в местах разломов земной коры. Его происхождение напрямую связано с мантией Земли, и в старину мумие часто называли „горным маслом“».

Вроде бы все ясно и лаконично сказано, но при этом остается невыясненным вопрос: как определить, какое горное образование является мумие, а какое — нет. К тому же опять непонятно: как отличить каменное масло от мумие?

Развести эти два уникальных средства нам поможет знание о том, где их добывают и что входит в их состав.

Многие ученые утверждают, что все виды мумие имеют органическое происхождение, а материалом для его образования служат почвенные микроорганизмы, простейшие животные, растения, микроэлементы. Настоящее целебное мумие обнаруживается в горах, где в большом количестве встречаются известняковые отложения, в пещерах, гротах, — одним словом, там, куда не проникают

атмосферные и талые воды. Считается, что мумие образуется на высоте 2000 м над уровнем моря.

При поисках этого вещества предпочтение отдается южным, юго-западным или юго-восточным горным склонам. Еще одно условие образования высококачественного мумие — произрастание на склонах арчи, местного вида тутовника. В пещерах мумие встречается в виде натеков на камнях, сосулек; иногда мумие покрывает свод пещеры, наподобие блестящей черной глазури.

Когда попадаешь в пещеру, где есть мумие, сразу обращаешь внимание на специфический запах, который трудно спутать с чем-нибудь другим. Но самым удобным местом для добычи мумие является скопление (прошу простить за натурализм!) помета местных грызунов-пищух. Сам по себе помет — пересушенный в пористую невесомую массу — к мумие никакого отношения не имеет, но во время своего образования густой раствор мумие, вытекая из породы, впитывается, как в губку, в шарики помета и, окончательно потеряв влагу, застывает на вечные времена. Такие шарики, содержащие мумие, легко распознаются по внешнему виду и по весу; их часто можно встретить на отвесной скале, под скальным карнизом.

Известно, что основное условие длительного хранения мумие в природе — сухой горный климат. Для таких мест характерны недостаток кислорода, повышенная ультрафиолетовая радиация, резкие колебания суточных температур. Это способствует мумификации, полимеризации и длительной сохранности органического вещества. Возраст самого старого из найденных мумие, определенный радиоуглеродным методом, — 15 тысяч лет.

Видимо, поэтому и цена мумие на мировом рынке фантастическая — около 9 долларов за 1 г.

Чем же так полезно мумие, в чем его целебная сила?

Любые виды этого вещества являются мощными биостимуляторами. 5–10%-е растворы мумие обладают четко выраженным антибактериальным действием и особенно активны в отношении стафилококков. Это вещество нетоксично, не канцерогенно. Оно улучшает состав крови, широко используется в лечении сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваний, а также в онкологии.

Считается, что терапевтический эффект мумие определяется ауксинами, ингибиторами, хлорофиллом, а также белками, стероидами и жирными кислотами. Мумие также содержит липиды, восковые и бальзамические вещества, алкалоиды, аминокислоты, эфирные масла, витамины группы В. Действие мумие связано с растворимыми в воде низкомолекулярными органическими соединениями, носителями физиологически важных компонентов — калия, кальция, магния.

Мумие помогает излечиться от болезней, связанных с воспалительными процессами (ангина, язва, кожные заболевания), используется как противоядие при отравлениях, а при смешении с медом усиливает половую функцию...

Несмотря на все полезные свойства этого средства, следует строго соблюдать правила применения мумие, поскольку неверная дозировка может привести к печальным последствиям. В предыдущих своих книгах, посвященных нетрадиционным методам лечения, я всегда обращала ваше внима-

ние на то, что принцип «чем больше, тем лучше» не подходит для тех, кто решил использовать природные средства для излечения своего организма. Например, доза мумие, равная 600 мг/кг, принятая за один раз, является смертельной.

Каменное масло

В отличие от органического мумие, каменное масло является минеральным веществом. Оно имеет беловато-желтый цвет и образуется при *выщелачивании* горных пород. Оно встречается в расщелинах скал на Саянах, на Хамар-Дабане и в других горных районах Сибири.

Каменное масло представляет собой естественные квасцы, содержащие значительное количество примесей растворимых солей тех горных пород, на которых произошло образование целебного вещества.

В современных медицинских справочниках бракшун, или каменное масло, называют *продуктом вторичного выщелачивания определенных горных пород*, имеющим в своем составе до 49 необходимых для человеческого организма макро- и микроэлементов. Все они участвуют в процессе активного восстановления утраченных или сниженных функций жизнедеятельности.

Каменное масло, в зависимости от места образования, может отличаться по своему составу. Основная масса каменного масла — естественные алюмо-калиевые квасцы. Часто в нем содержится сульфат магния. Кроме того, в каменном масле присутствует множество микроэлементов. Это гор-

Глава 2

ное лекарство легко растворимо в воде, при этом в других жидкостях растворяется значительно хуже. Подробнее о составе «слез гор» я расскажу в следующей главе.

Сбор каменного масла заключается в соскабливании целебного вещества с горных пород, поэтому часто в лекарстве оказываются кусочки камней, известняка и других пород. Поэтому собранный продукт в обязательном порядке нуждается в очистке (о том, как это следует делать, мы поговорим чуть позже).

Наросты каменного масла через год или два вновь образуются на прежнем месте, поэтому, вероятно, можно «культивировать» это вещество, создав, например, искусственные горные карнизы. Кстати, дикие животные и птицы с огромным удовольствием едят каменное масло.

ТАБЛИЦА МЕНДЕЛЕЕВА И КАМЕННОЕ МАСЛО

Экспериментально доказано...

При чем здесь таблица Менделеева? Дело в том, что еще в конце 80-х годов в Институте химических наук Академии наук КазССР был проведен спектральный анализ каменного масла. Исследование показало, что в каменном масле содержится 49 микроэлементов, то есть почти половина таблицы Менделеева. Невероятно, но факт.

Благодаря исследованиям ученых из Алма-Аты, впервые открывших науке целебную силу каменного масла, нам известно, что своими феноменальными свойствами это вещество обязано содержащимся в нем микроэлементам, свойства которых усиливаются друг другом.

Уникален как их состав, так и высокая концентрация. Этим объясняется их эффективное влияние на работу человеческого организма, его отдельных систем и органов, вплоть до клеточного уровня. Эти вещества способны бороться с разного рода инфекциями, стимулировать процессы об-

мена, укреплять кровеносную систему и иммунитет, способствовать выведению шлаков из организма, оказывать болеутоляющее, ранозаживляющее и даже противоопухолевое действие.

Благодаря высокому содержанию *калия* каменное масло способно нормализовать деятельность сердца и регулировать водный баланс клеток. Если в организме не хватает калия, то повышается сухость кожи, появляются угри. Возможны частые простудные заболевания, ухудшается умственная деятельность, появляются нервозность, бессонница, депрессия. Недостаток этого микроэлемента может сказаться и на работе желудочно-кишечного тракта: запор, диарея, а также неутолимая жажда, тошнота и рвота, — все это симптомы нехватки в организме калия. Мышечная усталость, слабость, периодические головные боли, боли в области сердца тоже могут быть вызваны нехваткой этого микроэлемента.

Натрий, содержащийся в каменном масле, поддерживает кислотно-щелочное равновесие в организме и нормальное кровяное давление, а также защищает организм от потери влаги.

Каменное масло содержит и *кальций*, необходимый для формирования костей и зубов. Именно высоким содержанием этого химического элемента объясняется то, что при приеме каменного масла гораздо быстрее заживают переломы костей. Кальций необходим также для профилактики болезней суставов. Недостаток этого вещества может вызвать кожные заболевания, например экзему. Ионы кальция участвуют в обмене веществ, они поддерживают свертываемость крови в норме.

В каменном масле имеется и *фосфор*, необходимый для восстановления клеток и передачи нервных импульсов.

Кремний также входит в состав «слез гор». Благодаря этому элементу каменное масло является прекрасным косметическим средством: кремний необходим для нормального функционирования поверхностного слоя кожи и слизистой оболочки. Кроме того, этот микроэлемент придает эластичность кровеносным сосудам и предотвращает болезни сердца.

Усвоение организмом минеральных элементов и витаминов невозможно без *магния*. Этот микроэлемент играет роль «проводника»: активизирует работу ферментов, которые и обеспечивают усвоение полезных веществ. Недостаток магния зачастую становится основной причиной сердечно-сосудистых заболеваний: сердечной аритмии, гипертонии, внезапной остановки сердца. Астма, хроническая усталость, хронический болевой синдром, депрессии, бессонница, синдром раздраженной толстой кишки и легочные заболевания — все это также относится к последствиям нехватки в организме магния.

В состав каменного масла входят соединения *железа*. Основная функция железа в организме — участие в переносе кислорода. При его недостатке нарушается синтез гемоглобина, появляется утомляемость, седеют волосы, ногти становятся ломкими.

Нехватка *меди* в организме может привести к остеопорозу. Без достаточного количества меди кожа начинает шелушиться, а волосы становятся тусклыми. Каменное масло содержит медь, поэто-

му прием препаратов, приготовленных из него, поможет предотвратить эти неприятные явления.

Каменное масло включает и такой незаменимый для организма элемент, как *йод*. Он необходим для нормального функционирования щитовидной железы. Недостаток йода приводит к нарушению работы эндокринной системы и может стать причиной многих серьезных заболеваний. В настоящее время уже установлена связь между нехваткой йода и раком молочной железы. При нехватке этого микроэлемента снижаются выносливость, сопротивляемость организма к инфекциям, происходит накопление нежелательных жировых запасов.

В состав каменного масла входят и драгоценные металлы: *золото, серебро и платина*. Конечно, содержание их настолько мало, что пытаться извлечь эти элементы из каменного масла бессмысленно. О том, к каким последствиям может привести отсутствие этих элементов в организме, известно еще очень мало. Но все три элемента играют весьма значимую роль для здоровья. Существует целое направление в нетрадиционной терапии, называемое металлотерапией. В издательстве «Весь» вышла книга Веры Озеровой «Лечение медью, серебром, золотом. Целебная сила металлов». Всем интересующимся народными методами я рекомендую прочитать эту книгу. Уверяю, вы почерпнете очень много интересной информации о том, что всегда считали привычным и не содержащим никаких тайн.

Словом, чудесных полезных свойств у каменного масла немало. Только, забегаая чуть вперед, хочу заранее предупредить вас: лечение каменным

маслом потребует от вас не только знаний свойств уникального препарата, но также терпение и дисциплину. Но зато и результат лечения каменным маслом превзойдет все ожидания!

Многочисленные исследования ученых и медиков за рубежом и в Казахстане подтвердили вывод о том, что действие каменного масла начинается с действия на живую клетку, в результате которого увеличивается межклеточное сцепление, и клетки начинают нормально работать и жить. Вот лишь один пример из практики. Контрольную группу мышей поили простой чистой водой, а другую — раствором бракшуна. Вторая группа животных прожила по времени на 20% дольше! Оказывается, алхимики не так уж преувеличивали, когда пытались приготовить «эликсир бессмертия» при помощи каменного масла.

Противоопухолевое действие каменного масла испытал на собственном опыте сам основатель производства каменного масла в Казахстане — Виктор Борисов. Ему в свое время пришлось долго бороться со страшной болезнью, чтобы осознать жизненную необходимость каменного масла для всех и каждого...

*Жить оставалось
не больше года...*

Большая часть трудовой биографии Виктора была связана с работой на Семипалатинском ядерном полигоне, где он был начальником строительства подземных сооружений. Борисов непосред-

ственно участвовал в работах, предшествующих пускам (так специалисты называют взрывы), — во время и после них. «Не скрою, — рассказывает Виктор Николаевич, — все это было захватывающе интересным. Но вот финал оказался ужасным: рак мочевого пузыря и вторая группа инвалидности».

В 1982 году медики прямо заявили Борисову, что ему осталось жить не больше года: злокачественная опухоль разрослась, началось метастазирование. Но Виктор Борисов, хоть и прикованный недугом к кровати, стал отчаянно искать выход. Сама судьба улыбнулась ему: он встретил человека, в прямом смысле подарившего ему жизнь. Новый знакомый сказал больному: *«Не хочешь, парень, оказаться фаньше времени в компании предков, обязательно пей бракшун, много пей!»*

Виктор запомнил мудреное слово «бракшун» и навел справки об этом древнем тибетском средстве. И, слабеющий день ото дня, он стал пить водный раствор каменного масла. Одновременно записывал сведения о дозах и меняющемся самочувствии в тоненькую школьную тетрадь.

Сегодня, будучи совершенно здоровым человеком, бывший испытатель ядерных боеголовок говорит, что пил бракшун, *мучимый непреодолимым желанием пить именно его*. В результате уже через полгода Виктор Борисов без посторонней помощи смог ходить. В онкологической поликлинике сделали рентген. Профессор Игорь Фейгин дал экспертное заключение: «Явной опухоли не определяется, метастазирование значительно уменьшилось». Видавшие виды онкологи приписали явное улучшение состояния здоровья безнадёжного па-

ТАБЛИЦА МЕНДЕЛЕЕВА И КАМЕННОЕ МАСЛО

циента не волшебному действию каменного масла, а срабатыванию защитных сил организма. При этом медики даже не задумались над тем, что заставил действовать эти самые защитные силы организма именно бракшун.

После своего невероятного исцеления Виктор Борисов решил сделать максимально возможное, чтобы каменное масло вышло из полулегального арсенала знахарей, окрепло и нашло должное применение в традиционной медицине (об этом мы поговорим ниже).

КАМЕННОЕ МАСЛО В МЕДИЦИНЕ

Прежде чем более подробно рассказать о том, как и в каких случаях следует использовать каменное масло при конкретных заболеваниях, остановлюсь еще на одной важной теме. Поговорим об особенностях применения каменного масла в официальной и нетрадиционной медицине.

Две «медицины»

Народную медицину часто называют «нетрадиционной». Ее противопоставляют официальной, научной медицине. Врачи нередко отзываются о «целителях» скептически, а последние упрекают врачей в консервативности и поверхностности.

Давайте попробуем разобраться, так ли уж глубока пропасть между этими двумя «медицинами» в настоящее время.

И народная, и традиционная медицина, на самом деле, имеют много общего. Цель у них одна: *возвращение человеку здоровья*. На стороне народ-

ных методов лечения — сама природа, ее богатства и тысячелетняя практика их использования.

На стороне традиционных методов — наука, экспериментальные разработки, современная техника.

В чем же различие, преимущества и недостатки этих двух отраслей единого учения о здоровье? Некто не станет спорить с тем, что официальная медицина достигла очень многого. Эффективность ее методов чрезвычайно высока, но все мы знаем, что они зачастую агрессивны. Что я имею в виду? Дело в том, что традиционная медицина, используя весь свой арсенал в борьбе с конкретным заболеванием, не всегда обращает внимание на то, с какими последствиями может столкнуться человек после применения химиопрепаратов, как это отразится на его дальнейшем самочувствии. Нередко после прохождения курса лечения больной, избавленный от одного недуга, получает взамен целый букет новых. Такого не может случиться, если вы лечитесь естественными природными средствами. У растительных препаратов практически нет противопоказаний, и они не просто исцеляют от какой-то одной болезни, но оказывают общее укрепляющее действие на весь организм.

В последнее время традиционная медицина нередко обращается к «нетрадиционным» методам, таким как фитотерапия, мануальная терапия и пр. Мы уже говорили, что целебными свойствами каменного масла заинтересовались в свое время казахские ученые. Они провели ряд исследований, в ходе которых наблюдали, как каменное масло воздействует на организм больных туберкулезом легких. Обычно в стационарах туберкулез легких лечат химиопрепаратами. Такое лечение занимает

много времени. И надо ли говорить, как тяжело оно переносится больными?

В поисках новых подходов врачи обратились к использованию комплексной терапии: помимо обычных препаратов, больным предлагались *каменное масло* и некоторые эфирные масла. Эффект превзошел все ожидания: исследования показали, что каменное масло значительно укрепляет иммунную систему, обладает противовоспалительным и антибактериальным действиями. У больных, принимавших каменное масло, рост бактерий был остановлен в 1,5–2 раза быстрее, чем у тех, кто лечился только традиционными методами.

На морских свинках и крысах были поставлены опыты по лечению каменным маслом различного рода ран. Опыты показали, что раны, обработанные каменным маслом, заживали в течение 2 суток. Кроме того, был проведен эксперимент по лечению воспалительных заболеваний десен у животных. Оказалось, что раствор каменного масла с глицерином — средство гораздо более эффективное, чем препараты, используемые в стоматологии (например, мараславин).

Каменное масло в фармакологии: «Геомалин»

Уже несколько десятилетий модификационная версия каменного масла (бракшуна) *«Геомалин»* весьма результативно применяется в профилактике и лечении онкологических заболеваний. Препарат разрешен к применению на территории Рос-

сии с 1971 года, а также рекомендован к использованию в виде пищевой добавки. Скажу несколько слов об этом лекарстве.

Эффективность препарата очень высока: анализ 237 клинических случаев показал, что она превышает 85%.

Сфера медицинского применения данного препарата следующая:

- ✧ заболевания печени (включая вирусный и интоксикационный гепатит);
- ✧ желудочно-кишечные заболевания (колиты, гастриты, язвенная болезнь);
- ✧ терапия ожогов и ран;
- ✧ трофические язвы;
- ✧ онкология;
- ✧ эндокринология (в частности, заболевания поджелудочной железы);
- ✧ геронтология (продление физиологической активности в целом и сексуальной активности в частности).

По проведенным предклиническим испытаниям препарата в объеме программы фармкомитета РФ было установлено, что данный препарат:

- ✧ не токсичен;
- ✧ не мутагенен;
- ✧ не тератогенен;
- ✧ обладает выраженной гепатопротекторной, ранозаживляющей, антибактериальной, противоопухолевой и антиметастатической активностью.

Не вызывает сомнений, что этот препарат поистине уникален. Но у него есть ряд противопоказаний.

Глава 4

Так, «Геомалин» нельзя применять при механической желтухе: он обладает выраженной желчегонной активностью.

Средство может вызвать ряд нежелательных реакций со стороны желудочно-кишечного тракта. В частности, в максимальных концентрациях (0,3%) «Геомалин» способствует образованию запоров. В этом случае необходимо принять соответствующие меры (диета, слабительные, клизмы), чтобы обеспечить ежедневный стул.

«Геомалин» зарекомендовал себя как мощный лекарственный препарат с широким спектром лечебного действия. И, хотя он имеет ряд противопоказаний, практика показывает, что при умелом и грамотном применении данного средства побочных эффектов можно с легкостью избежать.

УЧИМСЯ ЛЕЧИТЬСЯ КАМЕННЫМ МАСЛОМ

Каменное масло — настоящий кладезь минеральных веществ. Несмотря на уникальные свойства, лечиться им (как и любым другим лекарственным растением) не так уж просто: от вас потребуется немало терпения, труда, веры... Бракшун, как называют это вещество в Средней Азии, — не антибиотик, действие которого становится заметным сразу же после приема одной таблетки. Но, уверяю вас, если запастись терпением и верой в успешное лечение, то каменное масло не только избавит вас от болезни, но и окажет продолжительное благотворное воздействие на весь организм.

Три правила успешного лечения

Что требуется для того, чтобы лечение каменным маслом дало желаемые результаты?

Прежде всего, знать и соблюдать три простых правила. Об этих элементарных правилах я пишу в каждой своей книге. Но, к сожалению, по-преж-

нему сталкиваюсь с тем, что из-за невнимания к ним лечение не приносит пользы, а иногда и оказывается вредным. В результате пациент разочаровывается в природных средствах, а иногда и вообще теряет надежду на выздоровление. А что может быть хуже этого?

Итак, правило первое: необходимо *поставить правильный диагноз*. Вы должны точно знать, с каким недугом собираетесь бороться. И поверьте, для точной диагностики понадобятся знания врача-специалиста. Скорее всего, вам потребуется сдать некоторые анализы.

Это правило кажется таким простым и понятным! Тем не менее, многие люди, если их что-то беспокоит, не идут к врачу, а предпочитают консультироваться у знакомых, и что самое печальное, следуют советам несведущих людей. Ни в коем случае не делайте этого! Опыт друзей и родственников в излечении недугов, без сомнения, важен, но только тогда, когда точно установлена причина заболевания, а для этого следует проконсультироваться со специалистом, и желательно не одним. Пока не выяснится истинная причина недомоганий, обращаться к каким-либо лекарственным препаратам довольно опасно. Зачем бороться с болезнью, которой у вас никогда не было? Это, как вы сами догадываетесь, может нанести здоровью непоправимый вред.

Из первого правила вытекает второе: если вы решили лечиться каменным маслом, не забудьте прежде *проконсультироваться со специалистом*. Бракшун — сильнодействующее средство, и применять его нужно осторожно. Специалист помо-

жет вам выбрать правильную схему лечения и даст дополнительные рекомендации.

Допустим, вы остановились на какой-то определенной схеме лечения каменным маслом. Тогда соблюдайте правило третье: *будьте точны и дисциплинированы!* Не нарушайте установленную схему приема препарата, точно соблюдайте дозировку.

Это же касается и рецептов, приведенных в этой книге. Принцип «чем больше, тем лучше» не применим в лечении природными средствами, в частности каменным маслом. Помните, что иногда 0,1%-й раствор оказывается более эффективным, чем 10%-й.

Постарайтесь расходовать каменное масло с умом, так чтобы оно принесло максимальную пользу.

Соблюдение этих простых правил, поможет вам быстрее достичь желаемой цели.

Подготовка каменного масла к использованию — важная часть лечения. Поговорим о том, в каком виде следует применять это вещество.

Очистка каменного масла

В продаже встречается и очищенное, и неочищенное каменное масло. Обычно очищенное каменное масло имеет желтоватый оттенок (цвет от бело-желтого до зеленого) и продается в виде аморфных кусков, мелких камешков или порошка.

Операцию по очистке каменного масла простой не назовешь, особенно в домашних условиях, поэтому лучше приобретать уже очищенный продукт.

А для тех, кому довелось купить неочищенное каменное масло (или собрать его в горах самостоятельно) приведу методику очистки.

Каменное масло легко растворяется в воде и умеренно или слабо — в других жидкостях. Вот на этом-то свойстве — хорошей растворимости в воде — и основан метод очищения каменного масла.

Собранное сырье засыпают в эмалированную посуду и заливают теплой (температура до 60 °С) водой. Затем его настаивают в течение 10–20 часов, изредка помешивая. Далее первую порцию раствора сливают через сито в стеклянную или эмалированную емкость, а в остаток гущи вновь добавляют воду, которую через 10 часов таким же образом сливают.

Первый и второй растворы отличаются лишь концентрацией каменного масла и содержанием известковой пыли: во втором растворе ее больше. Можно залить гущу и в третий раз, но не растягивайте процесс растворения во времени: «пустая порода» быстро заквашивается, распространяя неприятный запах.

Следующий этап очистки — отделение раствора от нерастворимых примесей. Для этого используют фильтрование. Самый простой, но очень длительный способ — отстаивание. Мелкая пыль не спешит осесть на дно, поэтому очистка раствора отстаиванием растягивается на месяцы. Когда раствор очищен от песка, мелких кусочков горных пород и т. д., его выпаривают.

Вода из раствора выпаривается следующим образом. Возьмите два таза, один меньше другого. В большой таз налейте воду, в меньший — раствор каменного масла. Эта конструкция ставится на

медленный огонь и рядом помещается вентилятор. Важно, чтобы струя воздуха была направлена на поверхность раствора. Подогреваемый раствор нужно все время помешивать и проверять температуру — *каменное масло теряет свои качества при нагреве до температуры выше 60 °С*. Контроль осуществить просто — окунуть палец в жидкость: кожа — хороший индикатор.

Самый утомительный этап обезвоживания каменного масла начинается с того момента, когда оно приобретает консистенцию сметаны. В это время возрастает опасность перегрева экстракта, перемешивать содержимое приходится постоянно и достаточно интенсивно, потому что на поверхности образуется слой более густого экстракта, который препятствует испарению влаги.

Когда раствор станет напоминать густой сироп, нагревание прекращается, и каменное масло сливают на прочный полиэтилен, уложенный в чашеобразные формы. Теперь ваша задача — уберечь каменное масло от влаги, чтобы досушивание продолжалось.

Каменное масло может храниться неограниченное время. Лучше всего хранить его в емкости, завернутой в фольгу.

Как и когда следует применять каменное масло

Рецептов применения каменного масла существует не так уже много. В чистом виде это вещество используется редко, в основном — в виде рас-

творов различной концентрации. Иногда в такой раствор добавляют настои или отвары трав.

Прежде чем применять каменное масло в качестве лекарства, его необходимо соответствующим образом подготовить.

Как правило, очищенный бракшун заливают кипяченой водой комнатной температуры. Через 2–3 дня жидкость сливают. Осадок можно использовать для компрессов и примочек. Раствор делают из расчета 3 г средства на 3 л воды, учитывая самочувствие больного.

До лечения необходимо узнать реакцию организма на каменное масло (при любых заболеваниях), для чего в начале лечения лучше применять его в малых дозах (1 стакан в течение дня) и слабой концентрации (1 г на 3 л воды) несколько дней подряд после еды. Затем пить до еды, постоянно увеличивая дозу и концентрацию раствора. Такие процедуры, как компрессы, тампонирование, микроклизмы, а также спринцевания, ускоряют лечение и экономят расход каменного масла.

Люди с онкологическими заболеваниями в данном случае образуют особую группу пациентов. Им можно сразу назначать препарат в более высокой концентрации, но не выше, чем 3 г на 500 мл воды.

Каменное масло применяется внутрь, наружно и в комбинации с другими лекарственными средствами. Оно эффективно лечит такие заболевания, как *сахарный диабет, бронхиальная астма, невралгия, мастопатия, воспаление придатков, бесплодие, колит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки*. Бракшун также используется при *головной боли, остеохондрозе, заболеваниях суставов и*

УЧИМСЯ ЛЕЧИТЬСЯ КАМЕННЫМ МАСЛОМ

тромбофлебите. Очень эффективно каменное масло в лечении *туберкулеза легких*.

Есть свидетельства, что прием каменного масла *повышает потенцию*. Ведь оно содержит цинк, недостаток которого зачастую становится причиной утраты «мужской силы».

Водные растворы с добавлением глицерина используются для лечения *воспалительных заболеваний десен* при их кровоточивости. Кроме того, каменное масло положительно действует на весь организм, а значит, улучшается работа всех его функций.

Это далеко не полный список болезней, служащих показанием к применению каменного масла. Мы будем постепенно расширять и дополнять его на страницах этой книги.

ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА КАМЕННОГО МАСЛА И...

Онкологические заболевания

Уже не первое десятилетие ученые ищут лекарство от рака: к сожалению, пока не очень успешно. Опухолевые клетки обладают высокой сопротивляемостью к лекарственным препаратам. Они устойчивы к любого рода воздействиям на них и чрезвычайно жизнеспособны. Тем не менее, как показывает опыт многих людей, отчаиваться ни в коем случае не надо: *случаи излечения от рака известны.*

Очень важно выявить болезнь на ранней стадии, а потому не нужно избегать врачей, бояться сдачи анализов и т. д. Помните: чем раньше обнаружено заболевание — тем выше шанс на выздоровление.

Почему возникают онкологические заболевания? Гипотез и теорий по этому поводу существует очень много. Но, как правило, медики сходятся в одном: ухудшение общего состояния организма, стрессы, снижение иммунитета, депрессии, непра-

вильный рацион — все это служит созданию благоприятной почвы для развития опухоли (как, впрочем, и любого другого заболевания).

Нередко причиной злокачественных новообразований становятся внешние факторы: ионизирующее и ультрафиолетовое облучение, канцерогенные вещества (асбест, анилиновые красители). Склонность к онкологическим заболеваниям может передаваться по наследству, обычно через одно или два поколения.

Как показывает практика врачей-онкологов, наилучшего результата можно добиться при сочетании разных средств. Не отказывайтесь от традиционной терапии, с помощью препаратов народной медицины закрепляйте достигнутый эффект, соблюдайте все рекомендации врача, если понадобится, измените диету, образ жизни. Помните, что успех лечения, во многом зависит от вас.

Обратите внимание!

При лечении камнным маслом нельзя употреблять: алкоголь, антибиотики, свинину, баранину, утку, гуся, крепкий чай, кофе, какао, шоколад, редис, редьку.

При лечении онкозаболеваний желательно параллельно с камнным маслом принимать настойки онколана, болиголова, сироп бузины, «Тодикамп», специальные противоопухолевые сборы трав.

В тибетской медицине каменное масло издавна известно как сильное противоопухолевое средство. Опытным путем доказано, что оно действительно способно задерживать рост раковых клеток. При злокачественных опухолях можно не приучать организм к каменному маслу, а сразу же принимать раствор повышенной концентрации, но не выше, чем

3 г на 500 мл воды. Пить по 1 стакану 3 раза в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения — от 3 месяцев до 1 года.

При раке любой локализации особенно хорошо помогает курс лечения каменным маслом в комплексе с *аконитом (борцом)*. Принимать эти средства рекомендуется по следующей схеме: от 1 капли до 10 капель (настойки аконита) на 50 мл раствора каменного масла 2–3 раза в день.

При раке желудка или пищевода рекомендуется делать компрессы с каменным маслом. Для этого 3 г (1 ч. ложку) каменного масла растворите в 150 мл кипяченой теплой воды и добавьте 100 мл медицинского спирта. Затем возьмите марлю, сложите несколько раз, хорошо смочите в приготовленном растворе, отожмите и приложите на больное место. Сверху положите целлофан и какую-нибудь плотную ткань (можно шерстяной шарф) для сохранения тепла. Держите компресс всю ночь. Компресс можно еще раз сделать утром и держать весь день.

При раке легких, раке горла следует также делать компрессы с каменным маслом. Разведите 3 г каменного масла в 200 мл воды, добавьте 1 ч. ложку меда. Смочите марлю и накладывайте на больные места.

При раке кожи следует делать примочки и промывания раствором, приготовленным на основе каменного масла. Растворите 3 г каменного масла в 300 мл воды. Примочки и промывания следует делать как можно чаще.

При раке печени, почек необходимо принимать раствор каменного масла внутрь. Растворите 3 г

каменного масла в 1 л воды. Пейте по 1 стакану 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения — 5–6 месяцев.

Как показывает практика, наилучшего результата в лечении рака можно достичь при сочетании традиционной и народной медицины. Не отказывайтесь от химиотерапии и тех препаратов, которые выписал врач. Дополнительно применяйте каменное масло, мумие, а также травы.

Народным средствам борьбы с раком посвящено немало книг, из которых вы можете узнать, какие травы наиболее действенны в отношении раковых опухолей. Я приведу здесь один из самых действенных рецептов.

Настойка болиголова

Залейте 300 г измельченного сырья 3 л водки, настаивайте 14 дней в темном прохладном месте, периодически помешивая.

Настойку болиголова принимайте 1 раз в сутки, за 1 час до еды, натошак, от 1 капли до 40, наращивая по капле. Затем, постепенно снижая, возвратитесь к 1 капле. Воды давайте от 100 до 200 мл, наращивая по 50 мл каждые 13 капель. Также поступайте при снижении, только в обратном порядке.

Такие травы, как болиголов, в малых дозах — мощнейшее лекарство, они пробуждают от спячки организм, стимулируют иммунную систему, даже атакуют опухолевые клетки.

Обратите внимание!

Болиголов — ядовитое растение, он оказывает очень сильное действие на организм, поэтому принимать его можно только под контролем врача!

Болезни желудочно-кишечного тракта

Желудочно-кишечный тракт — система, от состояния которой зависит здоровье всего организма. Причина многих болезней заключается в нарушении баланса белков, жиров, углеводов, витаминов, микроэлементов. Все эти ценные вещества поступают в организм с пищей. Но даже самые полезные продукты не станут источником здоровья, если работа желудочно-кишечного тракта нарушена. Ведь в этом случае столь необходимые нам витамины и микроэлементы просто не будут усваиваться. Вот почему так важно следить за здоровьем желудочно-кишечного тракта. Помните, что предотвратить нарушения его работы гораздо легче, чем лечить потом последствия этих нарушений, среди которых — болезни сердца, печени, суставов.

Ни для кого не секрет, что основная причина болезней желудочно-кишечного тракта — неправильное питание. К сожалению, вкусное не всегда бывает полезным. Обилие маринованных продуктов, сладких, мучных, жареных блюд способно вызвать серьезные расстройства желудочно-кишечного тракта. А ведь многие из нас питаются именно так: чем попало, на скорую руку. Конечно, в наш стремительный век соблюдать правильный режим питания очень тяжело: есть в одни и те же часы получается не у всех, да и приготовление здоровой пищи требует немало времени. И все-таки все эти проблемы и трудности — мелочь по сравнению с болезнями желудочно-кишечного тракта, которые доставляют немало проблем, а

иногда могут спровоцировать и другие серьезные заболевания.

Помимо неправильного питания, причиной болезней органов пищеварения становятся частые стрессы. Нервное напряжение, постоянная усталость, плохое настроение — эти состояния способны вызвать расстройства пищеварения и привести к заболеваниям желудочно-кишечного тракта (да и других органов тоже).

Неопределенность во всем: на работе и дома, в личной жизни и в общественной, — все это вызывает стресс. Однако очень многое зависит от нас самих: мы можем и должны бороться со стрессом. Существует множество методик, которые помогают восстановить гармонию в душе. Среди них: медитация, самовнушение и т. д. Но это — отдельная тема, которой посвящено немало книг. А мы поговорим о том, как можно справиться с самыми распространенными заболеваниями желудочно-кишечного тракта, которые лечатся при помощи все того же каменного масла. Что же это за болезни?

ГАСТРИТ

Гастрит — воспаление слизистой оболочки желудка, которое может переходить и на близлежащие ткани. Различают острую и хроническую формы гастрита. Возникновение острой быстротекущей формы гастрита связывают с раздражающими слизистую оболочку желудка веществами, поступившими с пищей, или с заболеванием желудочно-кишечного тракта в целом. Тяжесть поражения слизистой может варьировать от покраснения до полного разрушения поверхностных слоев слизистой (эрозий).

Раствор каменного масла

Раствор каменного масла, принимаемый до еды, окажет противовоспалительное действие и ускорит восстановление тканей, а также повысит иммунитет всего организма.

Для внутреннего применения возьмите 5 г каменного масла и разведите в 3 л воды. Пейте по 1 стакану 3 раза в день за 30 минут до еды.

Поделюсь с вами еще несколькими рецептами, благоприятно воздействующими на желудочно-кишечный тракт. Обращаю ваше внимание на то, что каменное масло в сочетании с другими природными средствами только усиливает свое действие, поэтому не забывайте о дополнительных мерах лечения, которые помогут вам в борьбе с недугами.

Дополнительные рекомендации

■ Возьмите в равных частях листья *вахты*, *тысячелистника* и *мяты*, плоды *фенхеля* или *укропа*, траву *золототысячника*. Залейте 1 ст. ложку сбора 1 стаканом кипятка, 30 минут нагревайте на водяной бане, через 15 минут процедите. Принимайте до 1/4–1/2 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды.

■ Настаивайте 1 ст. ложку (без верха) порошка из корневищ *аира* в стакане охлажденной кипяченой воды 6 часов, процедите. Принимайте по 1 ст. ложке 3–4 раза в день.

■ Возьмите 1 часть травы *чистотела* и по 3 части травы *тысячелистника* и *зверобоя*, цветов *ромашки*. Залейте 1 ст. ложку сбора 1 стаканом крутого

кипятка, настаивайте в тепле 20 минут. Принимайте по 1/4–1/2 стакана 3 раза в день за 20–30 минут до еды.

Язва желудка и двенадцатиперстной кишки

Язва желудка (и двенадцатиперстной кишки) — заболевание, которое возникает по целому ряду причин (генетических, бактериальной, психоэмоциональных и др.).

Болезнь характеризуется появлением на слизистых тканях желудка (или двенадцатиперстной кишки) дефекта различной глубины. Больной чувствует боль в верхних отделах живота, нередко эта боль возникает после приема пищи (через 20 минут или через 1,5 часа, в зависимости от расположения дефекта слизистой), иногда могут появляться голодные, ночные боли, которые исчезают после приема пищи.

Коварность язвы желудка и двенадцатиперстной кишки кроется в том, что она может:

- ✱ протекать бессимптомно (немая язва);
- ✱ осложниться внезапным кровотечением;
- ✱ трансформироваться в рак;
- ✱ привести к прободению стенки желудка или двенадцатиперстной кишки.

Опасность язвы заключается еще и в том, что данное заболевание может стать косвенной причиной возникновения *туберкулеза легких*. В настоящее время связь между этими заболеваниями уже доказана. Болезни желудочно-кишечного тракта занимают второе место среди всех сопутствующих заболеваний при туберкулезе легких.

Почему больные язвенной болезнью часто страдают туберкулезом легких? Предполагается, что длительная малокалорийная противоязвенная диета, дисбаланс в работе нервной системы организма, частые расстройства пищеварения снижают сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, в том числе туберкулезу. У больных, перенесших резекцию желудка по поводу язвенной болезни, нарушается всасывание жиров, белков, углеводов, минеральных солей, витаминов, что еще в большей мере повышает риск развития туберкулеза легких.

Туберкулез легких может развиваться через 5 лет после заболевания язвенной болезнью или резекции желудка.

Нередко больные язвенной болезнью при начале туберкулеза принимают симптомы этого заболевания (слабость, похудание, потерю аппетита) за последствия язвы и не обращаются к врачу. При возникновении таких признаков очень важно пройти флюорографическое обследование легких.

Раствор каменного масла

Каменное масло оказывает сильное антисептическое и заживляющее действие. Но самое главное, что каменное масло предотвратит преобразование язвы в онкологическое заболевание. При язве, как и при гастрите, принимают раствор каменного масла внутрь.

Разведите 5 г каменного масла в 3 л воды. Пейте по 1 стакану 3 раза в день за 30 минут до еды.

Дополнительные рекомендации

Важное место в лечении язвенной болезни занимает диета. При обострении заболевания пока-

зано частое (4–5 раз в день) питание небольшими порциями.

Лен (семена). Залейте 1 часть цельных льняных семян 30 частями горячей кипяченой воды, взбалтывайте 15 минут, процедите и отожмите. Образовавшуюся слизь принимайте по 1/4 стакана за 30 минут до еды 3 раза в день. Курс лечения — 2–3 недели.

Чага (березовый гриб). Гриб обмойте водой, затем замочите в кипяченой воде так, чтобы тело гриба было погружено в воду, и настаивайте 4–5 часов. Замоченный гриб измельчите на терке или через мясорубку. Воду, в которой замачивался гриб, используйте для приготовления настоя: 1 часть измельченного гриба залейте 5 частями (по объему) этой воды, подогретой до температуры 50 °С.

Настаивайте 48 часов, потом настой слейте, осадок отожмите через марлю. Полученную жидкость разбавьте до первоначального объема. Пейте по 3 стакана в день.

ДИАРЕЯ

Диарея, или понос (в переводе с греческого «diarrheo» — «истекаю»), — учащение дефекации более 2 раз в сутки, при этом кал имеет жидкую консистенцию. Сама по себе диарея не является болезнью, это реакция организма на какие-то неполадки в организме, чаще всего — в пищеварительной системе. Точно так же, как кашель — не болезнь, а симптом нарушений работы органов дыхания.

Диарея может быть острой (возникает неожиданно и прекращается в течение в 1–2 недель) и хронической (продолжается более 2 недель).

Причинами поноса могут стать:

- ❖ кишечные инфекции: дизентерия, сальмонеллез, вирусные заболевания и т. д.;
- ❖ дисбактериоз;
- ❖ неправильное питание (например, слишком много грубой растительной пищи);
- ❖ аллергия на те или иные пищевые продукты;
- ❖ нехватка витаминов К, F, B₂ (рибофлавина) и ниацина;
- ❖ хронические заболевания органов пищеварения (гастрит, колит, энтерит, панкреатит, гепатит и т. д.);
- ❖ острые отравления (например, ртутью или мышьяком);
- ❖ нарушение обмена веществ;
- ❖ невроты, волнение, страх.

Кроме этого, диарея часто возникает при резкой смене климата и питания. Врачи ее так и называют — «диарея путешественников».

Диарею ни с чем не перепутаешь. В особо тяжелых случаях человек просто не выходит из уборной. Кроме поноса, его могут беспокоить боли в животе, метеоризм, тошнота и рвота. При длительной диарее пропадает аппетит, человек худеет. Впрочем, все зависит от причины, вызвавшей диарею.

Многие думают, что диарея — это пустяк. Тем не менее, в некоторых случаях к врачу нужно обращаться непременно. Например, когда:

- ❖ диарея продолжается больше 4 дней;
- ❖ в кале появляются кровяные прожилки или слизь;
- ❖ стул становится темным и дегтеобразным;
- ❖ возникает сильная боль в животе;

- ♦ резко поднимается температура;
- ♦ существует высокая вероятность пищевого отравления.

Ученый Петербургской АН Иоганн Георг Гмелин, побывавший в Сибири в составе Великой северной экспедиции, писал: «Восточнее Речишного зимовья, вдоль морского берега в горах имеется много „каменного масла“. Простой люд вывозит каменное масло на далекое расстояние, так как простонародье очень верит в его целительную силу, например, при поносе не хочет пользоваться никаким другим лекарством...»

Доверие сибиряков к лекарственным свойствам каменного масла вполне заслуженно: этот препарат — действительно прекрасное средство от поноса. Одна из моих постоянных пациенток, поехав в экзотическую страну на отдых, захватила с собой пакетик каменного масла — на всякий случай, если разболятся суставы. Организм немолодой женщины плохо перенес резкую перемену климата, свою роль сыграли и специфические блюда, что подавали в гостинице. Два дня страдала не могла выйти из своего номера из-за сильнейшего приступа диареи — пока не вспомнила о чудесном каменном масле. Уже после второго приема раствора (рецепт такой же, как при лечении гастрита и язвы) женщина почувствовала себя лучше, а на следующий день смогла выйти из гостиницы, как ни в чем не бывало.

Одним из наиболее опасных осложнений диареи, которое часто развивается у маленьких детей и лиц пожилого возраста, является обезвоживание организма. В особо острых случаях это состояние даже заканчивается летальным исходом.

Поэтому при диарее очень важно не допустить обезвоживания.

Поскольку обычная питьевая вода не содержит сахара, минеральных солей, которые теряет организм при диарее, очень важно компенсировать такую потерю, употребляя большое количество жидкости, содержащей эти вещества. С этой задачей прекрасно справляется все тот же раствор каменного масла. Помимо него, принесут пользу регидратирующие растворы, чай с сахаром, морсы, бульон, минеральная вода и, конечно, настои трав. Если вас, помимо диареи, беспокоит еще и рвота, необходимо принимать небольшое количество жидкости каждые 15–20 минут.

Дополнительные рекомендации

При диарее следует придерживаться диеты: есть часто и понемногу, отказаться от жирной пищи, кофе и молока. Рекомендуются употреблять бананы, отварной рис, яблочное пюре, сухари. Не помешает активированный уголь.

Кстати, больше половины случаев диареи проходит после применения старинного народного рецепта — рюмка водки с солью (чем больше соли, тем лучше!).

Запор

Еще об одном недуге не принято говорить с родственниками и друзьями. Более того, многие страдающие регулярными запорами даже не считают это какой-то болезнью. А между тем запоры могут спровоцировать многие болезни: геморрой,

простатит, аденому предстательной железы, воспалительные заболевания матки, пиелонефрит и даже рак.

Наполненный кишечник сдавливает другие органы, мешая их работе. Кроме того, накопленное «богатство» гниет, и токсины всасываются в кровь. Происходит отравление организма.

... Всем, кто серьезно решил заняться своим здоровьем, я бы рекомендовала начинать лечение не с поглощения огромного количества лекарств, а с очистки кишечника: и чувствовать себя будете лучше, и дальнейшее лечение станет более эффективным, поскольку необходимые вещества будут лучше усваиваться.

Очищение кишечника обычно проводят клизмами из настоев трав, свекольного сока. Если вы намерены очистить кишечник, то посоветуйтесь с врачом. Он поможет вам выбрать самую подходящую схему и лекарственный состав для клизм. Обычно в первую неделю делают клизму каждый день (на ночь). Во вторую — через день. В третью — через 2 дня. Затем — раз в неделю. Через полгода курс можно повторить.

За неделю до очистки кишечника, во время нее и некоторое время после окончания курса необходимо соблюдать диету, иначе все усилия пропадут даром. Откажитесь на это время от пищи животного происхождения. Ешьте каши из цельных зерен (гречневую, из цельного овса, перловую, бурый рис, но не манку), сырые овощи. Хотя бы в этот период постарайтесь вести активный образ жизни и больше двигаться. Эффективность очистки кишечника повысится, если помимо клизм использовать следующий состав.

Состав для очищения кишечника

Возьмите 2 стакана овса, напарьте 1,5 часа, процедите, спустите 3 г каменного масла, пейте по 50 г 3 раза в день.

ГЕМОРРОЙ

Геморрой — это довольно распространенное заболевание, от которого страдает каждый 4-й человек, причем одинаково часто и мужчины, и женщины. Развитию геморроя способствует сидячий образ жизни. Если у вас сидячая работа старайтесь вставать каждый час, чтобы поразмяться. Запор, твердый кал или понос также способствуют развитию геморроя.

Раствор для клизм

Каменное масло обладает противоопухолевым действием, быстро снимает воспаление и боль. Очень хорошо делать микроклизмы раствором каменного масла (3 г на 3 л воды).

Советую добавлять в раствор каменного масла несколько капель настойки *борца джунгарского*. Борец — эффективное противоопухолевое средство, вот и получается «два в одном».

Эти микроклизмы помогут не только при геморрое, но и при трещинах заднего прохода.

Заболевания дыхательных путей

Дышать — значить жить, и без дыхания нет жизни. С этим постулатом трудно не согласиться. Мы дышим с самого первого момента рождения и до самой смерти. Недаром же синонимом сочета-

ния «всю жизнь» стала фраза «от первого вздоха до последнего». Человек может довольно долго прожить без еды, труднее ему быть без воды, но без кислорода, необходимого для всех органов, жизнь будет длиться не более 10 минут.

Заметьте, слово «дыхание» родственно словам «дух» и «душа». Конечно же, это не может быть случайностью. На Востоке считают, что дыхание и дух связаны самым тесным образом, а с помощью дыхательных упражнений можно не только укрепить физическое здоровье, но и развить умственные способности, силу воли, проницательность.

Заболевания дыхательных путей — одни из самых распространенных болезней. Как показывает статистика, каждое третье обращение к врачу связано именно с нарушениями в бронхолегочной системе.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА

Одно из самых тяжелых заболеваний дыхательных путей — бронхиальная астма. Лекарственные препараты, которыми располагает современная традиционная медицина, увы, не способны обеспечить полное выздоровление. С их помощью можно лишь облегчить неприятные симптомы.

Для этой болезни характерны частые тяжелые приступы удушья, вызываемые спазмами бронхов.

Причин появления астмы много. Исследователи считают, что в отдельных случаях астма может иметь наследственное происхождение, в других — обусловлена действием различных аллергенов (домашней пыли, пыльцы растений и т. п.) и инфекций (бактерий, вирусов, грибов).

Компресс из каменного масла

В Сибири от астмы издавна лечили с помощью компрессов из каменного масла со спиртом.

Возьмите 3 г каменного масла и растворите в 150 мл кипяченой теплой воды, добавьте 100 мл медицинского спирта. Сложенную несколько раз марлю хорошо смочите в растворе, отожмите и приложите на больное место, закройте целлофаном и сохраняйте тепло всю ночь. Компресс кладите на грудную клетку на ночь. Общее число таких компрессов должно составлять от 10 до 15.

ТУБЕРКУЛЕЗ ЛЕГКИХ

Туберкулез легких продолжает оставаться одной из наиболее распространенных инфекций в мире и представляет огромную опасность для здоровья современных людей.

В России в последние годы туберкулез распространился в глобальных масштабах, и медики даже поговаривают об угрозе национальной безопасности. Причем заболевают люди самых разных возрастов — от детей до стариков.

Как и 100 лет назад, основными причинами роста заболеваемости туберкулезом остаются социальные факторы: снижение уровня жизни, алкоголизм и различные виды наркомании, активная миграция населения. Да и среди населения отношение к обследованию на наличие туберкулеза нередко бывает отрицательным. Вот и получается, что больные открытой формой болезни находятся среди здоровых людей, распространяя губительные бактерии. Прибавьте к этому неблагоприятные экологические условия, ослабляющие

здоровье легких, и получите картину довольно устрашающую...

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, в мире насчитывается около 20 миллионов больных туберкулезом, в том числе около 7 миллионов — с открытой формой. Каждый год заболевает туберкулезом примерно 3,5 миллиона человек и более 1 миллиона умирает от него.

Туберкулез возникает из-за бактерий, которые попадают в организм различными путями. Чаще всего — воздушно-капельным путем. Инфекция может распространяться с пищей, через поврежденные слизистые оболочки.

И все-таки туберкулез — болезнь социальная. Почему?

Проникновение бактерии туберкулеза в здоровый организм человека в большинстве случаев проходит бесследно. Возникшие при этом небольшие туберкулезные изменения самопроизвольно излечиваются. Более того, первое заражение чаще происходит в детском возрасте. Подавляющее большинство людей перенесли заражение туберкулезом и остались здоровы.

Болезнь развивается из старых, загложших туберкулезных очагов при неблагоприятных условиях: отсутствии полноценной, здоровой пищи, проживании в холодных, сырых, пыльных помещениях, недосыпании. И вот это — уже социальные факторы.

Можно ли предотвратить туберкулез? Да, конечно, можно.

Наиболее действенной профилактикой будет то, что уже всем давно известно: здоровый образ жизни, занятия спортом, отказ от вредных привы-

чек (курения, употребления алкоголя). Не пренебрегайте вакцинацией, регулярно проходите флюорографическое обследование. Особенно тщательно должны следить за своим состоянием больные язвой желудка. Мы с вами уже говорили, что между этими заболеваниями существует прямая связь.

Еще в 1997 году на 7-м конгрессе по болезням органов дыхания, проходившем в Москве, ученые из города Алма-Ата Т. О. Омаров, О. Д. Даирбеков, Т. В. Успенская, Р. Б. Дуйсенова выступили с докладом, который имеет к нашей теме непосредственное отношение. В докладе говорилось о том, как влияет прием каменного масла и некоторых эфирных масел на выздоровление больных туберкулезом легких. Оказывается, что при приеме каменного масла значительно снижаются побочные эффекты химиотерапии, а улучшение состояния больного наступает в 1,5–2 раза быстрее (по сравнению с пациентами, которые лечились только традиционными методами).

Для улучшения состояния больного туберкулезом легких рекомендована обычная схема приема каменного масла: раствор из расчета 3 г на 2 л воды, пить по 1 стакану 3 раза в день за 30 минут до еды.

Действительно, результаты лечения туберкулеза этим уникальным веществом удивительны! По всей видимости, это связано с высокой бактерицидной активностью каменного масла, которая в несколько раз превышает активность известных антибиотиков. Приведу вам один пример — историю болезни мужчины в полном расцвете сил, жизнь которого круто изменилась после того, как из уст врача впервые прозвучал страшный диагноз: туберкулез.

Виктор, 42 года.

Диагноз: Туберкулез легких с очагами распада легочной ткани.

Заболел в июне 1998 года (в 35 лет): поднялась температура до 40 °С, слабость, потеря сознания, кашель. Первичный диагноз — грипп.

При обследовании через 10 дней на обзорной рентгенограмме грудной клетки от 29 июня 1998 года и томограмме справа в верхней доле определяются очаги распада с дорожкой к корню.

От предложенной госпитализации отказался.

Традиционное лечение с 5 июля 1998 года.

Первые 2 недели лечение переносил тяжело. При росте 179 см весил 54 кг, седые волосы, на коже гнойные высыпания по всему телу, черные синяки под глазами, парализующая слабость, тошнота, частая рвота, бессонница.

Через 2 недели начал принимать каменное масло в концентрации 3 г на 600 мл воды 3 раза в день.

Тошнота и рвота прекратились в первый день, на вторые сутки смог выходить гулять, улучшилось настроение, появился аппетит, стал спать. Кожа очистилась через 2 недели.

Через месяц: восстановился цвет волос, окреп настолько, что сам смог сесть за руль автомобиля, прибавил в весе 4 кг.

На обзорной рентгенограмме и томограмме правой верхней доли от 26 октября 1998 года (через 4 месяца от начала лечения) в сравнении с 29 июня 1998 года отмечается рассасывание инфильтрации и очагов справа в верхней доле. Легочные поля прозрачны, корни структурны.

Диагноз: очаговый туберкулез справа в фазе рассасывания.

Рост: 179 см, вес: в июле — 54 кг, в октябре — 65 кг.

Клинические и биохимические анализы в пределах нормы.

На «очищение легких» потребовалось 4 месяца — с июля по октябрь.

Весь курс химиотерапевтических препаратов совместно с приемом каменного масла занял 9 месяцев.

Выписан (в январе 1999 года) с больничного листа по выздоровлении. В дальнейшем, по настоящее время, принимает раствор каменного масла для профилактики (3 г на 2 л, 3 раза в день до еды, 2 месяца в полгода).

Здоров.

При контрольных рентгенограммах грудной клетки (через 2 года от начала заболевания) отмечается полное восстановление структуры легочной ткани, без кальцинатов и рубцовых изменений.

Эта история болезни должна стать для нас хорошим вдохновляющим примером. Нельзя унывать и отчаиваться, с каким бы заболеванием мы ни столкнулись. Нужно лишь взять себя в руки и лечиться — грамотно, уверенно, серьезно. Использовать удивительные и поразительные по силе воздействия дары природы, и тогда недуг отступит. Обязательно.

При туберкулезе (приступе сильного кашля) делайте ингаляции с медом или каменным маслом. Рецепт раствора обычный: 3 г препарата на 3 л воды.

Дополнительные рекомендации

Не ограничивайтесь только каменным маслом и традиционным лечением. В народной медицине существует немало растительных средств, которые с успехом применяются в лечении туберкулеза легких. Приведу один из самых действенных методов.

Состав при туберкулезе легких

Береза (почки) — 25 г, *алоэ (листья)* — 1 стакан, *липа (цветы)* — 10 г.

Растопите 1,2 кг меда в эмалированной кастрюле, не давая закипеть, добавьте мелко нарезанные листья алоэ и кипятите 5–10 минут на слабом огне. Отдельно в 2 стаканах воды варите березовые почки и цветы липы 3 минуты, настаивайте 15–20 минут, процедите и отожмите. В остывший мед влейте отвар почек и цветов, хорошо размешайте и разлейте в темные бутылки, добавляя 100 г оливкового масла. Принимайте по 1 ст. ложке 3 раза в день, взбалтывая перед употреблением.

Как видите, в состав этого средства входят растения, известные своей целебной силой, а также мед и оливковое масло. Это средство прекрасно укрепляет иммунитет и, что очень важно, целенаправленно действует на всю дыхательную систему, помогая ей восстановиться.

Женские болезни

Важную и ответственную роль доверила природа женщинам — роль матери. Для этого она наделила женщин нежностью и заботливостью, терпением и мягкостью. И создала в их организме сложную систему, ответственную за продолжение рода. Здесь предусмотрено все: зачатие и вынашивание ребенка, его рождение и вскармливание. Однако при всем своем совершенстве эта система очень хрупкая и нередко дает сбой. Гинекологические заболевания причиняют страдания женщинам и сказываются на здоровье будущих детей.

Нередко женщины, страдающие гинекологическими (воспалительными и инфекционными) заболеваниями, не спешат обратиться к врачу, занимаются самолечением или вообще никак не лечатся. В результате болезнь может стать хронической, привести к внематочной беременности, эндометриозу, развитию опухолей и многим другим патологиям репродуктивной системы. Нередко они заканчиваются бесплодием. Лучше этого не допускать, а лечить болезнь, когда она находится в начальной стадии.

Доказано, что каменное масло очень эффективно борется с женскими недугами. Оно оказывает мощное противовоспалительное действие, активно борется с вредными микроорганизмами, предупреждает образование опухолей. Его успешно применяют при эрозии шейки матки, эндометриозе, миоме, мастопатии и даже при бесплодии.

При гинекологических заболеваниях каменное масло применяют внутрь, а также используют для спринцеваний, компрессов и тампонов.

Эрозия шейки матки

В последнее время я все чаще слышу от знакомых о «банальных» (!) женских болезнях, среди которых — эрозия шейки матки, молочница, кольпит. Болеют и взрослые, и совсем юные. Каким бы распространенным ни было данное заболевание, эрозию шейки матки никак нельзя назвать «банальным» и тем более не стоит к нему относиться как к безобидному недоразумению. Почему? Попробуем разобраться.

Шейка матки — это часть матки, выступающая во влагалище. Это единственная часть половой системы женщины, доступная непосредственному осмотру. И именно здесь чаще всего обнаруживают злокачественные опухоли.

Рак шейки матки... Диагноз, страшный вдвойне, потому как речь идет не просто об угрозе жизни, но и об угрозе жизни женщины — ее способности быть матерью, женой. Да, не секрет, что порой для женщины страшнее потерять способность вынашивать детей, возможность иметь полноценную семью, чем саму жизнь...

Причина частых заболеваний шейки матки связана с ее анатомическим расположением: она вплотную соприкасается с влагалищем, поэтому при любой инфекции воспаление переходит на нее. Внутри шейки матки проходит канал, соединяющий ее с полостью матки. Стенки этого канала выстланы так называемым цилиндрическим эпителием, клетки которого являются идеальным местом жительства большинства бактерий и вирусов. Поэтому даже при излечении инфекции влагалища (кольпит, вагинит) внутри канала шейки матки возбудители могут оставаться.

Эрозия шейки матки, состоящая целиком из цилиндрического эпителия, поддерживает воспаление, поэтому при ее наличии часто бывает недостаточно ограничиться приемом антибиотиков — необходимо убрать сам очаг инфекции. Во время полового акта шейка матки травмируется, и повышается риск передачи инфекции. Большинство инфекций, поражающих шейку матки, передаются именно половым путем. Поэтому основной профилактикой воспалительных заболеваний, эрозии

и рака шейки матки является использование презерватива, даже если контрацепция достигается другим способом (например, противозачаточными таблетками). Длительное существование воспаления приводит к изменению свойств клеток и повышению скорости их деления, что может привести к образованию опухоли — сначала доброкачественной, затем злокачественной.

Злокачественная опухоль в шейке матки — самая распространенная локализация рака у женщин, если не считать молочной железы.

Средний возраст женщин, у которых обнаруживают рак шейки матки, — 35–40 лет. Любая патология шейки матки при отсутствии лечения или неправильной терапии может перейти в рак шейки матки.

Очень немногие заболевания шейки матки лечатся консервативно (то есть без операции). В настоящее время популярно применение терапевтического лазера. Но курс лечения обязательно должен выбрать специалист по патологии шейки матки. Обычный гинеколог и уж тем более специалист по лазерной медицине не могут влиять на выбор лечения. Применение же тампонов, пропитанных маслами или, к примеру, медом, противопоказаны. Дело в том, что они ускоряют деление клеток, при этом эрозия заживает, но возникшие опухолевые клетки продолжают ускоренно делиться.

Современный метод лечения патологии шейки матки — это удаление ее слизистой хирургическим лазером. В отличие от диатермокоагуляции, предлагаемой в женских консультациях, хирургический лазер не оставляет рубцов на шейке и показан нерожавшим женщинам. Это единственный метод лечения, который позволяет убрать патоло-

гию на нужной глубине, что позволяет избежать повторения (рецидива) образования эрозии из-за того, что ее не до конца убрали.

Патология шейки матки почти никак себя не проявляет. Симптомы, которые требуют обращения к гинекологу: любые выделения, особенно сукровичные, появляющиеся после полового акта. Помните общий принцип медицины: *лечатся те болезни, которые только начинаются или вообще еще не существуют.*

Запомните! Лечение инфекции обязательно должно предшествовать лечению эрозии. Во-первых, избавление от инфекции может привести к самостоятельному исчезновению эрозии; во-вторых, хирургическое вмешательство в жизнедеятельность любого органа, в том числе и шейки матки, невозможно в условиях «загрязнения» микробами: это может привести к развитию осложнений.

Не умаляя возможностей поликлиник, которые рекомендуют при этом воспалительном заболевании спринцевания 2%-м раствором гидрокарбоната натрия, тампоны с антибиотиками, вагинальные эстрогенные мази, заместительную терапию эстрогенами, мы обратимся к народным методам лечения (обращаю ваше внимание на то, что речь не идет о запущенной форме болезни, которая требует радикальных методов лечения). Каменное масло может оказать в данном случае неоценимую услугу.

Питъевой раствор каменного масла

Растворите 3 г каменного масла в 1 л кипяченой воды. Пейте по 1 стакану 3 раза в день за

20–30 минут до еды. При повышенной кислотности — за 1 час до еды.

Растворы для спринцеваний

Растворите 5 г каменного масла в 500 мл воды. Проводите спринцевание перед сном, используя теплый раствор — 100 мл за процедуру. Курс лечения — 15 дней. Затем сделайте двухнедельный перерыв и при необходимости повторите лечение.

Как показывает практика, для второго курса лучше разводить каменное масло в настое *корня бадана толстолистного*.

Залейте 1 ст. ложку корней 500 мл воды, кипятите в течение 15 минут, процедите. В теплый раствор добавьте 2 капли каменного масла и используйте для спринцеваний на ночь так же по 100 мл. Курс — 15 дней. Чередуйте эти методы до полного выздоровления.

ЭНДОМЕТРИОЗ

Эндометриоз — одно из наиболее распространенных гинекологических заболеваний женщин в возрасте от 25 до 40 лет.

Эндометрий — это внутренняя оболочка матки, которая отделяется и выходит наружу во время менструации. Эндометриоз делят на генитальный и экстрагенитальный.

Генитальный эндометриоз характеризуется тем, что ткань, которая похожа на эндометрий, располагается не в полости матки, а в органах малого таза, и образует узелки и разрастания. Чаще всего эндометриоидные очаги образуются в яичниках,

маточных трубах, шейке матки, слизистой стенок влагалища, в области заднего маточного пространства и на связках, которые поддерживают матку.

При *экстагенитальном эндометриозе* гетеротопия клеток эндометрия находится в петлях кишечника и прямой кишке, на конечностях и в мочевом пузыре в области передней стенки живота и пупочного кольца. Эндометриоидные гетеротопии, которые располагаются вне полости матки, не представляют собой опасности, так как они не злокачественные. Однако в настоящее время наблюдается рост числа больных с онкологическими заболеваниями женских половых органов, которые сопровождаются эндометриозом.

Факторы, которые провоцируют возникновение и развитие эндометриоза, можно разделить на две группы: повышающие и снижающие риск заболевания.

Повышают риск возникновения эндометриоза:

- ✱ наследственная предрасположенность;
- ✱ высокий уровень эстрогенов;
- ✱ возраст старше 35–45 лет;
- ✱ уменьшение длительности менструального цикла;
- ✱ увеличение объема кровопотери при менструации;
- ✱ злоупотребление кофеином и алкоголем;
- ✱ нарушение обмена веществ с висцеральным типом ожирения;
- ✱ действие химических веществ.

Снижают риск эндометриоза:

- ✱ гормональные контрацептивы;

- ❖ предыдущее использование ВМС;
- ❖ никотин.

Одним из главных симптомов эндометриоза являются болевые ощущения до и во время менструации, увеличение размеров эндометриоидных узелков, а также боли при половом акте и дефекации. Как показывает практика, у каждой третьей больной при обследовании молочных желез обнаруживается галакторея — выделение молозива из сосков. Нарушение менструального цикла может быть как в виде скудных кровянистых выделений до или после менструаций, так и в виде обильных менструаций. У некоторых женщин с эндометриозом заболевание протекает бессимптомно. Это объясняется индивидуальной особенностью женщины.

В чем опасность этой болезни? Исследования медиков показывают, что 35–45% больных с эндометриозом страдают бесплодием.

Эндометриоз — заболевание сложное, плохо поддающееся лечению. Когда все традиционные методы уже испробованы, а желаемые результаты так и не достигнуты, естественные методы лечения становятся для многих женщин последней надеждой. Нарушения слизистой оболочки матки действительно сложно лечатся, но натуральные препараты в данном случае оказываются практически единственными, с помощью которых можно добиться успехов в лечении.

Приведу схему лечения, которая, как показывает практика, дает положительные результаты. Помните, что процедуры нужно проводить регулярно, вплоть до полного излечения. Длительность терапевтического курса зависит от степени сложности заболевания.

Каменное масло — незаменимый компонент этой схемы.

Питьево́й раство́р каменного масла

Его необходимо принимать внутрь. Рецепт вам уже знаком: 3 г каменного масла растворите в 3 л воды, пейте по 1 стакану 3 раза в день.

Во-первых, каменное масло повышает иммунитет, во-вторых, нормализует работу щитовидной железы, потому что содержание йода в нем весьма велико. А ведь известно, что именно неправильная работа щитовидной железы нередко является причиной воспалительных гинекологических заболеваний.

Дополнительные рекомендации

Вторая составляющая борьбы с воспалительными гинекологическими заболеваниями — прием целебных трав (настои, настойки, отвары). Незаменимы такие травы, как *боровая матка* и *грушанка круглолистная*. В аптечке каждой женщины, думающей о своем здоровье, эти травы должны занять самое почетное место.

Грушанка и боровая матка нетоксичны, улучшают кровообращение, препятствуют развитию воспалительного процесса, оказывают антибактериальное действие на всю мочеполовую систему.

Настойка при воспалительных гинекологических заболеваниях

Настойку можно готовить из боровой матки или из 3 трав, взятых поровну: *боровой матки*, *грушанки круглолистной* и *зимолюбки*. 50 г сырья залейте 0,5 л водки, дайте настояться в течение 2 недель в темном месте. Принимайте по 30 капель 3 раза в

день до еды. Курс лечения — 1–2 месяца. Перерыв — 10 дней, затем курс следует повторить.

При женских заболеваниях очень полезно спринцевание водным настоем боровой матки или грушанки круглолистной.

Настой боровой матки и грушанки круглолистной для приема внутрь и спринцеваний

Залейте 2 ч. ложки сырья 1 стаканом кипятка, настаивайте в термосе 2 часа, процедите. Принимайте по 1/4–1/3 стакана в день перед едой. Курс лечения — 2 месяца. Этот же настой используют для спринцеваний.

Спринцевания делают перед сном, а после них во влагалище ставят тампон с раствором каменного масла: 3 г каменного масла на стакан теплой кипяченой воды. Курс лечения — 2–3 месяца.

Миома

Миома — доброкачественная опухоль, развивающаяся из мышечного слоя матки. Это самая распространенная опухоль у женщин 35–55 лет.

Миома матки бывает одиночная и множественная, микроскопическая и гигантская. Самая большая миома, удаленная у женщины, весила более 15 кг! Часто женщины, страдающие миомой, опасаются перерождения этой доброкачественной опухоли в злокачественную. Однако бояться не стоит: перерождение миомы в злокачественную опухоль происходит редко — всего в 1–1,5% случаев. Гораздо чаще встречаются другие отрицательные последствия миомы: бесплодие, выкидыши, тяжелые роды, кровотечения.

С наступлением менопаузы (климакса) миома может уменьшиться в размерах.

Причины образования опухоли исследователям до конца не ясны, но предполагают, что дело в гормональных нарушениях. Обычно связывают образование миомы с высоким уровнем женских гормонов (эстрогенов). Парадоксально, но женщина, в организме которой много этих гормонов, вряд ли произведет впечатление подверженной болезням. Напротив, она активна, жизнерадостна, женственна, как говорят, «сияет здоровьем», у нее хорошие кожа и волосы.

Замечено, что чаще эту опухоль находят у женщин с нерегулярным менструальным циклом или у тех, кто перенес аборт.

Поводом для визита к гинекологу должны стать длительные и обильные менструации и внеменструальные кровотечения.

Кстати, хочу обратить ваше внимание на то, что вагинальные кровотечения, не связанные с менструальным циклом, являются тревожным симптомом и нередко указывают на развитие опухолевого процесса. Поэтому не жалейте времени, преодолевайте неприязнь к гинекологическому кабинету и при любых подозрительных симптомах обращайтесь к врачу. Повторюсь в который раз: своевременный визит к доктору порой оказывается более важным для успешного лечения, чем самые эффективные лекарства!

Боли при миоме случаются редко и обычно свидетельствуют либо о больших размерах опухоли, которая начинает давить на соседние органы, либо о нарушении кровообращения внутри самой миомы. Острые боли могут быть, если опу-

холь «перекрутилась», — такое бывает в редких случаях.

Чаще всего в лечении миомы прибегают к операции, задачи которой определяются в каждом случае отдельно. У молодых женщин операцию стараются ограничить только вылушиванием узлов. Однако у рожавших женщин старше 40 лет нередко удаляют матку целиком или ее часть. Операция зависит от особенностей миомы, которые может установить только врач.

Развитие доброкачественных новообразований можно и нужно предупреждать заранее. Для этого, кроме соблюдения здорового образа жизни, важно не допускать абортов, беречь здоровье, проводить своевременную коррекцию гормональных нарушений, ни в коем случае не запускать гинекологические заболевания.

Исследователи считают, что рождение детей в определенном возрасте может избавить женщин от многих неприятностей, в том числе и от миомы. Первые роды рекомендуются в 22 года, вторые — в 25 лет, последующие — до 35 лет.

Специалисты советуют кормить ребенка грудью в течение 4–6 месяцев после родов. Это положительно сказывается на психологическом состоянии мамы и малыша, а кроме того, нормализует содержание гормонов в организме женщины. Как известно, именно гормональные нарушения становятся основной причиной образования миомы.

Считают, что склонность к развитию миомы передается по наследству, поэтому, если у вашей матери или ближайших родственниц была обнаружена опухоль, посещайте гинеколога не реже одного раза в год. Старайтесь также избегать чрез-

мерного ультрафиолетового облучения, повышенных температурных воздействий, особенно после 30 лет.

Схема, приведенная чуть выше для лечения эндометриоза, подойдет и для лечения миомы. Каменное масло нормализует гормональный баланс и повышает иммунитет, а травы — *боровая матка*, *грушанка круглолистная*, *омела белая*, *софора японская*, *бадан толстолистный* — помогут избавиться от новообразования максимально безопасным и эффективным способом.

Раствор каменного масла

Возьмите 3 г каменного масла на 2 л воды, принимайте 10–12 дней, а затем 3 г на 1 л воды, принимайте 12 дней. Следует сделать перерыв на 1 месяц и повторить курс 2–3 раза.

Дополнительные рекомендации

Не забывайте, что при миоме противопоказаны любые перегревы (в бане, на пляже, во время каких-то лечебных процедур).

При доброкачественных опухолях в области матки хорошо помогают *спорыш (горец птичий)*, *хвощ полевой*, *медуница лекарственная*. Не пренебрегайте и сабельником: он очищает организм и укрепляет иммунную систему.

Эффективен при миомах следующий состав.

Сбор при миоме

<i>Березовые почки</i>	— 200 г
<i>Календула</i>	— 100 г
<i>Крапива</i>	— 200 г
<i>Подорожник</i>	— 200 г

<i>Сосновые почки</i>	— 200 г
<i>Тысячелистник</i>	— 150 г
<i>Чага</i>	— 400 г
<i>Чистотел</i>	— 50 г
<i>Шиповник</i>	— 200 г
<i>Ягоды калины</i>	— 200 г

Залейте травы 5 л холодной кипяченой воды. Доведите до кипения, снимите с огня. Закройте плотно крышкой, дайте настояться 48 часов в теплом месте, затем отожмите. Добавьте 0,5 л спирта и 0,5 кг меда, хорошо размешайте. Поставьте на 12 часов в холодильник. Храните в сухом прохладном месте.

Взгляните еще раз на только что приведенный состав: это снадобье — настоящий эликсир здоровья! *Чага* известна своим противоопухолевым действием, *ягоды калины, шиповник и мед* — самая что ни на есть сокровищница витаминов и минералов, а целебным свойствам каждого из остальных компонентов можно посвятить отдельную книгу. Принимают данное средство по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 3–4 месяцев.

БЕСПЛОДИЕ

Материнство — это, безусловно, самая важная составная часть женского счастья. Но, к сожалению, испытать радость материнства может не каждая женщина, и причин тому много... Чаще всего истоки женского бесплодия кроются в последствиях воспалительных заболеваний, возникающих у каждой второй женщины после аборта.

Не проходят бесследно и заболевания, передающиеся половым путем. Запущенные формы си-

филиса, хламидиоза, генитального герпеса и ряда других заболеваний приводят к бесплодию. Еще одна распространенная причина — недоразвитость (или инфантилизм) матки и маточных труб.

Вряд ли кто-то сможет понять отчаяние бездетных супругов, лишенных возможности стать родителями. Тем более что традиционная медицина может предложить не так уж много: по статистике лишь каждая четвертая бесплодная пара после лечения может иметь детей. Когда же традиционная медицина бессильна, остается надежда на нетрадиционные методы... Каменное масло — одно из старинных сибирских средств борьбы с бесплодием.

Приведу письмо молодой женщины, которое попало ко мне случайно (коллеги передали в редакции, узнав, что я интересуюсь каменным маслом). Она на своем опыте убедилась, как действительно горное средство.



Здравствуйте!

Хочу рассказать о том, как мне помогло чудесное средство под названием «каменное масло». Как-то, когда я еще училась в школе, простудилась и заработала острый цистит и воспаление придатков. Лечилась долго.

Пять лет назад вышла замуж и тут-то моя «школьная» болезнь и напомнила о себе: прожили с мужем два года, а детей все нет. Все мои подружки и одноклассницы уже с колясками гуляют, а я только плачу в подушку и молю Бога, чтобы он помог мне в несчастье. И помог все-таки! Как-то в поликлинике (куда я пришла совсем по другому поводу) разговорилась с женщиной в очереди. Как обычно, у кого что болит, тот о

том и говорит. И посоветовала она мне попробовать лечиться каменным маслом и адрес дала, по которому это масло можно заказать. Через месяц я получила каменное масло и делала все, как та женщина сказала: спринцевалась и принимала внутрь. И, о счастье! Через три месяца я забеременела!

Сейчас моему сыну два года, а каменное масло у нас в доме всегда есть: помогает оно и при ожогах, и при переломах, и от многих других болезней.

Очень жалею, что не спросила имя той женщины, которая посоветовала мне лечиться каменным маслом. Но, может, если ей попадется это письмо, она будет знать, как я ей благодарна.

Елена С., Пензенская область

Так что, милые женщины, может, и кому-то из вас поможет каменное масло. Но прежде чем перейти к рецептам, хочу напомнить, что не всегда виновницей бездетных браков бывает женщина. Мало кто знает, что в 40% случаев бездетность — следствие мужского бесплодия. Причем, вопреки расхожему мнению, мужское бесплодие никак не связано с потенцией.

К примеру, в истории Елены С. нет ничего «чудесного». Случай этот вполне закономерен. Судя по письму, причиной бесплодия стали воспалительные процессы. Каменное масло, как известно, обладает высокой противовоспалительной активностью, а значит, борется с самой причиной несчастья. Кроме того, причиной бесплодия может стать нехватка в организме цинка, который содержится в каменном масле. Обычно я рекомендую женщинам пить известный вам раствор каменного масла: 3 г масла на 3 л воды по 1 стакану в день и спринцеваться, как и при эрозии шейки матки.

Дополнительные рекомендации

Для всех женщин, страдающих бесплодием, обязательный продукт — *мякоть тыквы*. Сырая тыква в большом количестве содержит витамин Е, который способствует устранению многих причин бесплодия.

Свежую сырую мякоть тыквы принимайте, начиная с 20–30 г 1 раз в день, и постепенно увеличивайте количество до 150 г в день за 20–30 минут до еды. Курс лечения — 1,5–2 месяца. После перерыва в 10–15 дней повторите его.

Внимание!

Если вы страдаете гастритом с пониженной кислотностью желудочного сока, язвенной болезнью желудка или двенадцатиперстной кишки, то сырая тыква вам противопоказана. В этом случае по такой же схеме принимайте вареную мякоть тыквы.

Мой опыт показывает, что хороший результат может дать *пчелиное (маточное) молочко*. Оно способствует омоложению организма, помогает ему бороться с инфекциями, и показано женщинам при бесплодии. Из пчелиного молочка готовят следующее лекарство.

На водяной бане смешайте 10 г пчелиного молочка со 100 г меда. Растворите 1/2 ч. ложки смеси в 0,5 стакана теплого молока и пейте раствор 3–5 раз в день за 60–90 минут до еды.

Мастопатия

Мастопатия — доброкачественная опухоль молочной железы — поражает 8 женщин из 10. Мастопатия в ряде случаев приводит к возникновению рака молочной железы.

К сожалению, чаще всего бывает так: у женщины обнаруживают это заболевание, но никаких существенных мер не предпринимают, а лишь пассивно наблюдают за течением болезни. Активные же действия начинаются, когда процесс приобретает явно злокачественные черты: быстрый рост узла, изменения конфигурации желез, сосков, кожи на железе и тому подобные.

Если перед менструацией возникает боль в груди, а с ее началом боль стихает, то это уже серьезный повод, чтобы пройти обследование. Нередко женщины терпят боль в груди, годами не обращаясь к врачу. И совершают опасную ошибку, так как именно на ранней стадии мастопатия лечится легко.

На следующей стадии в ткани молочной железы образуются плотные узлы размером от горошины до грецкого ореха. Боли в груди становятся более интенсивными, могут отдавать в плечо, подмышечную впадину. Порой болезненно малейшее прикосновение к груди. Из соска может выделяться кровянистая или прозрачная жидкость. При ощупывании груди легко определяется дольчатость или зернистость тканей. На этой стадии заболевания боли в груди не исчезают с началом менструации. Тут уже медлить нельзя — нужно срочно идти к врачу. Чем раньше будет поставлен верный диагноз, тем проще будет изгнать болезнь из организма. Поэтому врачи всего мира активно пропагандируют методику самообследования груди. К сожалению, мне не раз приходилось убеждаться, что в нашей стране многие женщины лишь приблизительно представляют, как провести самообследование. Поэтому поговорим о том, как же это следует делать.

Каждая женщина в возрасте от 30 лет (а можно и раньше) не менее чем один раз в месяц должна самостоятельно осматривать свою грудь. Осмотр полностью повторяет действия врача и основывается на тех же принципах.

Самообследование нужно проводить в первой половине менструального цикла, лучше всего — в первые дни после менструации. Обследование состоит из двух частей: осмотр груди с помощью зеркала и ощупывание (пальпация).

Встаньте прямо напротив зеркала, опустив руки вниз. Комната должна быть хорошо освещена. Посмотрите внимательно, нет ли следующих признаков:

- ✧ увеличения или уменьшения размеров грудей, в особенности их асимметрии (одна грудь больше другой), изменения формы;
- ✧ изменения формы и положения сосков: набухания или втянутости, разницы в положении сосков;
- ✧ покраснения или отека кожи груди, имеющий вид так называемой «лимонной корки», внешне напоминающей кожуру лимона;
- ✧ наличия сыпей или изъязвлений на коже груди.

Осмотрев грудь с опущенными руками, нужно сделать то же самое, но уже подняв руки. Это положение позволит хорошо рассмотреть нижние части грудей. Если груди большие и отвисшие, то можно приподнять их рукой.

В норме груди должны быть одинаковой формы, симметричными, соски находиться на одной линии. Кожа чистая, гладкая, нормальной окраски.

После осмотра можно приступать к ощупыванию (пальпации). Для этого лягте или сядьте пря-

мо на жесткий стул со спинкой. Каждая грудь ощупывается противоположной рукой либо двумя руками сразу.

Начинайте с левой груди.

Ощупывание проводится, начиная с соска (наличие выделений).

Затем, совершая мягкие круговые поглаживающие движения пальцами, ощупывайте всю грудь, начиная с верхнего наружного участка груди и далее по часовой стрелке.

При осмотре наружной части груди левая рука опущена вдоль туловища. Во время ощупывания верхней части эту же руку поднимите за голову.

Если грудь большая или отвисшая, то ощупывать ее лучше лежа. При этом, исследуя наружные отделы левой груди, нужно слегка повернуться на правый бок, а исследуя внутренние отделы — на левый. При ощупывании правой груди соответственно повороты туловища делают наоборот.

При осмотре вас должны насторожить следующие признаки:

- ✱ уплотнение соска, выделения из него (коричневые, кровянистые, светлые, желтоватые зеленоватые); наличие выделений можно определить, внимательно рассмотрев внутреннюю поверхность бюстгалтера или сорочки, непосредственно соприкасающихся с грудью;
- ✱ наличие узелковых уплотнений (при определении опухоли нужно отметить ее размеры положение);
- ✱ обратите внимание на состояние лимфатических узлов: из молочных желез лимфа направляется в узлы, расположенные под мышка

ми, в надключичных ямках и в боковых частях шеи — вот на них-то и нужно обратить внимание.

Если, не дай Бог, вы обнаружили какие-то неполадки, не медлите, а обратитесь к гинекологу или маммологу. Параллельно с лечением, которое вам предложит врач, не забывайте о естественных методах исцеления.

При мастопатии прекрасным целебным средством является *питьевой раствор и компресс из каменного масла*. Приведу мнение члена-корреспондента АН РК, главного маммолога Казахстана профессора А. Е. Есенкулова: «В маммологической клинике КазНМУ в течение двух лет назначали „Бракшун“ (каменное масло) при лечении больных в возрасте от 24 до 52 лет с диффузными и локализованными формами мастопатии. Практически у всех пациенток (до 96%) до лечения были жалобы на боли в молочных железах перед месячными. После лечения боли перед месячными исчезли у 90% пациенток с масталгией и у 75% — с фиброзно-кистозными формами мастопатии. Каменное масло использовалось по традиционной схеме в виде раствора концентрации 0,3–0,4% 3 раза в день в течение месяца».

От себя прибавлю, что сочетание процедур — прием каменного масла внутрь (питьевой раствор) и компрессов — усилит лечебный эффект.

Компресс при мастопатии

Растворите 3 г (1 ч. ложку) каменного масла в 150 мл кипяченой теплой воды, добавьте 100 мл медицинского спирта. Сложите марлю и хорошо

смочите ее в растворе, отожмите и приложите на больное место, закройте целлофаном и сохраняйте тепло всю ночь. Общее число компрессов — 10–15.

Вы наверняка уже заметили, что этот компресс используется не только при мастопатии, но и при многих других заболеваниях. Его целебный эффект объясняется богатым содержанием микроэлементов в каменном масле. Через кожу каменное масло легко попадает в организм, восполняет дефицит микроэлементов, нормализует состав крови и улучшает ее циркуляцию. Но из-за содержания спирта такой компресс нельзя ставить при лечении печени, почек, поджелудочной железы и для открытых ран. При заболеваниях этих органов и при лечении ран для компресса используется другой состав, о котором скажу в соответствующих разделах.

Дополнительные рекомендации

Настройтесь на длительное лечение. Не ограничивайтесь только каменным маслом, используйте и другие средства народной медицины. Фитотерапия станет отличным дополнением к курсу лечения каменным маслом. Чтобы применение трав дало стойкий эффект, нужно довольно много времени. Стандартный срок лечения составляет 1–1,5 года.

Наружные методы лечения мастопатии обязательно нужно сочетать с приемом лекарственных средств внутрь. Для этих целей обычно готовят настойки, настои и отвары. Приведу пример сбора для приема внутрь.

Сбор для приема внутрь

<i>Крапива двудомная (лист)</i>	— 2 части
<i>Донник лекарственный (цветки)</i>	— 1 часть
<i>Подмаренник цепкий (травя)</i>	— 1 часть
<i>Ясменник пахучий (травя)</i>	— 1 часть
<i>Вероника лекарственная (травя)</i>	— 2 части
<i>Зверобой крупноцветковый (травя)</i>	— 2 части
<i>Кладония альпийская (слоевище)</i>	— 2 части

Залейте 1 ст. ложку 200 мл воды. Прогревайте в течение 15 минут на водяной бане. Дайте настояться 30 минут. Процедите и долейте кипяченой воды до исходного объема. Принимайте по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Чистит

Как часто мамы говорят своим рано повзрослевшим неразумным дочкам: «Одевайся теплее, а то застудишься!» Кому не знакомы эти слова? Большинство девочек, конечно, не слушаются и про себя ругают надоедливых родителей, которые ничего не понимают в современной моде... И ходят они с сентября по март в тонком капроне, джинсах с опущенной талией и коротких курточках, поражая воображение представителей противоположного пола изящными ножками, открытым животом и поясницей. Когда я вижу девушек в такой одежде при минусовой температуре, мне самой становится зябко, а каково им?! «Но красота требует жертв!» — возразят они мне сейчас. Но лишь потом поймут, что умудренные жизненным опытом мамы были правы!

Переохлаждение действительно грозит очень неприятными последствиями. В частности, велик риск возникновения болезни под названием цистит.

Что такое цистит? Это заболевание знакомо, к сожалению, каждой второй женщине. Как и во всех медицинских терминах, окончание *-ит* обозначает воспаление. Цистит — это воспаление мочевого пузыря, одно из самых распространенных воспалительных заболеваний мочеполовых органов, которое представляет серьезную медицинскую проблему.

Циститом может заболеть человек любого возраста (и пола, кстати, тоже), но чаще всего от него страдают женщины. Это связано с анатомическими особенностями: мочеиспускательный канал у женщин короткий и широкий, инфекция по нему попадает в мочевой пузырь гораздо легче, чем у мужчин. Около 20–25% женщин переносят цистит в той или иной форме, а 10% страдают хроническим циститом. Цифры эти растут год от года.

У мужчин цистит, чаще всего, возникает как осложнение других заболеваний — простатита и аденомы предстательной железы.

Основной возбудитель цистита — кишечная палочка (в 80% случаев). Женщинам надо иметь в виду, что инфекционные заболевания половых органов (хламидии, грибы рода кандиды) очень часто становятся причиной цистита. Поэтому, если вы чувствуете симптомы цистита, посетите не только уролога, но и гинеколога. Но даже если возбудитель попал в мочевой пузырь, возникновение болезни необязательно. Защитные силы организма делают все возможное, чтобы этому помешать. Для того чтобы развился острый цистит, необходимо дейст-

вие провоцирующего фактора: переохлаждения (!), хирургического вмешательства, полового акта.

Первые симптомы цистита — частое болезненное мочеиспускание, боль в области мочевого пузыря и промежности, возможное выделение крови в конце мочеиспускания. Чем сильнее выражен воспалительный процесс, тем чаще позывы на мочеиспускание и тем сильнее боль. При тяжелых формах острого цистита больные вынуждены мочиться каждые 15–20 минут днем и ночью. Моча больного острым циститом может быть мутной из-за большого количества в ней бактерий, лейкоцитов, эпителиальных клеток и эритроцитов.

При первых симптомах цистита необходимо как можно скорее обратиться к врачу. Особенно это касается молодых, еще не рожавших девушек. Не забывайте, что цистит — это воспалительное инфекционное заболевание, которое негативно может отразиться на способности женщины к деторождению.

Каменное масло поможет вам справиться с этим недугом. Раствор этого вещества обладает сильным противовоспалительным действием и повышает иммунитет.

Кроме приема каменного масла внутрь, я бы порекомендовала при цистите делать компресс на низ живота. Вы должны уже хорошо знать рецепт такого компресса, так как я уже не раз его приводила на страницах этой книги. Напомню вам его еще раз.

Компресс при цистите

3 г каменного масла на 1 стакан теплой кипяченой воды. Сложенную несколько раз марлю хоро-

шо смочите в растворе, отожмите и приложите на низ живота, закройте целлофаном и сохраняйте тепло всю ночь. Компресс рекомендуется применять 10–15 раз.

Дополнительные рекомендации

Соблюдайте диету: откажитесь от острой, пряной, соленой и жареной пищи, алкогольных напитков. Ограничьте употребление цитрусовых. Рыбу и мясо можно есть только отварными, наваристые мясные и рыбные бульоны противопоказаны.

Больным циститом очень полезны печеный картофель, капуста, морковь, огурцы, арбузы, дыни, мякоть тыквы, молочные продукты, растительные масла (кукурузное, подсолнечное, оливковое). Эти продукты богаты калием, их энергетическая ценность достаточно высока.

Время от времени устраивайте дынные, арбузные или тыквенные разгрузочные дни. Они будут полезны не только мочевыводящей системе, но и всему организму.

Для очищения мочевого пузыря, мочевыводящих путей и почек старайтесь больше пить — не менее 1,5–2 л жидкости в сутки. Причем пейте не кофе или чай, а минеральные воды и настои трав.

Обратите внимание!

При нарушениях функций сердца обильное питье противопоказано.

Кроме каменного масла, при цистите будут полезны многие фитопрепараты: брусничный лист и ягоды брусники, зверобой продырявленный, ягоды клюквы, крапива, мать-и-мачеха, петрушка кудрявая, подорожник, ромашка аптечная, шипов-

ник. Настои и отвары этих растений помогут очистить почки, мочевой пузырь и мочевыводящие пути, снимут боль и воспаление.

Простатит

Мужчины страдают от заболеваний мочеполовой системы не реже, чем женщины. По своей практике я знаю, что мужчины склонны терпеть признаки заболевания до тех пор, пока они не станут невыносимыми. Обращение к врачу они почему-то считают чем-то постыдным и «немужественным». Трудно найти более нелепое заблуждение! Наоборот, визит к врачу требует определенной смелости и решительности, а также свидетельствует о готовности объявить войну болезни и победить, изгнав недуг из организма навсегда.

Одним из самых распространенных мужских заболеваний является простатит.

Что же такое простатит?

Простатит — это воспаление предстательной железы. При остром простатите возможны высокая температура, различные осложнения на почки, болезненное мочеиспускание. Но чаще всего заболевание встречается в хронической форме. Нередко кажется, что болезнь уже отступила, но вот чуть-чуть вы простыли, и опять те же признаки...

Некоторые врачи, да, впрочем, и пациенты, считают хронический простатит неизлечимым. Я же уверена, что это не так. Сочетая методы традиционной и народной медицины, под руководством опытного врача можно избавиться от этой напасти. Конечно, для полного выздоровления вам понадо-

биться немало терпения, целеустремленности, потому что лечение может затянуться, возможно, не на один год. Но согласитесь, что результат — полноценная и здоровая жизнь — стоит этих усилий.

Основная причина развития простатита — это попадание в предстательную железу инфекции, чему в немалой степени способствует ее анатомическое расположение в малом тазу. Инфекция может попадать в предстательную железу из мочевого пузыря, мочеиспускательного канала, прямой кишки, по кровеносным и лимфатическим сосудам малого таза.

Но само по себе попадание инфекции в простату необязательно повлечет за собой заболевание. Больше того, можно даже сказать, что для простаты, расположенной в таком «неблагополучном» месте, различные инфекции — обычное явление, которое чаще всего проходит для мужчины совершенно незаметно. Для развития же простатита со всей его неприятной клиникой нужны еще и предрасполагающие факторы. К этим факторам относятся:

- ❖ общее переохлаждение организма (вы можете провалиться в прорубь, два часа ехать в заиндевевшей электричке, отдохнуть на холодном камне или у вас дома плохо топят, — и «почва» для развития заболевания готова);
- ❖ частые запоры: заболевание может вызывать не эпизодический запор, а регулярные нарушения стула;
- ❖ малоподвижный образ жизни, работа в сидячем положении (в первую очередь рискуют водители, операторы ЭВМ и все те, кто весь рабочий день сидит и не имеет возможности встать и размяться);

- ❖ длительное половое воздержание или, наоборот, чрезмерная половая активность (и то, и другое одинаково вредно для организма, но в первую очередь отрицательно сказывается на состоянии простаты);
- ❖ хронические воспалительные заболевания организма (например, хронический бронхит) и хронические очаги инфекции в организме (например, тонзиллит, запущенный кариес);
- ❖ перенесенные венерические и урологические заболевания (гонорея, уретрит);
- ❖ нехватка в организме некоторых микроэлементов (особенно цинка);
- ❖ состояния, способствующие угнетению иммунной системы организма (например, чрезмерные физические нагрузки, регулярное недосыпание, неполноценное и нерегулярное питание, хронический стресс).

Все эти факторы либо облегчают микробам проникновение в предстательную железу, либо приводят к ухудшению кровоснабжения органов малого таза, что способствует размножению микроорганизмов и развитию воспалительного процесса.

Замечу, что причиной простатита не всегда бывает инфекция: существует и так называемый *абактериальный простатит*. Назван он так потому, что все признаки заболевания есть, а вот бактерий, то есть инфекций, нет. Это заболевание грозит тем, кто подолгу бывает в командировках и не получает женской ласки, — военным, морякам дальнего плавания.

Простатит может развиваться внезапно, как острое воспалительное заболевание со всей соответствующей симптоматикой. В этом случае у боль-

ного будут отмечаться жар, лихорадка, температура тела 38–39 °С, острые боли в промежности, паху, за лобком, в области заднего прохода, болезненные мочеиспускание и дефекация.

Однако значительно чаще простатит развивается в хронической форме, не беспокоя мужчину слишком сильно. В этом случае все перечисленные симптомы будут присутствовать в значительно меньшей степени, иногда совершенно не привлекая к себе внимание. Температура тела изредка повышается до 37 °С, периодически отмечаются боли или неприятные ощущения в промежности, неприятные ощущения при мочеиспускании и дефекации, во время которых могут отмечаться незначительные выделения из мочеиспускательного канала (это один из наиболее характерных симптомов хронического простатита).

Проявления хронического простатита очень разнообразны. У каждого больного это заболевание может протекать по-своему. Жалобы, с которыми обращается больной, на первый взгляд, не представляют собой ничего специфического (зуд или жжение в уретре, ощущения давления, тяжести в области промежности, боль различной интенсивности в области промежности, прямой кишки и т. д.).

Достаточно часто такие больные годами обивают пороги поликлиник, мучая терапевтов нескончаемыми жалобами на «боли в спине», «утомляемость», «боли в области сердца». Итогом таких хождений обычно становятся обычные диагнозы: радикулит, вегетососудистая дистония, невроз, а истинная причина — простатит — так и остается не выявленной. Выход один: говорить врачу обо

всем, что беспокоит, ничего не утаивая, причем заявляя напрямую о своих подозрениях! Простатит относится к тем заболеваниям, предотвратить которые гораздо легче, чем избавиться от них.

Каменное масло обладает мощным противовоспалительным и противоопухолевым эффектом, оно содержит цинк, необходимый при лечении простатита. Кроме того, прием раствора каменного масла значительно повышает иммунитет, что очень важно при воспалительных заболеваниях. Кстати, есть свидетельства, что коренные жители Сибири используют каменное масло как средство для повышения потенции.

Раствор для приема внутрь

3 г растворить в 3 л воды, пить по 1 стакану 3 раза в день.

Раствор для аппликаций

Приготовьте раствор из 3 г каменного масла и 1 стакана теплой кипяченой воды. Сложенную несколько раз марлю смочите в данном растворе, отожмите и положите на область промежности. Чтобы накладка не спадала, можно надеть плавки. Обычно накладку держат 1 час. Рекомендуется сделать 10–15 таких процедур.

Дополнительные рекомендации

Не отказывайтесь от средств традиционной медицины: если болезнь запущена, без них не обойтись. Каменное масло может быть вспомогательным средством лечения. Оно позволит сократить дозу синтетических препаратов и предотвратить развитие побочных эффектов.

Если болезнь находится на начальной стадии развития, можно ограничиться только каменным маслом и фитотерапией, но для этого опять-таки нужна консультация уролога.

Дорогие мужчины, если вас что-то беспокоит, не откладывайте визит к врачу! Чем раньше вы обратитесь за помощью, тем проще будут лечебные процедуры, и лечение займет меньше времени.

При простатите в легкой форме вам помогут следующие рецепты.

■ Принимать по 2 ч. ложки масла льняного семени.

■ Есть свежий лук.

■ Принимать утром и вечером по 25 штук нежареных тыквенных семечек.

■ Очень эффективна и чесночная настойка.

Чесночная настойка

Разотрите чеснок в кашицу. Залейте 1 ст. ложку кашицы 0,5 л кипятка, дайте настояться, укутав, 6–8 часов, затем процедите. Принимайте по 50 мл в день за 30–40 минут до еды. Этот рецепт поможет не только избавиться от простатита, но и восстановит потенцию. Чтобы не было неприятного запаха, нужно разжевывать кофейное зернышко или веточку петрушки.

Сахарный диабет

В последнее время врачи не устают повторять о том, как важна для всего организма правильная работа эндокринной системы. И одно из тяжелейших последствий, возникающих при неправильной

работе этой системы, — сахарный диабет. Это заболевание связано с недостаточностью в организме гормона поджелудочной железы — инсулина.

Недостаточность инсулина, в свою очередь, может привести к серьезным нарушениям обмена веществ, в частности, глюкозы, что влечет за собой тяжелые осложнения, а иногда и опасность для жизни.

Причинами этого тяжелого заболевания могут стать ожирение, сосудистые заболевания, вирусные инфекции. Кроме того, предрасположенность к сахарному диабету может передаваться по наследству.

Раствор каменного масла

Для лечения сахарного диабета приготовьте раствор каменного масла из расчета 3 г на 2 л воды. Раствор этот следует пить по 1 стакану 3 раза в день до еды. Курс лечения — 80 дней. На курс лечения необходимо 72 г масла.

При диабете средней тяжести начинайте лечение раствором малой концентрации. Курс лечения — 3–4 месяца.

Крайне важно следить за уровнем сахара в организме, для чего каждые 7 дней делайте анализ крови на сахар. Инсулин принимайте по назначению врача.

Дополнительные рекомендации

Положительного результата при лечении сахарного диабета невозможно добиться без соблюдения диеты. Лучше всего, если для вас врач разработает индивидуальную диету. Общие ее принци-

пы такие: калорийность пищи должна отвечать потребностям организма, она не должна быть слишком жирной, количество микроэлементов, витаминов, белков должно быть достаточным. Следует исключить легкоусвояемые углеводы: белый хлеб, конфеты, сладкие фрукты и сухофрукты. Кроме того, нежелательно употреблять много поваренной соли (не более 10 г в сутки). Как и при болезнях сердца, есть следует понемногу, но часто (4–5 раз в день).

Эпилепсия

Еще не так давно, в начале XX века, в народе верили в сверхъестественное происхождение эпилепсии. Эту болезнь называли «падучая» и связывали с вселением в человека духов, способных и помочь, и навредить, предсказать будущее и открыть тайны прошлого...

Конечно, современный медицинский взгляд на эпилепсию очень отличается от того, что господствовал 100 лет назад. Но и сейчас с эпилепсией связано немало загадок.

Работа мозга необычайно сложна. Несмотря на то, что ученые годами изучают человеческий мозг, многое остается непознанным, в том числе неизвестны точные причины эпилепсии.

Клетки мозга посылают друг другу электрические сигналы, контролируя двигательные, чувствительные и мыслительные функции. У некоторых людей этот процесс может внезапно нарушаться, сопровождаться припадками (пароксизмами), которые могут носить характер судорог, галлюцинаций,

потери сознания, нарушения дыхания, автоматических действий. Приступ не сопровождается болью.

Ученые связывают эпилепсию с повреждениями или заболеваниями мозга: черепно-мозговой травмой, менингитом или энцефалитом. Возможна и врожденная аномалия мозга. Нередко причину заболевания так и не удастся установить точно.

Обычно больным назначают противэпилептические препараты. При этом речь идет не о лечении эпилепсии, а о предупреждении припадков. Любое противэпилептическое средство имеет побочное действие. Кроме того, если лекарство по какой-то причине оказывается недоступным или резко отменяется, состояние больного может резко ухудшиться.

В последние годы для лечения эпилепсии все чаще применяют диетические методы. Особенно эффективной показала себя кетогенная диета (высокожировая, низкоуглеводная).

В некоторых случаях применяется хирургическое лечение эпилепсии. Конечно, оно возможно только тогда, когда точно известно, какой именно участок головного мозга поврежден.

Нетрадиционная медицина при эпилепсии не заменит полностью традиционные средства, но она позволит уменьшить дозу синтетических препаратов и предотвратит развитие побочных эффектов. В любом случае, каменное масло при эпилепсии можно принимать только по рекомендации врача и под его наблюдением (!).

Раствор от эпилепсии

В Сибири каменное масло издавна применялось как средство против падучей. Раствор каменного

масла (3 г на 2 л) пейте по 1 стакану в день за 1 час до еды. Это следует делать 3–4 раза в день. Курс лечения — 4 недели. Такой курс следует проводить ежегодно.

Дополнительные рекомендации

Все страдающие эпилепсией должны хорошо высыпаться, не подвергаться воздействию стресса, соблюдать режим, отказаться от алкоголя.

Приведу перечень некоторых растений, которые могут помочь при этом заболевании:

- ✧ аир обыкновенный (корневища, собирают с июля по сентябрь);
- ✧ корневища девясила высокого собирают в мае или сентябре;
- ✧ трава зверобоя продырявленного (время сбора — июнь-июль);
- ✧ ягоды калины обыкновенной (время сбора — сентябрь);
- ✧ листья подорожника большого (собирают с мая по август);
- ✧ листья мяты перечной (сбор в июле-августе);
- ✧ трава Melissa лекарственной (собирают в июле-августе);
- ✧ трава тысячелистника обыкновенного (собирают с июня по август);
- ✧ цветы липы плосколистной (сбор в июне-июле).

Препараты можно готовить как из отдельных растений, так и из сборов. Обычно лечащий врач составляет сбор из 6–9 растений, обладающих необходимыми лечебными эффектами.

При применении сборов настоек готовьте из расчета 1–2 ст. ложки на стакан воды. Если в состав сбора входят мягкие (листья, цветки, трава) и грубые (корни, корневища, кора) части растений, то отделите их друг от друга. Из мягких частей делайте настои, а из грубых — отвар, а затем соедините вместе и доведите водой до нужного объема.

Для приготовления настоя или отвара отмеренное количество сухого измельченного растительного материала поместите в стеклянный, фарфоровый или эмалированный (без трещин) сосуд и заливайте кипяченой водой комнатной температуры, закройте крышкой и нагревайте на кипящей водяной бане для получения настоя — 15 минут, отвара — 30 минут при частом помешивании. После остывания раствор процедите, растительные остатки отожмите. Храните настои и отвары на холоде не более 3–4 дней. Принимайте настой и отвар по 1/3–1/4 стакана 3–4 раза в день (детям дозу следует уменьшить) вместе с 1 ч. ложкой меда.

Количество исходной смеси растений и их дозировку согласуйте с врачом.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ КАМЕННОГО МАСЛА

Головные боли

Частые головные боли (а в нашем стремительном мире ими страдает едва ли не каждый) могут оказаться признаком серьезного заболевания.

Причинами головной боли могут быть нарушения внутричерепного кровообращения (например, при мигрени), повышение артериального давления, малокровие.

Распознавание и выяснение причины головных болей имеет большое значение для правильного выбора средств лечения. Если же вы практически здоровы и головная боль носит эпизодический характер, можно попробовать снять ее самостоятельно, воспользовавшись проверенными народными средствами.

В медицине Тибета и Китая каменное масло традиционно используют для борьбы с головной болью. Наиболее простой способ — положить уже знакомый вам спиртовой компресс с каменным маслом на лоб и височные области.

Компресс при головной боли

Растворите 3 г (1 ч. ложка) каменного масла в 150 мл кипяченой теплой воды и добавьте 100 мл медицинского спирта. Сложите несколько раз марлю и хорошо смочите ее в полученном растворе, отожмите и положите на лоб и височные области.

Боли в суставах

Легкость, гибкость и плавность движений — неотъемлемая часть молодости. Не об этом ли мечтают люди тем чаще, чем старше становятся?

Одно из самых распространенных заболеваний суставов — остеохондроз — естественный процесс износа суставов. Он возникает из-за давления силы тяжести на позвоночник. Дело в том, что в позвоночном канале находится спинной мозг, управляющий всеми нашими движениями и автоматическими процессами. Так вот, его отростки — корешки — выходят из межпозвонковых отверстий позвоночника, чтобы потом многократно разветвиться на нервы, проводящие нервные импульсы к каждой мышце и каждому органу. А если хрящевые поверхности межпозвонковых суставов и межпозвонковые диски изнашиваются, позвонки сближаются между собой и начинают давить на корешки спинного мозга. Это вызывает болевой синдром.

Можно ли облегчить состояние больного при сильном приступе боли? Да, и для этого в народной медицине существует немало прекрасных средств.

Компресс при остеохондрозе

Растворите 3 г каменного масла в 150 мл теплой воды, добавьте 100 мл медицинского спирта, 20–25 капель йода и на кончике ножа молотого красного перца. В этом растворе смочите марлю, сложенную несколько раз, и прибинтуйте ее к больному месту. Сверху оберните целлофаном. Компресс делают на ночь, общее число компрессов — 10–15.

Кровоточивость десен

Кровоточивость десен часто оказывается результатом заболевания слизистой оболочки десен, но может быть следствием общего угнетенного состояния иммунной системы организма. В любом случае проконсультируйтесь с врачом, ведь кровоточивость десен может свидетельствовать о заболевании крови, эндокринной системы и т. д. Отечность и увеличение в объеме межзубных сосочков десны нередко сопровождают беременность.

Обычно кровоточивость возникает при чистке зубов щеткой. В случаях, когда болезнь усугубляется, кровоточивость возникает даже при небольшой травме, а то и вовсе без нее, самостоятельно. При этом недуге особое внимание следует уделять гигиене полости рта: чистить зубы утром и вечером, полоскать рот каждый раз после еды.

Эффективность каменного масла обусловлена его сильными кровоостанавливающими свойствами. Лучшие результаты дает раствор каменного масла с глицерином.

Раствор каменного масла с глицерином для полоскания

В 500 мл воды растворите 2 г каменного масла и 2 ст. ложки глицерина. После еды прополощите рот сначала чистой водой, а затем раствором. Такое полоскание применяют 3 раза в день.

Полезно также дважды в день массировать десны *пихтовым маслом*. Для этого намотайте на указательный палец бинт, сложенный в 2 слоя, капните на него 5–6 капель чистого пихтового масла и втирайте в десны.

Поражения кожи

Кожа теснейшим образом связана со многими системами организма: нервной, кровеносной и лимфатической. Защищая организм от вредных воздействий внешней среды, кожа нередко сама оказывается поврежденной: возникают раны, ожоги, различные кожные заболевания.

Благодаря своим сильным кровоостанавливающим свойствам каменное масло с успехом применяется во всех этих случаях. А высокое содержание большого количества микроэлементов содействует значительному ускорению обновления клеток кожи.

Особенно хорошо помогает масло при лечении ожогов. Обожженное место нужно обмыть слабым раствором каменного масла: 3 г масла на 3 л воды. На своем собственном опыте мне довелось убедиться, что боль такой раствор снимает буквально через несколько секунд, ранки затягивают-

ся на глазах, а через несколько дней происходит полная регенерация кожи.

Если вы поранились, то место открытой раны можно посыпать порошком каменного масла. В дальнейшем можно накладывать на рану водный компресс без спирта. Использование каменного масла для компресса позволит сэкономить расход этого дефицитного и дорогого сырья.

Наверное, летом многие из нас становились жертвой жалящих и кусающих насекомых: пчел, ос, клещей, муравьев. Укусы этих насекомых не всегда безобидны. У человека, искусанного пчелами или осами, может повыситься температура, начаться лихорадка. Это происходит из-за отравления организма ядом насекомых. Конечно, от одного укуса температура вряд ли поднимется, но даже один укус осы очень болезнен и способен изрядно испортить летний отдых. О том, какую опасность представляют укусы клещей, думаю, не нужно никому рассказывать. Если вас укусил клещ, незамедлительно обратитесь к врачу, чтобы убедиться, что не произошло заражение энцефалитом.

В любом случае для оказания первой помощи при укусе насекомого прекрасно подойдет каменное масло. Как можно скорее приложите его кусочек на место укуса — неприятных последствий не будет.

Наше время называют «стремительным», «веком скоростей». Несмотря на эти «подвижные» определения, мы, люди, двигаемся все меньше и меньше. Мы пренебрегаем возможностями, данными нам природой, предпочитая скорости автомобилей, поездов и т. д. И это не проходит бесследно: недостаток движения приводит к разви-

тию многих болезней — нарушению обмена веществ, остеохондрозу, нарушению работы кишечника... Одной из болезней, вызванных малоподвижным образом жизни, является варикозное расширение вен.

К сожалению, многие пренебрегают лечением этого заболевания. И напрасно, ведь его последствиям могут быть трофические язвы — гнойные, длительно незаживающие раны. Лечение в данном случае осложняется тем, что, казалось бы, уже зажившие язвы способны появляться вновь и вновь. Больные жалуются на отеки конечностей, постоянные боли, усиливающиеся после физической нагрузки и длительной ходьбы. Болеют, в основном, женщины в пожилом возрасте. Чаще всего трофические язвы появляются в нижней части голени.

Квасцы, входящие в состав каменного масла, осушают рану, стягивают ее, останавливают кровь и излечивают.

Раствор для промывания ран

В 100 г теплой воды (кипяченой) всыпьте каменное масло в порошке (на кончике ножа). Хорошо размешайте. Смажьте тампоном, смоченным в растворе каменного масла, гноящиеся раны, трофические язвы, открытые раны и др. Этот рецепт используется в основном для промывания ран.

Дополнительные рекомендации

Мумие с медом. Хорошо размешайте в 100 г жидкого свежего пчелиного меда 6–10 г мумие. Марлевый тампон пропитайте этим составом, наложите на рану и перебинтуйте. Меняйте раз в сутки.

Глава 7

Смола хвойных пород деревьев

На язву (рану) налейте смолы-живицы, перебинтуйте. Меняйте раз в 2–3 дня. Промывайте рану спиртом и снова накладывайте живицу.

Если смола-живица сухая, то ее следует растворить в 96%-м спирте. Делается это так: смолу переберите, сложите в стеклянную баночку или пузырь с широким дном и горлом. Залейте 96%-й спирт так, чтобы он покрывал живицу на 1 см. Через несколько дней смола размочится. Ее намажьте непосредственно на рану или тампон, который наложите на рану.

Как вы помните, каменное масло содержит множество микроэлементов. Именно благодаря этому оно ускоряет восстановление кости при переломе. Обычно при применении каменного масла выздоровление наступает в 1,5–2 раза быстрее.

При переломах подойдет обычная схема лечения. Раствор каменного масла (3 г на 2 л) пейте до еды 3 раза по 1 стакану в день.

КАМЕННОЕ МАСЛО В КОСМЕТОЛОГИИ

Каменное масло и здоровье кожи

На протяжении веков идеал женской красоты постоянно менялся. Но независимо от того, какие женщины были в почете — худые или полные, статные или хрупкие, невысокие, — неперменным условием красоты всегда была и остается хорошая кожа.

Действительно, идеальная (то есть нормальная) кожа встречается довольно редко. Такая кожа равномерно окрашена, выглядит гладкой, упругой, чистой и свежей. Лишена таких недостатков, как поры, угри, расширенные сосуды и т. п. Нормальная кожа хорошо переносит умывание водой с мылом, различные косметические средства, декоративную косметику.

Недостатки кожи, в первую очередь, свидетельствуют о неполадках в организме, поэтому, заботясь о ее красоте, нельзя ограничиваться только внешним уходом. Не забывайте, что все нежелательные кожные проявления — в первую очередь,

результат определенных неполадок в организме. Позаботьтесь об укреплении иммунитета, нормализации обмена веществ. В этом каменное масло — ваш верный союзник; ведь созданное природой, данное лекарственное вещество способно оздоровить весь организм.

Огромное влияние на состояние кожи оказывает *эндокринная система*. Мы с вами уже говорили о том, как важна правильная работа эндокринной системы, в частности щитовидной железы, для здоровья всего организма. Каменное масло улучшает деятельность щитовидной железы, нормализует гормональный баланс.

Состояние кожи также напрямую связано с *пищеварением*. Из-за нехватки минеральных веществ или витаминов даже нормальная кожа может стать сухой или жирной. Причем витаминизированные крема, маски, лосьоны и другие средства для ухода за кожей лица и тела, хотя и помогают сохранить красоту, никак не могут компенсировать недостаток витаминов и минеральных веществ в продуктах питания. Как вы помните, каменное масло чрезвычайно богато минералами и витаминами, поэтому его употребление способно устранить их дефицит в организме.

Если вы мечтаете о красивой и здоровой коже, принимайте раствор каменного масла внутрь: 3 г на 3 л воды, 3 раза в день по 1 стакану до еды.

Как наружное средство каменное масло прекрасно подходит для любого типа кожи, однако секреты его применения для каждого типа свои.

СУХАЯ И УВЯДАЮЩАЯ КОЖА

Сухая кожа встречается довольно часто. Она требует особо умелого и внимательного ухода, так как очень чувствительна и быстро стареет.

Сухость кожи возникает от недостаточной активности сальных желез и усиленного испарения влаги с поверхности. У молодых женщин сухая кожа имеет приятный вид: выглядит нежной, тонкой, гладкой и матовой. Впоследствии, особенно при недостаточном или неправильном уходе, она становится суше, шелушится, теряет эластичность. На такой коже морщины появляются раньше.

Сухую кожу очень полезно перед сном, после умывания, смочить раствором каменного масла (3 г на 2 л воды). После этого лицо не вытирайте полотенцем, а подождите, пока влага высохнет сама.

Из этого же раствора можно сделать *примочку на веки*: смочить в теплой жидкости 2 кусочка марли и покрыть ими веки. Полежать с примочкой примерно 15 минут. Эта процедура не только помогает справиться с мелкими морщинками вокруг глаз, но и прекрасно устраняет отечность, круги под глазами, снимает усталость и покраснение век.

Приведу еще несколько рецептов масок, подходящих для сухой и увядающей кожи.

Маска для сухой и увядающей кожи

Тонизирует, питает и слегка отбеливает кожу маска, приготовленная из 1 ст. ложки творога, 2 ст. ложки сметаны и 1 ч. ложки поваренной соли. Компоненты растирают до образования однородной массы и наносят на лицо на 15–20 минут. За-

тем массу удаляют ватным тампоном, смоченным в холодном молоке.

Медово-оливковая маска

Такая маска прекрасно разглаживает морщины и предупреждает их появление. Мед и оливковое масло берутся в равных количествах и смешиваются до получения однородной массы, которую слегка подогревают. В смеси смачивают марлю и накладывают на лицо. Через 20 минут марлю снимают. Промокнув лицо бумажной салфеткой, его протирают настоем мяты.

ЖИРНАЯ КОЖА

Жирная кожа выглядит толстой, грубой, блестит. Иногда она по виду напоминает апельсиновую корку. Выделяющееся в избытке кожное сало, соединяясь с отторгнутыми чешуйками кожи и пылью, образует пробки в отверстиях сальных желез — черные точки. На жирной коже часто появляются угри, которые могут воспаляться. Жирная кожа встречается чаще в молодости. Морщины у людей с жирной кожей лица появляются значительно позже, чем у людей с сухой кожей.

При жирной, склонной к воспалениям, коже особенно важно следить за состоянием кишечника — чтобы не было запоров. Очищение кишечника может дать великолепные результаты. Мне пришлось наблюдать за одной пациенткой — молодой девушкой, страдавшей жирной себореей. Очищение кишечника ей было назначено совершенно по другим показаниям. Однако оно дало прекрасный результат и в отношении внешнего

облика: кожа стала значительно менее жирной, приобрела приятный розоватый оттенок, а воспаления исчезли полностью.

Полное очищение кишечника проводится под наблюдением врача и по выбранной им программе. Но значительно улучшить работу кишечника поможет состав с каменным маслом и овсом (см. раздел о запорах).

Для наружного применения при жирной коже я рекомендую маску с каменным маслом и отрубями. Такая маска действует наподобие скраба, прекрасно очищает, питает и тонизирует кожу.

Маска с каменным маслом и отрубями для жирной кожи

На 1 стакан отрубей (овсяных, рисовых, пшеничных) добавляют 1 ч. ложку каменного масла (в виде порошка), хорошо перемешивают и хранят в стеклянной посуде. Для одной маски берут 1 ст. ложку смеси, добавляют к ней воду — до образования кашицы, которую наносят на лицо. Кашицей протирают лоб, подбородок, щеки, нос, шею. После того как вся маска начинает легко скользить по коже, ее смывают теплой водой и затем ополаскивают прохладной подсоленной или подкисленной.

Такую маску лучше всего делать 1 раз в неделю. Для достижения наилучшего результата чередуйте ее с другими масками для жирной кожи.

Белковая маска для жирной кожи

Тонизирующим действием обладает маска, приготовленная из белка, 1 ч. ложки меда и такого же количества молока и лимонного сока. К взбитому белку добавляют остальные компоненты. Для того

чтобы маску было удобнее наносить, к смеси можно добавить отруби. Наносят смесь на 15–20 минут, после чего следует умыться теплой водой или настоем ромашки.

Малиновая маска для жирной кожи

Летом для жирной кожи с расширенными порами можно делать прекрасную маску из малины. В кашицу из этой ягоды добавляют рисовую муку. Перед нанесением маски хорошо подержать лицо над паром или согреть теплым компрессом.

КОМБИНИРОВАННАЯ КОЖА

Комбинированная кожа — смешанный тип — встречается наиболее часто. У женщин молодого и среднего возраста в местах усиленного салоотделения: на лбу, подбородке, в области носа — кожа обычно жирная, а на висках, щеках и шее, особенно вокруг глаз, — сухая. Смешанный тип кожи требует разных способов ухода за разными частями лица.

Комбинированная кожа плохо переносит умывание мылом. Поэтому утром ее рекомендуют очищать раствором каменного масла, а вечером использовать специальные очищающие средства для комбинированной кожи.

Что касается масок для комбинированной кожи, то можно поступить так: на жирные участки нанести маску для жирной кожи, а на сухие — для сухой. Это наиболее эффективный, хотя и трудоемкий, способ ухода за комбинированной кожей.

Кроме того, можно делать вяжущие маски. Косметические маски этого типа используют для того, чтобы усталое лицо выглядело гладким, а

кожа была натянута. Применять их надо не чаще 2–3 раз в месяц. Маски следует чередовать.

Вяжущая маска с каменным маслом

Для комбинированной кожи хорошо подходит белково-квасцовая маска. К взбитому яичному белку добавьте 2–3 капли 5%-го раствора квасцов или каменного масла. Маску держите не более 10 минут, смойте теплой водой, после чего протрите кожу лосьоном.

Белковая маска с отрубями

Взбейте белок яйца до получения пены, добавьте 1 ч. ложку лимонного сока и мелко нарезанную лимонную корку, а также 1–2 ч. ложки миндальных отрубей. Нанесенную на лицо маску держите не более 10 минут. После снятия маски наложите холодный компресс для смягчения кожи, затем вымойте лицо холодной водой.

Белково-лимонная маска

К 1 яичному белку добавьте 10–20 капель лимонного сока, 2–3 капли ментолового масла и 0,5–1 ч. ложку талька. Смешайте до получения кашицы.

Нанесите 2–3 раза на места, где наиболее выражены морщины. Через 20 минут маску снимите теплой водой.

Уход за волосами

Во все времена густые, пушистые, мягкие, блестящие волосы приятного оттенка были мечтой каждой женщины. А роскошные волосы Вероники —

верной подруги древнегреческого астронома Птолемея — навсегда останутся в памяти человечества в названии далекого созвездия...

Не все, однако, награждены этим даром от природы. Чаще всего волосы доставляют немало хлопот. Ведь красивые волосы — результат крепкого здоровья, полноценного питания, правильного образа жизни.

Очень часто проблемы с волосами вызваны недостатком в организме того или иного микроэлемента. Например, в результате нехватки железа и меди волосы становятся хрупкими, ломкими, секутся. Недостаток этих микроэлементов способствует тому, что волосы тускнеют, появляется седина.

Как вы помните, каменное масло богато микроэлементами. Именно этим объясняется его благотворное действие на волосы.

Конечно, чтобы восполнить недостаток микроэлементов в организме, каменное масло применяют внутрь в виде раствора. Но, помимо этого, раствор каменного масла можно применять и наружно — втирать в кожу головы после мытья.

Кстати, неперемнное условие красоты волос — правильный уход, а его основа — чистота. Как часто следует мыть голову? На этот вопрос нет однозначного ответа: определять какой-то строгий режим мытья головы — скажем, раз в 7 или 10 дней — бессмысленно. Есть одно универсальное правило, которого я сама придерживаюсь: волосы нужно мыть тогда, когда они становятся грязными.

Перед тем как приступить к мытью волос, необходимо расчесать их щеткой. Голову хорошо смачивают водой. Наши бабушки для того, чтобы хорошо промыть волосы, обычно использовали

дождевую или снеговую воду. В наше время экологических катастроф делать этого, конечно, не следует. Лучше в жесткую водопроводную воду добавлять для смягчения немного буры или пищевой соды, обычно 1 ч. ложку на 1 л воды. Вода должна быть теплой. Шампунь разбавляют водой, затем наносят на волосы и втирают массажными движениями, добавляя понемногу воду для образования обильной пены. Если волосы не очень грязные, то второй раз мыть их шампунем не следует. Затем голову тщательно ополаскивают.

Для последнего ополаскивания полезно использовать прохладную воду — это вызовет приток крови к коже головы и сделает волосы блестящими. После мытья волосы желательно подсушить махровым полотенцем.

Теперь можно нанести раствор каменного масла (3 г на 2 л воды). Раствор втирайте, массируя кожу головы. После мытья волосы сушите на открытом воздухе.

Уже через несколько таких процедур вы ощутите их положительный эффект: волосы станут мягкими и блестящими. А при регулярном применении каменного масла они станут настоящим украшением.

Уход за бровями и ресницами

Ресницы и брови защищают глаза от пыли, пота и грязи, но и сами они нуждаются в защите и уходе.

Перед сном обязательно удаляйте тушь с ресниц. Очень полезно смазывать их раствором каменного масла (пропорции те же, что и для во-

Глава 8

лос). Чистую щеточку для ресниц окунают в раствор, дают ему стечь и расчесывают ресницы. Если делать это регулярно, их рост усиливается, ресницы приобретают блеск и становятся темнее.

Обычно ресницы обновляются через несколько месяцев. Поэтому, найдя на щеке ресничку, не надо беспокоиться. Другое дело, когда взамен выпавших ресниц новые не вырастают. Причины этого могут быть разные, но совет — один: немедленно обратитесь к врачу.

Все, что сказано о ресницах, верно и в отношении бровей. Их также следует расчесывать щеточкой, смоченной в растворе каменного масла.

Хорошее средство для бровей — компресс с каменным маслом. Делают его так: ватный тампон смачивают в теплом растворе каменного масла и накладывают на брови на 10–15 минут.

ЧТОБЫ ЛЕЧЕНИЕ БЫЛО УСПЕШНЫМ

Выздоровление — сложный и долгий процесс. Здесь важна каждая деталь: умелый, грамотный врач, правильное лечение, хорошее питание... Но, пожалуй, самый главный и незаменимый компонент — это воля самого больного к выздоровлению, его оптимизм, вера в собственные силы.

Медицина знает немало случаев поистине чудесного исцеления: человек, которому остается жить несколько месяцев, цепляется за последнюю надежду, за тонкую соломинку, и эта-то соломинка и оказывается спасительной! А доктора с учеными степенями только удивленно разводят руками...

В чем же дело? И приверженцы «научной» медицины, и народные целители сходятся в одном: в случаях чудесного исцеления первую роль играет готовность человека к изменениям, то есть к «чуду». К сожалению, искусственными методами выработать эту готовность у больного невозможно. Так что, вера, целеустремленность и оптимизм — вот первое лекарство от любой болезни.

Помимо готовности к выздоровлению, может понадобиться немало терпения. Природные препараты — не антибиотики, их действие гораздо мягче, а значит, и времени для достижения желаемого результата нужно больше. Но поверьте мне, что результат того стоит! Настройтесь, что лечение народными средствами — травами, мумие, каменным маслом — будет длительным. Только так вы сможете окончательно изгнать болезнь из своего организма, особенно если она перешла в хроническую форму. Конечно же, первые признаки улучшения становятся заметны уже после 2–3 недель приема препаратов. Но чтобы добиться стойкого эффекта, требуется не один курс, а несколько.

«Чудесных» случаев исцеления с помощью каменного масла мне известно немало. Слово «чудесные» я заключила в кавычки, поскольку на самом деле ничего чудесного в таком исцелении нет, а есть закономерное действие мощного лекарства, подаренного нам природой.

Известен случай, когда у молодого человека, принимавшего каменное масло, полностью зарубцевались трофические язвы. Эта напасть мучила его долгое время, превратив к 20 годам в инвалида. Причем препараты традиционной медицины были бессильны.

С помощью каменного масла удалось остановить кровотечение из губы у человека, проживающего в черновыльской зоне. Известно немало случаев, когда у женщин, лечившихся каменным маслом, значительно уменьшалась миома, полностью рассасывалась мастопатия, излечивалось бесплодие...

ЧТОБЫ ЛЕЧЕНИЕ БЫЛО УСПЕШНЫМ

Во всех этих случаях эффект был вполне достаточным, чтобы убедить любого скептика в действенности каменного масла.

Хочу еще раз подчеркнуть, что при лечении каменным маслом обязательно нужно посоветоваться с врачом. У представителей традиционной медицины каменное масло, как и мумие, уже давно заслужило доверие, поэтому умный, грамотный врач всегда сможет дать вам немало полезных советов в этой области.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В нашем мире вечной спешки, работы на износ и постоянного стресса так трудно сохранить самое главное богатство — здоровье. Но оглядимся вокруг и поблагодарим щедрую природу за то, что она дала нам все необходимое для жизни и для того, чтобы восстановить утраченные силы, поддержать свой организм, продлить молодость. Надо только не бояться пользоваться всеми богатствами природы. Не дожидайтесь того момента, когда болезнь обретет силу и мощь, помогите своему организму справиться с недугами! А поможет вам в этом «герой» этой книги — удивительное по своей целительной силе каменное масло. Оно способно избавить человека от таких ужасных недугов, как онкозаболевания, туберкулез легких, сахарный диабет, женских болезней, вернуть мужчинам «силу», подарить женщинам радость материнства... Те, кто уже использовал каменное масло в борьбе за свое здоровье, считают, что это настоящее чудо, подаренное самой природой!

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В этой книге собрано немало ценных знаний и советов для тех, кто хочет вернуть утраченное здоровье с помощью природных средств и главное — верит в их силу. Ваша вера в исцеление — это первый и главный шаг на пути к победе над болезнью. Именно позитивный настрой и желание излечиться помогут вам использовать на благо все средства, которые готова отдать вам природа. Вооружитесь всей необходимой информацией по их применению, неукоснительно следуйте приведенным рецептам — и дары матушки-земли обязательно помогут вам вернуть здоровье!