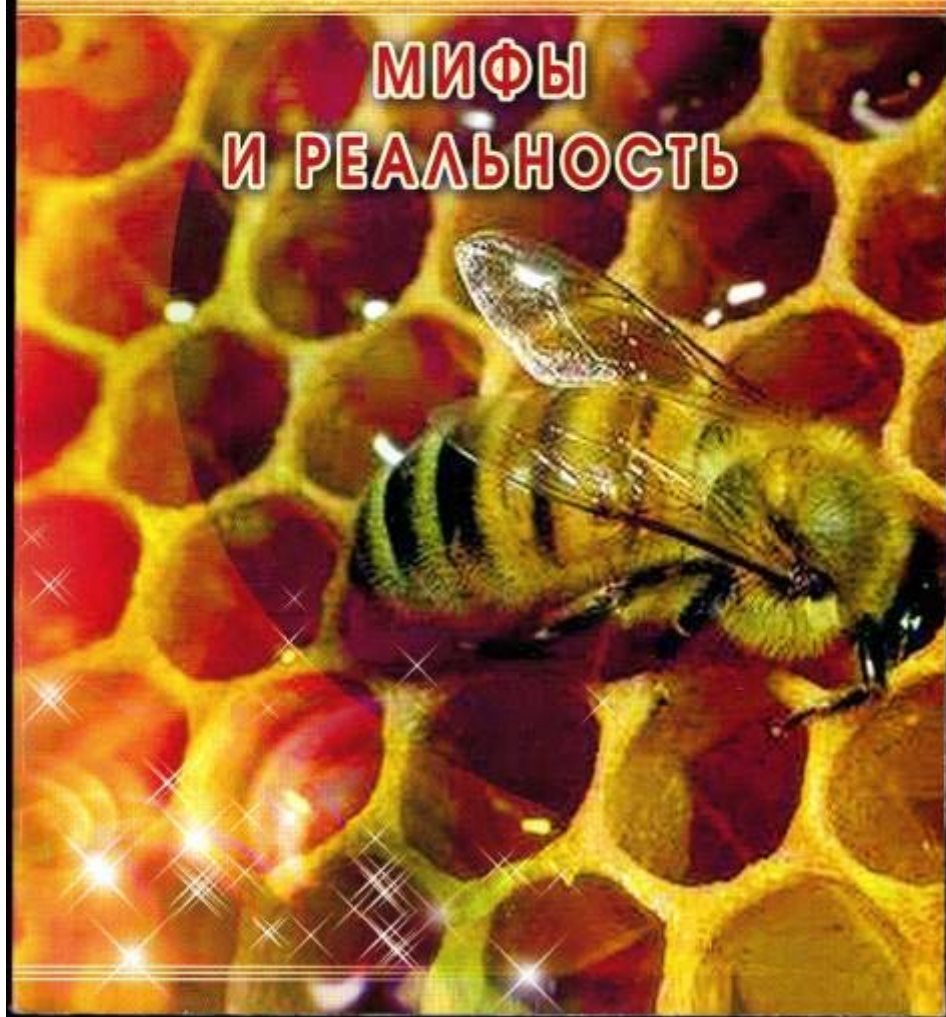


И. П. НЕУМЫВАКИН

ПРОПОЛИС

МИФЫ
И РЕАЛЬНОСТЬ



И. П. Неумывакин

ПРОПОЛИС МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Москва — Санкт-Петербург
«Издательство «ДИЛЯ», 2009

ВВЕДЕНИЕ

Современные научные исследования показывают, что очень многие заболевания можно вылечить прополисом, пчелиным ядом и другими лекарствами, созданными на основе продуктов деятельности пчел. Продукты пчеловодства с глубокой древности привлекали людей — их исцеляющие свойства разносторонни, они могут длительно и без ущерба для качества сохраняться, многие из них приятны на вкус, они естественны и, обзаведясь пасекой, их можно получать в таком количестве, сколько необходимо.

Фармацевтический рынок сегодня все стремительнее и во все большем количестве наводняется синтетическими лекарствами. В одних только США, например, ежегодно в качестве потенциальных лекарств испытывается более 10 тысяч химических соединений. И хотя только очень немногие из них впоследствии используются в терапии, цифры все-таки впечатляют. К тому же лекарства, полученные на основе химического синтеза, часто оказывают отрицательное воздействие на организм человека. Есть и еще одно обстоятельство — такие лекарства, как правило, дороги. Дороговизна же какого-либо лекарства провоцирует нечистых на руку людей на его подделку. Сколько таких фальсифицированных лекарств осело на аптечных прилавках! И ладно бы эти подделки были просто пустышками, но ведь в их состав часто включены вещества, которые могут принести несомненный вред даже здоровому человеку, не говоря уж о больном. Порочный круг широк: фармацевтическая промышленность производит, реклама в превосходной степени расписывает чудодейственные свойства, аптеки на каждом шагу предлагают, врачи рекомендуют, и все, кажется, делают благое дело...

Вот парадокс — лекарств с каждым годом все больше, а здоровья у людей все меньше. С чего бы это? Потому что забыли, куда благими намерениями дорога вымощена. А вам бы нужно об этом вспомнить, как и о многом другом, впрочем. И прежде всего о том, что каждый из вас — уникальное творение Природы, человек, который родился на этой земле не для того чтобы под тяжестью недугов сгибаться, а жить полноценной жизнью. Однако здесь опять загвоздка. Для многих понятия «полноценная жизнь» и «завоевания цивилизации» практически тождественны. И люди уже не представляют себе, как им жить без этих пресловутых завоеваний: квартир, напичканных техникой, машин, забивающих пробками дороги, суррогатных — но ведь так красиво и соблазнительно упакованных! — продуктов. Вы обратили внимание, что теперь даже загородные дома строят только из камня, причем опять же не натурального. Я знаю случай, когда одна юная мама спросила врача на вызове, что, мол, нужно, чтобы ребенок не болел. И немолодая, усталая женщина-педиатр ответила так: «Нужно жить в деревянном доме за городом и есть свои продукты». Предвижу, что многие махнут рукой: какое там! Где взять деньги, где взять силы? А я спрошу иначе: где взять желание? Почему, как истребилось в людях желание быть здоровыми, сильными? Даже чтобы сидя на диване телевизор посмотреть, кнопку нужно нажать. А если вы еще выбрать хотите, что поинтереснее, так несколько раз нажмете, а то, если не лень, газету возьмете, листать будете, программу передач изучать. И все это ради того, чтобы на пару часов из жизни выпасть, о своих проблемах забыть. Вы-то о них, может, и забудете, а вот они о вас — нет. И во сне достанут. Скажете,

мол, работа, дети, домашние дела, у кого-то огород, то да се, устали! Так и живут люди в кругу вечного недостатка душевных и физических сил, даже название красивое придумали — синдром хронической усталости. Несут торжественно свои диагнозы по жизни, друг другу в очередях и электричках болезнями похваляются — у меня вот это, а у меня круче — вот то! Но ведь для здоровья реально много делать не нужно. Скажу даже больше: вам просто нужно заменить одни совершаемые вами же действия на другие. По опыту и по многочисленным отзывам знаю, что трудно даже не делать, а решиться делать. Но этот миг решения может в корне переменить всю вашу жизнь. Представьте, от какой малости зависит ваше состояние: решиться, захотеть. Захотеть быть здоровым. Разумеется, не для всех это одинаково легко достижимо, но это же не повод опускать руки. Преодолеть накопленные проблемы помогут, в том числе естественные средства — лекарства, созданные Природой. Продукты пчеловодства — прополис, цветочная пыльца, мед, пчелиный яд — это высокоэффективные адаптогены. Они помогают справиться с очень многими болезненными состояниями, не разрушая при этом организм побочными эффектами. О том, что именно представляет собой прополис и как использовать его лечебные свойства, я расскажу в этой книге. При этом, как всегда, повторю: панацея от болезней, если и существует, то только одна — ваше желание быть здоровыми. Поэтому, используйте лечебные дары Природы, но не забывайте и том, что жить нужно в согласии с ее законами.

Глава 1 СОЗДАННЫЙ ЗАЩИЩАТЬ

Прополис — это уникальное смолистое ароматическое вещество, собираемое медоносными пчелами с почек тополя, ивы, березы, ели, пихты, сосны, конского каштана. В состав прополиса входят не только смолы, но и воск, и пыльца растений, обогащенные пищеварительными ферментами и подвергнутые процессу молочнокислого брожения в органах пищеварения пчел. В зависимости от того, с какого вида растений пчелы собирают прополис, он может отличаться как по цвету, так и по химическому составу. Так, с березы он зеленоватый, с тополя — красноватый, с осины — серый, встречается коричневый, бурый и даже почти черный. Только что выделенный пчелами прополис чаще имеет желтый или красноватый цвет. Смешанный с воском и различным сором, он темнеет.

Прополис называют также пчелиным клеем или пчелиной смолкой, пчелиным бальзамом, узой. Что же касается слова «прополис», то в XIX веке шла целая дискуссия о происхождении этого названия. По мнению ученых, слово «прополис» греческого происхождения и образовано от двух греческих слов: pro — «перед», «вперед», polis — «город», «крепость». Другие специалисты считают, что название происходит от слова «прополисео» или «прополисо», что по-гречески и по-латыни означает «замазывать», «заделывать», «заглаживать». Слово «прополис» иногда переводят и как «система обороны города». Следует, пожалуй, признать, что все эти версии в той или иной степени справедливы, ведь прополис пчелами используется и как ремонтно-строительный, в том числе уменьшающий и предохраняющий от непрошенных гостей вход в улей, и как бальзамирующий материал.

История использования прополиса человеком очень древняя. Ученые полагают, что уже за несколько тысячелетий до нашей эры прополис был хорошо известен, например, жрецам храмов Древнего Египта — самым образованным людям того времени, знатокам медицины и химии. Они применяли прополис для лечения живых и мумифицирования тел умерших фараонов и выдающихся людей. Прополис использовали как сильное консервирующее средство, он входил в состав многих мазей.

Известно, что прополис в лечебных целях использовали и инки — они применяли его при воспалительных процессах и сильном жаре.

Упоминания о прополисе можно найти у многих известных римских ученых-естествоиспытателей и врачей: Плиния Старшего, Диоскорида, Галена и Варрона.

Знаменитый средневековый философ и врачеватель Абу Али ибн Сина также отмечал целебные достоинства прополиса. Называя его «черным воском», в своем медицинском трактате «Канон врачебной науки» ученый писал, что прополис «имеет свойство вытягивать из раны концы стрел и шипы, он разрезает, слегка очищает и сильно смягчит».

Сохранилось описание прополиса и в грузинских лечебных книгах XII-XV столетий. Его применяли при воспалении полости рта и порче зубов, как обезболивающее средство, при лечении легочных и кожных заболеваний. В одном грузинском лечебнике XVIII века прополис рекомендуется при кровохарканье: «Возьми прополисные зернышки величиной с булавочную головку, в течение трех дней глотай по три штуки утром и вечером». Или такой старинный рецепт, рекомендуемый при воспалении полости рта и порче зубов: «Возьми прополис, добавь немного мышьяка, красной чечевицы, тысячелистника, дубровника, затем все это растолки и просей. Потом возьми ложку оливкового масла и ложку меда. Размешай все и положи на больной зуб».

Известные с древности лечебные свойства прополиса на протяжении истории неоднократно находили подтверждение на практике. Так, например, широкое применение прополиса нашел у военных врачей. Во время англо-бурской войны (1899-1902) в Южной Африке его применяли при лечении ран, и по отзывам военных медиков он оказывал прекрасный терапевтический эффект. В начале XX века прополис, к сожалению, из практики официальной медицины был вытеснен другими антимикробными средствами. Однако в народной медицине разных стран он продолжал использоваться, главным образом для лечения ран. Кроме того, как сообщает одна из книг (1912), «уза исстари входила в состав мазей, помогавших против геморроя и хронических язв». И далее: «Смолистое вещество почек уже 50 лет тому назад предложено одним американским врачом, как средство против кишечных катаров у детей и взрослых».

По структуре прополис представляет собой плотную неоднородную массу. Он растворим в воде и органических растворителях. Удельный вес пчелиного клея выше 1 (обычно колеблется в пределах от 1,112 до 1,136), температура плавления 63-105 °С. Такой значительный интервал температуры плавления объясняется неоднородностью состава прополиса.

Отдельные компоненты прополиса растворяются во многих растворителях, однако все они теряют это свойство при низкой температуре. В горячей воде прополис растворяется плохо, его же растворимость в спирте при комнатной температуре составляет 60-70%. При температуре кипения он растворяется полностью, естественно, если был без механических примесей. Лучше всего прополис растворяется в следующих смесях: эфир + спирт, хлороформ + спирт, толуол + спирт и т. д. Растворимость прополиса зависит и от длительности процесса растворения.

При горении прополис выделяет запах ценных ароматических смол. При температуре ниже 15 °С он становится хрупким и твердым, а при нагревании выше 30 °С делается мягким и клейким. При длительном хранении прополис затвердевает, превращаясь в очень твердое хрупкое вещество.

Как уже было сказано, прополис вырабатывается пчелами на основе смолистых веществ растительного происхождения, собираемых ими с древесных почек, молодых веток и листьев различных деревьев, например, осины, ивы, каштана и других, а также с некоторых травянистых растений. Главные источники прополиса — береза и тополь, но кроме них пчелы собирают прополис также со стволов и шишек сосны и в виде обножек приносят в улей. Заметьте, все названные растения обладают бактерицидными свойствами. Основная масса прополиса получается из оболочек цветочной пыльцы, пропитанной смолистым веществом — бальзамом (раствором смолы в эфирном масле). Именно благодаря этому бальзаму содержимое пыльцевых клеток защищено от неблагоприятных внешних условий, в том числе от чрезмерного увлажнения. Кроме того, смолистые вещества, выделяющиеся растениями, содержат летучие ароматические компоненты — терпены, которые воздействуют на геморецепторы пчелиных усиков и тем самым побуждают к их поиску.

Главный сбор прополиса происходит в конце лета и осенью, и очень редко — весной. При этом разные породы пчел имеют разную склонность к сбору прополиса. Много его собирают пчелы серой горной кавказской и среднерусской породы, намного меньше — украинской, слабо выражена эта склонность у итальянских пчел, а вот индийские пчелы вообще не собирают пчелиного клея. Количество прополиса, собранного пчелиной семьей за год, обычно составляет 100-150 г. Основная масса прополиса собирается где-то с 10 до 15 часов, так как в другое время суток поверхности, с которых пчелы получают смолистые вещества,

бывают слишком твердыми, хрупкими и, вероятно, недоступными для массового сбора.

Процедура сбора прополиса пчелами так интересно описывается в литературе, что об этом тоже хочется рассказать. Сначала пчела захватывает смолистые вещества челюстями и вытягивает их в виде нити до тех пор, пока она не порвется. Затем коготками ножек пчела снимает комочек смолы с челюстей и помещает его в пыльцевые корзиночки. Во время сбора пчела смешивает смолистые вещества с секретом верхнечелюстных желез. Сбор прополиса продолжается долго, и пчелы — сборщицы клея часто прерывают его и возвращаются в улей для пополнения медового зобика кормом. Специалисты считают, что в улье пчела не сама освобождается от прополиса, а предоставляет эту работу ульевым пчелам, ожидая их иногда очень долго (от часа до двух дней). Ульевые пчелы-приемщицы, так называемые прополисные пчелы, разминают массу, добавляют воск, смешивают с пыльцой и секретом слюнных желез. Как удивительно разумно, до мелочей продумано все у Природы! Стоит ли сомневаться, что природные лекарства — лучшие из всех возможных. Ведь «технология» их создания оттачивалась миллионы лет.

Пчелы вырабатывают две формы прополиса. Один, более жидкий (70% смолы почек деревьев и секрета пчелиных желез), — высокого качества, другой, вязкий (из пыльцы и воска), — низкого качества. Добавляя в смолу почек растений секрет своих желез, пчелы усложняют химический состав прополиса, делая его уникальным. Собственно прополис и получается в ходе первичного переваривания пчелами цветочной пыльцы.

Прополис — один из ценнейших (третий после меда и воска) продуктов пчеловодства. Заготавливают его соскабливанием с брусков и планок рамок, с потолков и стенок улья, у летка, собирают с холстиков, которыми накрывают гнездо вместо потолка. Собирают его во время осмотра пчелиных семей. Лучше это делать в теплое время, когда он мягкий и легко счищается стамеской. От каждой семьи обычно берут по 40-50 г. При том, что суммарное количество прополиса в улье составляет в среднем около 200 г, без ущерба для жизнедеятельности пчелиной семьи ежегодно можно отбирать не более 80 г товарного прополиса. Наиболее чистый прополис можно получить осенью, когда, готовясь к зимовке, пчелы вносят его в виде комочков на задних ножках. Самый чистый прополис находится на стенках улья (в холстинке).

В улье прополис часто смешан с воском. Воск прополиса обычно мягкий, светлоокрашенный. Содержание же воска в прополисе во многом зависит от места накопления прополиса пчелами в улье. Больше его в прополисе, собранном у летка на стенках улья, и меньше в снятом с деревянных деталей соторамок, потолочин и холстиков. Восковые срезки очищают от прополиса очень простым способом: их помещают в холодную воду и размешивают; прополис тонет, а воск всплывает на поверхность. Прополис тяжелее воды.

Чтобы собрать прополис с холстиков, их на несколько минут кладут в морозильное отделение холодильника. В холодном состоянии прополис становится хрупким, его можно легко отделить, отмять от ткани, он легко перетирается через терку с отверстиями в 2-4 мм. В процессе перетирания он становится вязким от тепла рук и окружающей среды, а перетирание его делается затруднительным. Его кладут в морозильную камеру, а затем берут другой кусок прополиса и снова перетирают. Таким образом измельчается весь имеющийся прополис, который в процессе перетирания очищается от видимых примесей. Такое измельчение необходимо для увеличения площади соприкосновения поверхности с растворителем.

Для более тщательного очищения прополиса от примесей применяют следующий способ. Берут две разные по размеру кастрюли, таких размеров, чтобы малая (лучше эмалированная) свободно входила в большую. На дно большой кладут 2-3 узкие деревянные планки, на которые ставят маленькую кастрюлю; в нее кладут измельченный на терке прополис и заливают трехкратным объемом теплой воды. В пространство между большой и малой кастрюлями наливают воду из расчета, чтобы наполненная прополисом и водой маленькая кастрюля не всплыла. Подготовленную водяную баню ставят нагреваться. Греют баню так, чтобы вода между большой и малой кастрюлями была нагрета до температуры около 85-90 °С в течение часа.

Во время прогревания все легкие примеси, имеющие малый удельный вес (вощина, деревянная стружка и др.), всплывают, а прополис и примеси, имеющие большой удельный вес, остаются на дне кастрюли. После часа прогревания баню дают полностью остыть. Затем вынимают маленькую кастрюлю из большой и столовым ножом, круговыми движениями по внутренней поверхности, аккуратно извлекают вошину; немного ее просушив, обворачивают плотной бумагой и хранят в течение продолжительного времени в темном и прохладном месте.

Прополисную воду сливают в темные бутылки и закупоривают. На дне же кастрюли остается очищенный прополис, застывшие куски которого заново перетирают через мелкую терку и кладут в морозильную камеру, как в начале очищения.

Чистый перетертый прополис в течение 7 и более дней в теплом месте растворяют в 96%-ном спирте (на 1 кг прополиса — 300-500 мл спирта), при этом 2-3 раза в день промешивая, затем фильтруют. Получается сметанообразная, легко мажущаяся, приятно пахнущая масса очищенного прополиса темно-коричневого цвета.

Хранят прополис в сухих, чистых ящиках, упакованным сначала в вощеную или пергаментную бумагу, а затем в пакет из пищевого полиэтилена, в затемненном помещении при температуре не выше 25 °С. Срок хранения — до 10 лет.

Длительное хранение пчелиного клея лишь незначительно изменяет его химический состав, не нарушая при этом антимикробных свойств.

Глава 2 БЕСЦЕННЫЙ БАЛЬЗАМ

Прополис часто называют пчелиным бальзамом, и это действительно так. Яркое подтверждение тому — применение прополиса пчелами.

В улье действует превосходная санитарная система, первостепенная задача которой — устранение любой среды, благоприятной для размножения бактерий. Основным принцип этой системы заключается в предотвращении попадания в гнездо чужеродных веществ, для чего у входа в улей постоянно «дежурят» две пчелы-стражницы. Если, несмотря на меры безопасности, чужеродное тело или насекомое все же проникнет, то сию же минуту пчелы мобилизуются для выдворения непрошеного гостя и вскоре выбрасывают его прочь. Случайно же проникших к ним и погибших вредителей, грызунов или крупных насекомых, которых они не в силах выбросить, пчелы замуровывают, чтобы не разлагались. Используют для этого пчелы как раз прополис — с его помощью они выполняют процесс своеобразного «бальзамирования». Замурованные прополисом трупы не разлагаются, что объясняется основным достоинством этого вещества — его высоким антимикробным действием. Известен один любопытный эксперимент, полностью подтвердивший высокие противомикробные свойства прополиса: кусок сырого мяса покрывали слоем прополиса и выкладывали на палящее солнце, и он оставался свежим на протяжении нескольких месяцев.

Прополисом пчелы также заделывают различные неровности в улье, прикрепляют плечики рамок к фальцам стенок улья, проклеивают холщовые покрышки, полируют ячейки сотов, предупреждая тем самым заболевание личинок, сужают большие летки. Осенью, когда пчелы готовятся к зиме, они заклеивают прополисом леток так, чтобы оставался проход на 2-3 пчелы в виде лабиринта. Прополис, нанесенный пчелами на трещину, контактирует с воздухом и высыхает, образуя твердую поверхность, способную противостоять любым внешним воздействиям.

В естественных условиях медоносные пчелы используют прополис для изоляции гнезда от гниющей древесины дупла, в котором они поселились, для защиты от патогенных микроорганизмов. Так как прополис содержит летучие эфирные масла, обладающие антимикробными свойствами, то при нагревании улья солнечными лучами эти летучие эфирные вещества испаряются и насыщают воздух в корпусе улья, действуя антисептически и дезинфицирующе. В общем, наличие прополиса в улье — залог здоровья и благополучия пчелиной семьи. Нелишне здесь провести аналогию между прополисом, являющимся одним из существенных для пчел продуктов, и вырабатываемым организмом человека так называемым плохим холестерином, который официальная медицина обвиняет во всех смертных грехах, в частности — в возникновении атеросклероза. В действительности одна из основных причин атеросклероза (особенно в пожилом возрасте) — это обезвоживание организма, о чем более подробно написано в книге «Вода — это Жизнь и здоровье». При обезвоживании и, следовательно, накоплении в организме продуктов метаболизма кровь сгущается, вязкость ее увеличивается, что в свою очередь создает излишнее давление и нагрузку для работы сердца (вот вам и гипертония). В настоящее время доказано, что при обезвоживании организма вода, необходимая в первую очередь для работы мозга, сердца, почек, организмом берется из клеток (где ее содержится до 66%), потом из тканевой жидкости (26%) и затем из сосудов (8%), а при недостатке до 1% воды в том же мозге в нем наступают уже необратимые изменения. Кровеносные сосуды до последнего стараются сохранить воду, но процессы, возникающие в организме из-за нарушения в том числе текучести крови (реология) уменьшают их эластичность, а из-за сжимания и разжимания в них

образуются трещины, которые как пластырем заделываются как раз плохим холестерином, здесь же и вырабатываемом. При генерализованном (распространенном) обезвоживании требуется очень много плохого холестерина, а хороший, который должен следить за нормальным уровнем плохого, соединяясь с ним и затем утилизируясь в печени, не успевает справляться с непосильной для него нагрузкой. Вот почему у вас образуется избыток плохого холестерина, появляются атеросклеротические бляшки и развивается атеросклеротический процесс. Так что не надо ругать плохой холестерин и пугать больных его количеством, а надо поставить ему памятник, ибо без него мы уже давно вымерли бы. Другое дело, что эти два противоборствующих вещества должны быть в равновесном состоянии друг к другу, как и все остальные компоненты, без чего организм нормально существовать не может.

Прополис имеет сложный химический состав и содержит, в частности, ароматические вещества, смолы, минеральные вещества. Однако состав этот непостоянен и зависит от вида растений, с которых прополис собран. И состав прополиса, и его свойства могут различаться даже в одной и той же местности, а многие составные части вещества до сих пор не известны современной науке. Не производилась и идентификация отдельных химических веществ, в особенности биологически активных.

Тем не менее, используя разные растворители и дистилляцию водяным паром, ученые установили, что прополис содержит:

- около 30% пчелиного воска,
- 40-60% смол и бальзамов (около 8% дубильных веществ и 8% эфирных масел),
- 5-15% дубильных веществ,
- цветочную пыльцу,
- около 20% механических примесей (ульевого сор, угольная и дорожная пыль и т. д.).

Бальзамы, входящие в состав прополиса, представляют собой сложные продукты, в составе которых есть эфирные масла, дубильные вещества, терпеноиды, ароматические альдегиды (в том числе изованилин).

Эфирные масла обуславливают аромат и отчасти вкус прополиса и представляют собой сумму веществ полутвердой консистенции светло-желтого цвета с сильным своеобразным ароматом и горьким вкусом со жгучим оттенком.

Воск и механические примеси придают прополису твердость.

Вроде бы немало сведений, чтобы понять сущность вещества, однако, как это ни удивительно, с химической точки зрения, перечисленные компоненты — смолы, бальзамы и эфирные масла — не раскрывают природы прополиса.

Пожалуй, первым более подробные сведения о химическом составе прополиса получил ученый Кюстенмахер — в 1911 году он установил наличие в прополисе коричной кислоты и коричневого спирта. В том же году другой ученый, Дитерих, выделил из прополиса ванилин и еще три компонента с неустановленным химическим составом, которые он причислил к сложным эфирам и назвал прополиринами. В 1927 году третий ученый, Жобер, выделил из прополиса флавонохризин.

Сегодня считается установленным факт, что основной компонент прополиса — это флавоноиды, обладающие мощной антиоксидантной активностью и оказывающие выраженный противоопухолевый эффект. Далее идут органические кислоты, терпены, альдегиды, сложные и простые эфиры, спирты, минеральные вещества, аминокислоты и т. д. Прополис имеет в своем составе также гликозиды, полисахариды, смолобальзамические и дубильные вещества.

Наибольший вклад в идентификацию многих флавоноидов прополиса, применяя современные методы разделения, анализа и физико-химических исследований,

внес наш соотечественник, профессор Поправко (1969, 1975 годы). Он установил, что многие компоненты прополиса можно обнаружить и в смолистых веществах почек березы и тополя. Учитывая, что у насекомых нет биосинтетического аппарата, способного синтезировать флавоноиды, ученый сделал вывод, что основная часть пчелиного клея имеет растительное происхождение. Однако в растениях флавоноиды представлены в форме гликозидов, а в пчелином клее они в свободном состоянии. Следовательно, заключил ученый, под влиянием пчелиных энзимов от растительных флавоноидов отщепляются сахарные остатки и флавоноиды становятся свободными.

Как уже говорилось, состав флавоноидов в прополисе зависит от вида растений, с которых он собран. В широких пределах колеблется и количество отдельных веществ, а некоторые из них имеются вообще только в определенных видах пчелиного клея.

Прополис богат минеральными веществами. С помощью спектрального анализа ученые установили в прополисе наличие следующих минералов: марганец, цинк, барий, титан, медь, олово, никель, кобальт, ванадий, хром, свинец (от 0 до 11,600 мкг/100 г).

Дальнейшие исследования к этому списку элементов добавили следующие: кальций, фосфор, калий, сера, натрий, железо, магний, молибден, алюминий, кремний, ртуть, селен, цирконий, фтор, сурьма. В количественном отношении среди перечисленных элементов преобладают цинк и марганец.

Количество витаминов в клее очень незначительно и изменчиво, но они есть. Это витамины В1 (4-4,5 мкг/г), В2 (20-30 мкг/г), В6 (4,5-6 мкг/г), А, С, Е, РР, никотиновая, пантотеновая кислоты и др. Кроме того, прополис богат каротином — провитамином А.

Всего в прополисе определено 50 веществ и зольных элементов. Все зольные элементы прополиса активизируют деятельность биологических центров организма, обеспечивают ритмичное их функционирование. Например, цинк, марганец и медь способствуют активизации процессов роста, развития и размножения, выполняют заметные функции в кроветворении (совместно с кобальтом), регулируют обмен веществ, оказывают положительное влияние на функции половых желез. Кроме того, цинк обладает способностью увеличивать продолжительность действия гормона поджелудочной железы — инсулина; он повышает также остроту зрения.

Встречаются в составе прополиса и органические ароматические кислоты — бензойная, кофейная, коричная, а также кумарины, фенолкарбоновые кислоты, антибиотические соединения и др.

Биологические свойства прополиса объясняются прежде всего наличием значительных количеств фенольных соединений — флавоноидов и фенокислот. Установлено также наличие терпеноидов, бисаболола и ароматического альдегида изованилина. Содержится в прополисе и бензойная кислота, обладающая, как известно, выраженной способностью задерживать рост микроорганизмов. Выделены также сложные эфиры указанных кислот с различными спиртами.

Кислоты прополиса, такие как феруловая, кофейная, бензойная и др., относятся к биологически активным веществам и проявляют выраженные антибактериальные свойства. Феруловая кислота, например, угнетает рост, как грамположительных, так и грамотрицательных микроорганизмов. Кроме того, фенолокислоты обладают вяжущим действием, что способствует заживлению ран и язв. Эти соединения проявляют также желчегонное, мочегонное, укрепляющее капилляры и противовоспалительное действие.

В прополисе есть немного азотистых веществ — белков, амидов, аминов, аминокислот. Общее количество азота не превышает 0,7%. В его составе такие аминокислоты, как аспарагиновая, глютаминовая, триптофан, фенилаланин, лейцин, цистин, метионин, валин, серин, гистидин, аргинин, про-лин, тирозин, треонин, аланин, лизин. В целом, как установили ученые, прополис содержит от 8 до 17 аминокислот.

Как уже говорилось, прополис содержит и вещества секрета слюнных желез пчел. К таким веществам относятся некоторые ненасыщенные жирные кислоты, проявляющие противоокислительное действие.

Все описанные выше составляющие прополиса выделены после удаления из него механических примесей и воска. Поэтому нужно учитывать, что из-за того, что пчелиный клей всегда содержит некоторое количество воска, то компоненты последнего также входят в состав прополиса. А пчелиный воск содержит около 70% сложных эфиров высших жирных кислот и высших жирных спиртов, 10-15% углеводов, свободных жирных кислот и спиртов и т. д.

Итак, большинство составляющих прополиса имеет растительное происхождение (флавоноиды, органические кислоты, терпены и сложные эфиры). Обратите внимание, что многие из них входят в состав соков почек растений. В фазе покоя почки за счет веществ, содержащихся в их соке, задерживают развитие растений и одновременно защищают его от фитопатогенных микроорганизмов. И именно в фазе покоя количество таких веществ особенно велико. С наступлением весны и лета, когда начинается развитие растений, количество подавляющих рост факторов уменьшается или совершенно исчезает, а количество антимикробных, защитных факторов увеличивается. Таким образом, древесные почки находятся под сложным биологическим контролем. Поэтому, по мнению ученых, неизбежно существует два вида пчелиного клея. Первый вид собирается пчелами, когда почки находятся в фазе покоя, а второй вид — из распутившихся почек.

Несмотря на то, что из прополиса выделено много компонентов, большая часть их все еще неизвестна. Ведь выделены и изучены те ингредиенты, которые удалось экстрагировать водой или органическими растворителями. Неизвестная часть компонентов прополиса не растворяется ни в воде, ни в органических растворителях. Можно предположить, что эта нерастворимая часть состоит из природных полимеров, изучение которых требует продолжительной научно-аналитической работы. Очевидно одно: огромное разнообразие ингредиентов прополиса обусловлено большим же разнообразием растительных видов, с которых пчелы собирают смолистые вещества.

Глава 3

БОЛЕЗНИ - ЛЕЧИТ, ЗДОРОВЬЕ - БЕРЕЖЕТ

ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ПРОПОЛИСА

Как и другие биологически активные продукты пчеловодства, прополис может не только лечить, но и поддерживать организм в здоровом состоянии. И все это благодаря его уникальным биологическим свойствам, которые весьма разнообразны и обусловлены активным действием всех входящих в его состав веществ. Именно благодаря своему сложному химическому составу прополис обладает столь широкой гаммой ценных биологических свойств, в частности и таким важным, как стимуляция иммунобиологических процессов (прополис повышает содержание иммуноглобулинов А и Е, усиливает фагоцитарную активность лейкоцитов). Прополис убивает различные кокки, возбудителей туберкулеза, губительно действует на возбудителей сальмонеллеза, тифа, а также на простейших.

В последние два десятилетия XX века интерес к пчелиному клею как лечебному средству чрезвычайно возрос. И обусловлено это, в первую очередь тем, что современные исследователи установили довольно разностороннее действие прополиса:

- бактериостатическое (замедляет рост ряда бактерий),
 - бактерицидное (убивает некоторые бактерии)
 - фунгицидное (губительно действует против 11 видов поверхностных грибков и возбудителей болезней кожи ног),
 - анестезирующее (обезболивает в 5,2 раза сильнее, чем 2%-ный новокаин),
 - противовоспалительное, способствующее эпителизации ран, положительно влияющее на специфические и неспецифические защитные силы организма, и др.
- При этом не будем забывать, что прополис — вещество, созданное Природой, и при всем богатстве свойств, интересных для медицины, он, врачуя, не оказывает на организм одновременно такого разрушительного действия, как синтетические лекарства.

Исследователи установили, что прополис обладает противокариесным, противоопухолевым (рост раковых клеток прополис подавляет за счет уменьшения спазма сосудов, противовоспалительного и бактерицидного эффекта), противолучевым, геронтологическим свойствами.

При раневых, ожоговых и других повреждениях кожи прополис помогает лечить местные нагноения, стимулирует грануляцию и регенерацию тканей, увеличивая рост фибробластов, что ведет к смягчению развития рубцов после ожогов, быстрому сращению переломов. Снимать повязки с прополисом и прополисными мазями совсем не больно, так как они не прилипают к ранам.

Прополис обладает антисептической, то есть противомикробной, и антивирусной активностью, кроме того, он оказывает пролонгирующее, то есть продлевающее действие на ряд антибиотиков, нейтрализует некоторые бактериальные яды.

Отмечены противоаллергическое, рассасывающее свойства препаратов прополиса.

Микроэлементы: железо, медь, марганец, кобальт и др., входящие в состав прополиса, полезны для кроветворения.

Установлено, что прополис стимулирует трофические функции, а также работу всей иммунной системы за счет дополнительной выработки, в частности, пропердина, усиливающего фагоцитоз. Кроме того, и это очень важно, прополис поддерживает специфический иммунитет, повышая, как уже говорилось, уровень гамма-глобулинов.

Описано действие прополиса как аналога эссенциале (гепатопротектор), что проявляется в стабилизации клеточных мембран, улучшении соотношения белковых фракций крови человека.

Участвует прополис и в регуляции эндокринной системы, в частности, установлено его влияние на кору надпочечников и гипофиз, что способствует выделению собственных гормонов.

Прополис обладает противовоспалительными свойствами и не уступает по действию метилурацилу. Он также нормализует секреторную функцию желудка, сокращает срок лечения болезни. Малые концентрации прополиса усиливают моторную и секреторную функции желудка, большие, наоборот, ослабляют их. Кроме того, прополис регулирует деятельность желудочно-кишечного тракта в целом за счет увеличения секреции желчи, заживления язв желудочно-кишечного тракта, снижения уровня холестерина и положительного влияния на моторику кишечника. За счет снижения уровня холестерина и холестерина определенные составляющие прополиса способствуют и профилактике атеросклероза сосудов, что играет существенную роль в предохранении от болезней сердца, инсультов и других сердечно-сосудистых заболеваний.

Не оказывая отрицательного воздействия на организм, прополис помогает его очищению, способствует инаktivации ядов, выведению их из организма.

В целом, прополис и его препараты (спиртовой и водный экстракты, мед с прополисом, таблетки, мази, свечи и др.) оказывают следующее терапевтическое действие:

- вяжущее,
- бальзамическое,
- противозудное,
- дезодорирующее,
- десенсибилизирующее,
- антитоксическое,
- общеукрепляющее.

Кроме того, прополис понижает артериальное давление, стимулирует обмен веществ, регенерацию (восстановление) тканей, кроветворение, понижает свертываемость крови и ее способность к тромбообразованию, улучшает функцию пищеварения, повышает выносливость и работоспособность организма, улучшает состояние желез внутренней секреции.

Но поговорим о лечебных биологических свойствах прополиса подробнее.

Существует теория, что прополис омолаживает организм. И, наверное, это справедливое предположение. Потому что, если разобраться, молодость — это прежде всего чистота органов и тканей внутренней среды организма.

Специалисты считают, что постоянное употребление прополиса способно отодвинуть начало процессов старения к 60-70 годам, только лишь освободив организм от вредных ядовитых веществ, собственно, и вызывающих патологию старения. Как известно, наиболее перспективным методом воздействия на патологию старения является применение антиоксидантов — веществ, которые препятствуют вредным окислительным процессам в организме. Установлено, что прополис является сильным антиоксидантом, так как обладает высокими антиокислительными свойствами и повышает защитные силы организма.

Прополис как антиоксидант не только увеличивает продолжительность жизни, но и тормозит патологические процессы, способствующие старению органов и тканей организма. Следовательно, регулярное употребление прополиса и продуктов, приготовленных на его основе (например, мeproпoлa — по 1 ч. ложке для взрослого и по 0,5 ч. ложки детям до 12 лет после еды, причем запивать ничем не

надо), обязательно будет способствовать повышению защитных сил организма и омоложению, то есть повышению активной творческой жизни.

Антимикробные свойства прополиса, известные с 1906 года, в 1948 году доказаны исследовательницей Кивалкиной. Она изучала действие прополисовых экстрактов на 74 микробных штаммах, принадлежащих к 19 видам патогенных и апатогенных бактерий, и установила, что клей действует не только бактериостатически (останавливает развитие бактерий), но и бактерицидно (убивает бактерии).

Правда, разные виды микробов проявляют неодинаковую чувствительность к прополису: грамположительные микробы более чувствительны к нему, чем грамотрицательные. В ходе исследований было установлено, что под действием прополиса, пастереллы, например, гибнут через 15-20 минут, возбудитель рожи свиней — через 1-2 часа, стафилококки — через 2-4 часа.

Ученые, изучив совместное действие прополиса с антибиотиками, нашли, что он усиливает действие стрептомицина и тетрациклина, а вот на активность пенициллина и левомицитина не влияет.

Важно и то, что антимикробные вещества прополиса термоустойчивы, хранение прополиса в течение 3-4 лет не снижает его антимикробную активность.

Антимикробную активность препаратов прополиса подтверждали в своих исследованиях ученые многих стран мира. По данным некоторых авторов, наиболее сильной антимикробной активностью обладают водные экстракты прополиса.

При исследовании 15 образцов прополиса, собранных в разных районах США, американские ученые в 1967 году установили, что пчелиный клей проявил бактериостатическое действие на 25 из 39 видов бактерий, причем самую высокую активность он показал в отношении грамположительных и кислотоустойчивых бактерий.

Исследования 1973 года в нашей стране показали, что различные концентрации прополиса проявили бактерицидное действие на штаммы стафилококков, стрептококков и кишечной палочки, выделенных из мокроты детей, больных хронической пневмонией. Важным антимикробным свойством прополиса является его активность в отношении палочки Коха, причем его противотуберкулезное действие не только бактериостатическое, но что особенно важно и ценно, и бактерицидно. В высоких концентрациях прополис угнетает развитие многих штаммов сальмонеллопатогенных грам-отрицательных бактерий, возбудителей тифозных заболеваний и токсических инфекций, штаммов вульгарного протей, возбудителей длительно незаживающих и неподдающихся антибиотикам раневых инфекций. Чрезвычайно подробные исследования многих авторов установили, что прополис эффективен против возбудителей бруцеллеза, рожи свиней, американского гнильца и т. д. При этом ученые единодушны в том, что хотя прополис и действует в целом слабее антибиотиков, зато он менее токсичен и не создает резистентности (то есть не вызывает привыкания) у микробов, а это очень важно — не нужно изобретать все новые и новые, все более убойные лекарства. Просто неопределимо то, что, в отличие от антибиотиков, прополис не угнетает нормальную кишечную микрофлору, то есть не вызывает дисбактериоза.

Антимикробные свойства прополиса были установлены в отношении некоторых низших грибов, возбудителей заболеваний кожи и головы. Грибки — возбудители поверхностных микозов — более чувствительны к действию прополиса, чем грибки — возбудители глубоких микозов. Особенно чувствительны к прополису кандидозы, протекающие в виде локальных поражений полости рта, пищевода, желудка, кишечника, трахеи, легких, гениталий и т. д. Прополисовая питательная среда в концентрации всего лишь 0,01% полностью угнетает рост грибка.

Прополис проявляет антипротозойное действие в отношении возбудителя катаров уrogenиталий женщин и мужчин — трихомонады.

Есть данные об антивирусном действии прополиса. Так, доказано антивирусное действие прополиса в концентрациях ниже 1% против вируса герпеса, причем он задерживает развитие возбудителя даже в клетках человеческого эмбриона. Замечу, что прополис издавна применялся как средство, оказывающее прямое губительное действие на вирусы (в частности на вирусы герпеса, ветряной оспы, гриппа А, гепатита В и его HBs-антиген). При комбинированном применении прополиса с маточным молочком в сравнительно высоких концентрациях на 30-70% угнетается развитие вирусов вакцины против оспы, гриппа А2 и везикулярного стоматита.

Антибиотическое действие прополиса лежит в основе его противовоспалительной активности при инфекционных и неинфекционных процессах. Ученые провели эксперимент, в котором облучили ультрафиолетовыми лучами спины 70 здоровых мужчин, покрытые плотной материей с 10 вырезанными квадратами. Кожа 5 облученных полей предварительно смазывалась вазелином, а другие 5 полей — 2%-ным прополисовым вазелином. Через 2 часа прополис не проявил защитного действия против ультрафиолетовых лучей, но через сутки произведенная оценка степени покраснения показала, что поля кожи, обработанные прополисовым вазелином, покраснели на 66% слабее, чем участки, обработанные только вазелином. Фарма-кобиохимический механизм этого противовоспалительного действия неизвестен, но, очевидно, существенная роль и в этом процессе принадлежит флавоноидам. Так, флавоноид акацетин в дозах 25-100 мг/кг угнетает воспаление, вызванное формалином, и увеличивает прочность капилляров. Кверцетин увеличивает способность некоторых белков, главным образом, гамма-глобулинов, связывать гистамин, что уменьшает степень выраженности воспалительных реакций.

Многие флавоноиды прополиса обладают противовоспалительным действием при заболеваниях суставов, кожи и слизистых оболочек. Они укрепляют соединительную ткань и сосуды, предотвращают окисление витамина С, снижают активность некоторых энзимов, вызывающих распад хрящевой и межклеточной ткани, угнетают действие энзима О-метил-трансферазы, что ведет к более экономному расходованию адреналина. Полиметокси-лированные флавоноиды в значительной степени угнетают агрегацию эритроцитов в крови человека, а малые дозы прополиса (0,1 мг/кг) сильно подавляют агрегацию тромбоцитов, вызванную аденозиндифосфатом или адреналином. Флавоноиды укрепляют капиллярную стенку, являясь антиагрегантами.

Эти же составляющие прополиса предотвращают образование тромбов в кровеносных сосудах, улучшают микроциркуляцию и тем самым уменьшают или снимают вредные последствия воспалительных и шоковых состояний при атеросклерозе.

Давно известно местное анестезирующее действие прополиса. Это действие в 3 раза сильнее действия кокаина и в 52 раза — прокаина. Если прибавить 0,03%-ный водный раствор или спиртовой раствор прополиса к 0,25%-ному раствору кокаина, то анестезирующее действие кокаина увеличится в 14 раз.

Высказывается предположение, что анестезирующее действие прополиса обусловлено его эфирными маслами, но, с другой стороны, данные опытов показывают, что анестезирующий фактор частично или полностью водорастворим. Известные различия в степени анестезирующего действия прополиса, вероятно, обусловлены его неодинаковым происхождением, а также различием методов его применения.

Очень интересно и свойство прополиса усиливать иммунологическую реактивность организма. Еще в 1964 году были опубликованы результаты опытов о способности водных и спиртово-водных экстрактов прополиса увеличивать комплиментарную и фагоцитарную активность, повышать содержание в крови белка пропердина, усиливающего процесс образования комплимента и биосинтез агглютининов при иммунизации бактериями антителами.

В ходе исследований ученые нашли, что под влиянием прополиса, вводимого в организм одновременно с антигенным материалом, продукция антисальмонеллезных агглютининов увеличивалась в 6-8 раз, в 2-3 раза возрастала продукция антитоксических антител в противостолбнячной сыворотке и в 5-8 раз — антивирусных антител против болезни Ауески. Следовательно, прополис как стимулятор иммуногенеза — перспективное средство для производства иммунных препаратов для профилактики и лечения людей и животных.

Теперь, когда мы в целом разобрались с лечебными возможностями прополиса, расскажу конкретнее, что именно он лечит.

Прополис находит применение при заболеваниях слизистых оболочек носа, воспалениях гайморовых и других придаточных пазух носа; околоносовых и ротовых полостей, дыхательных путей, среднего уха, пищеварительного тракта, урогениталий (например, хронических заболеваниях семенных пузырьков и предстательной железы и аденоме простаты). В отоларингологии его используют, например, при лечении тугоухости, фарингитов, отитов, ринитов, ангин, в пульмонологии — при лечении бронхитов, хронической пневмонии, бронхиальной астмы.

Прежде всего, прополис показан при простудных заболеваниях, бактериальных и вирусных инфекциях (отмечено противовирусное действие водного экстракта прополиса на модели вируса осповакцины в эксперименте), заболеваниях желудочно-кишечного тракта, нарушениях обмена веществ. Прополисом лечат грипп, радикулит, ишиас (воспаление седалищного нерва), венерические болезни. В прошлом прополис широко использовался в народной медицине при изготовлении пластырей для заживления ран, так как он действует как смягчающее и затягивающее раны средство. В настоящее время в народной медицине им лечат все кожные заболевания, простые и долго незаживающие раны, возникшие по причине воспаления, язвы на коже и язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, неврит, туберкулез легких и другие болезни. Есть данные о благотворном действии прополиса при геморроидальных, гинекологических и многих других заболеваниях.

Общие показания к лечебному применению прополиса таковы:

- преждевременное старение кожи,
- остеомиелит,
- головные боли, мигрени,
- хронические гастриты,
- желчнокаменная болезнь,
- хронические гепатиты,
- холециститы,
- трещины прямой кишки,
- заболевания мочевыводящих путей и почек,
- невралгии,
- заболевания суставов,
- местное обезболивание,
- очистка организма,
- маститы,
- доброкачественные и злокачественные опухоли,

- склонность к тромбозам,
- нарушения обмена веществ,
- снижение иммунитета.

Прополис эффективен при лечении гнойных процессов, длительно незаживающих ран, ожогах и обморожениях всех степеней, как профилактическое средство при лечении послеоперационных ран, как местное анестезирующее средство при различных операциях. Во всех этих случаях прополис назначается внутрь.

Теперь приведу данные о лечении прополисом конкретных заболеваний.

Прополис рекомендуется при атеросклерозе. Как известно, для этого хронического заболевания характерно поражение артерий и расстройство кровообращения. Атеросклероз, в свою очередь, обуславливает целый ряд недугов, являющихся наиболее частыми причинами инвалидности и смертности. Лечить эту «болезнь века» трудно, поэтому важное значение следует придавать профилактике. Препараты прополиса способны помочь в борьбе с атеросклерозом, в особенности, если они используются при его начальных стадиях.

Небольшие дозы прополиса (0,1 г) при систематическом приеме затормаживают агрегатирование (склеивание) тромбоцитов и, таким образом, играют значительную роль в профилактике и лечении тромбозов кровеносных сосудов. Прополис положительно действует на обмен липидов у больных артериальной гипертонией и ишемической болезнью сердца с высоким уровнем холестерина и триглицеридов в сыворотке крови. В этом случае прополис применяется из расчета 1 г в сутки, курс лечения — 1-2 месяца.

Показательные опыты по выявлению влияния прополиса на повышенное кровяное давление были проведены болгарскими учеными. В эксперименте участвовали 42 больных с давностью гипертонии 4-5 лет и повышенным давлением, в основном, П-Ш степени по классификации ВОЗ. Из 42 лечившихся больных были 36 женщин 42-72 лет. Больные находились под клиническим наблюдением. До начала лечения их госпитализировали на 5 дней, поставили на диетический режим без медикаментов, согласно методу Певзнера. Лечили прополисом только тех больных, состояние которых не улучшилось в результате установленного режима.

Прополис для лечения использовался в виде 30%-ного спиртового раствора. Его давали по 40 капель 3 раза в день, за 1 час до еды.

В результате лечения прополисом у 37 больных был хороший терапевтический эффект по отношению к субъективным жалобам: стихла головная боль, прошло головокружение, шум в ушах прекратился, уменьшились боли в сердце и прошло ощущение давления и тяжести, нормализовалось сердцебиение. У 15 больных с гипертонией I степени артериальное давление понизилось до нормального уровня, у больных гипертонией II степени на 30-40 мм уменьшилось систолическое давление и на 10 мм диастолическое давление в среднем у 6 больных (75%), у 2 (25%) — давление осталось неизменным. У больных гипертонией III степени отмечалось понижение систолического давления в среднем на 10 мм у 6 больных (31%), у 5 (27%) — осталось неизменным.

Прополис может использоваться для лечения стенокардии, его применение оказывает выраженный терапевтический эффект и рекомендуется как дополнение к комплексному лечению больных с неревматическими миокардитами.

Прополис используется при трудно заживающих ранах и язвах, обморожениях, ожогах. Так, весьма успешно проводилось лечение 150 больных с послеоперационными ранами в области прямой кишки — применялся 20%-ный спиртовой раствор прополиса с касторовым маслом в соотношении 1:1.

Результаты этого лечения были лучше, чем после применения мази Вишневского,

которую использовали для лечения 103 оперированных контрольной группы. Быстрее проходили боли, в 4 раза снизилось число случаев послеоперационных осложнений и сократился срок лечения. Гистологическое исследование обработанной прополисом ткани подтвердило стимуляцию гранулирования, причем в некоторых случаях наблюдалось сильное разрастание грануляционной ткани, что вынуждало прекращать лечение прополисом до полного заживления ранок. Двух- и трехнедельное лечение анальных фиссур (болезненных трещин заднего прохода) суппозиториями, содержащими 10% прополиса, также хорошо способствует заживлению ран.

Прополис оказался подходящим средством и для лечения длительно незаживающих ран, вызванных лучевой терапией. Успешно проводилось лечение больных с ранами на челюстно-лицевой части головы — использовался масляный экстракт прополиса. Благодаря тому, что прополис обладает антибактериальными свойствами, фармацевтическая промышленность давно уже производит мази на его основе для лечения ран, экземы и некоторых других кожных заболеваний (у человека и животных). Так, существует препарат «Пропоцеум» — мазь для лечения ран, ожогов и воспалений. В домашних условиях также можно приготовить подобную этому препарату смесь, содержащую 200 г вазелина или животного жира и 10 г прополиса. Вазелин или жир надо предварительно нагреть до кипения, а потом, после охлаждения до 50-60 °С, ввести прополис и осторожно повысить температуру смеси на 10-15 °С, затем очень тщательно (в течение 8-10 минут) перемешивать полученный состав, после чего процедить его и охладить. Существуют прополисные мази на ланолине, вазелиновом или сливочном масле, рыбьем жире. Концентрация прополиса в мази может быть разной - 10%, 15%, 20% и даже 30-40%. Это зависит от того, для лечения какой болезни предназначается мазь.

10%-ное прополисное масло используют наружно при ожогах и обморожениях — им смазывают или его втирают в поврежденные места. Это же масло принимают внутрь для заживления язв при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки за 1-1,5 ч до еды 1 ч. ложку 3-4 раза в день, что зависит от количества приемов пищи. При этом следует соблюдать строгую диету и употреблять протертую пищу, что ускорит процесс зарубцовывания язвы. Курс лечения рассчитан на 2-3 недели.

15%-ное прополисное масло лучше употреблять для быстрого залечивания ран, порезов, которые гноятся или долго не заживают. В дерматологии используют это масло при угрях, различной сыпи на коже, герпесе, воспалении век и ячмене. В отношении ожогов экспериментами установлена высокая терапевтическая эффективность прополиса. Для усиления антимикробного действия рекомендуется к 15%-ной прополисной мази добавлять 0,1%-ный цетилпиридиниевый хлорид. Этой смешанной мазью было, в частности, пролечено более 1000 человек с ожогами различной степени. Мазь проявила не только антисептическое действие, но и стимулировала регенерацию тканей, способствовала исчезновению (уменьшению) рубцов.

Свойство прополиса стимулировать грануляцию раневой поверхности используется для обработки вяло заживающих ран. При применении 20-30%-ного прополисного линимента на подсолнечном масле в процессе лечения больных с хроническими язвами на почве нарушенного кровоснабжения и с язвами, вызванными рентгеновскими лучами, отмечено более быстрое зарастание ран. Ангиопатические (связанные с патологией сосудов), трудно поддающиеся лечению раны зарастают за 50-70 дней. Специалисты отмечают, что процессы эпителизации отстают от грануляционных, и поэтому рекомендуют в конце лечения использовать общеизвестные эпителизирующие средства.

Клинические исследования показали, что 10%-ная прополисная пудра более эффективна, чем антибиотические мази при лечении ангиопатических пролежней. Раны у 10 из 12 больных после обмывания риваноловым раствором с последующей присыпкой прополисной пудрой зажили в течение 16-54 дней, тогда как лечение риванолом и антибиотиками было более длительным, и положительный результат отмечен лишь у 3 больных. Однако антимикробное действие при кожных ранах, по мнению румынских ученых, оказалось недостаточно эффективным, что подтвердило микробиологическое исследование. Это послужило основанием для предположения, что лечебное действие на раны обусловлено каким-то другим механизмом. С профилактической целью неподвижно лежащим больным рекомендуется соответствующие места обрабатывать аэрозолем, содержащим 10-20%-ный спиртовой раствор прополиса. Однако следует отметить, что после прекращения этих профилактических процедур у некоторых больных могут вновь появиться пролежни.

Используют прополис для лечения ожогов и ранений, различных заболеваний глаз — конъюнктивитов (воспалительных заболеваний соединительной оболочки глаз, выстилающей внутреннюю поверхность век и переднего отдела глаза), микробных и вирусных кератитов (воспалений роговицы). Применение препаратов прополиса при герпетических кератитах в комплексе с традиционными методами лечения оказывает противовоспалительное действие, способствует более раннему началу эпителизации, ускоряет процессы регенерации, сокращает сроки лечения.

Препараты прополиса используются для лечения выпадения волос, например, при гнездной плешивости (выпадении волос округлыми очагами различной величины). При лечении очаговых алопеции (облысения) головы с успехом применяли 30%-ную прополисную мазь и 30%-ный прополис-ный спиртовой экстракт. Через 2 недели, самое позднее через 6 месяцев после начала втирания прополисных препаратов плешивость исчезла у 82% лечившихся пациентов. Прополис применяют для лечения кожных заболеваний — юношеских бородавок, пиодермии (гнойничкового поражения кожи), фурункулов и карбункулов, эпидермофитии (грибкового заболевания кожи и ногтей), нейродермита, трихофитии и псориаза. Например, лечение псориаза с помощью этого природного препарата проводится обычно так: по 0,3 г прополиса принимать 3-4 раза в день внутрь или наружно — 20%-ным прополисным маслом смазывать пораженные места, курс лечения — 2-4 недели. В лечении псориаза прополис может быть использован в виде различных лекарственных форм: мазей или паст из нативного (натурального) прополиса, прополизатов, эфирных и полиэфирных препаратов прополиса, настоек прополиса, прополисного молока, экстрактов прополиса на вазелиновом масле, препаратов «Пропоцеум», «Прополин», «Пропосол-10», «Флорал» и др.

Спиртовые настойки и экстракты прополиса хорошо воздействуют на ограниченные бляшки псориаза, в том числе и себорейные формы заболевания. Мази, пасты с прополисом могут облегчить состояние больных с инфильтративными, экссудативными формами заболевания. Мазь или паста наносится на пораженные участки кожи под повязку до полного исчезновения воспалительных явлений, особенно при ладонно-подошвенных формах заболевания, когда другие средства лечения мало эффективны. Сроки лечения при использовании мази с прополисом оказываются значительно меньше, чем при обычном лечении, даже с использованием кортикостероидных препаратов. Специалисты отмечают, что лечение ограниченных гиперкератотических форм псориаза требует сравнительно длительного времени. Для получения более

эффективного кератолитического действия существует прополисно-салициловая мазь. Дополнением в составе мази является салициловая кислота, которая ведет к более интенсивному кератолитическому воздействию на подлежащие слои кожи, обеспечивая тем самым более глубокое проникновение биологически активных веществ прополиса.

Приготовить прополисно-салициловую мазь можно самостоятельно, измельчив 10 г прополиса-сырца и поместив в 170 мл 70%-ного спирта при подогревании на водяной бане. При получении однородного состава добавляют, регулярно помешивая, 100 г салициловой кислоты. После охлаждения мазь готова к употреблению. Она имеет густую консистенцию, не расслаивается и не растекается по кожному покрову.

Вот некоторые медицинские данные о лечении псориаза прополисными препаратами. В 1970-х годах отечественными учеными изучалась терапевтическая активность 30%-ного спиртового экстракта прополиса при ряде хронических заболеваний кожи, в том числе и при псориазе. Препарат наносили 2 раза в день на пораженный участок кожи. Он быстро высыхал в виде пленки, что не требовало повязки. Переносимость препарата была хорошей. Уже через 12-16 дней использования препарата исчезали значительные экссудативные явления и инфильтрация становилась гораздо менее выраженной.

Китайский исследователь Фанг Чу также использовал прополис (китайского происхождения) в лечении ряда дерматозов, в частности, псориаза. В лечении 160 больных псориазом он применял таблетки, содержащие 0,3 г прополиса. Лечение продолжалось 2-3 месяца. Лечебный эффект проявлялся через 2-4 недели. В результате проведенного лечения у 37 больных было отмечено клиническое выздоровление, у 17 — значительное улучшение, у 58 — улучшение; в 48 случаях прополис оказался малоэффективным. По всей вероятности, лечебный эффект прополиса при псориазе зависит от длительности заболевания: чем меньше была продолжительность дерматоза, тем была выше результативность терапии.

Специалисты считают, что использование прополиса в комплексной терапии больных псориазом является довольно эффективным и в некоторых случаях может быть средством выбора, особенно при торпидном течении дерматоза, в том числе ладонно-подошвенной форме и пр.

Специалисты Горьковского научно-исследовательского института кожно-венерических болезней в 1971 году лечили 50%-ной прополисной мазью 110 больных, страдающих глубокой трихофитией. К концу второй недели после начала лечения полное излечение было отмечено у 94 больных, и продолжительное наблюдение над ними не обнаружило рецидивов. В том же институте с успехом лечили 50%-ным спиртовым раствором 300 больных, которые страдали различными формами эпидермофитии. 50%-ная прополисно-салициловая мазь применялась при гиперкератозных изменениях кожи. Кроме того, прополисную мазь самостоятельно или в комбинации с салициловой кислотой использовали при лечении кожного туберкулеза и установили, что ее можно применять не только как дополнительное, но и как самостоятельное, единственное эффективное при этом заболевании средство. Прополисные препараты успешно могут использоваться для лечения глубоких гнойных подкожных процессов и хронических гнойных язв, возбудители которых оказались антибиотикоустойчивыми. Прополисные препараты проявляют не только антимикробное действие, но и стимулируют фагоцитарную активность лейкоцитов.

Применяют прополис при гиперфункции щитовидной железы. В монографии профессора Лудянского, корифея отечественной апитерапии, приводятся такие

данные по лечению прополисом щитовидной железы: при диффузном зобе наблюдался высокий процент выздоровления, а при узловом — выздоровление отмечалось у половины пациентов. Прополис применялся как внутрь, так и наружно.

Прополис эффективен при лечении заболеваний дыхательных путей, горла и полости рта, в том числе инфекционных. Для лечения и предупреждения заболеваний дыхательных путей очень хорошо применять прополис с медом — «Мепропол». За счет находящегося в нем прополиса мед приобретает необыкновенный вкус и аромат. 1 ч. ложка для взрослого после еды и 0,5 ч. ложки для ребенка до 12 лет 3-4 раза в день, и особенно на ночь, за 3-5 дней снимет начавшуюся ангину, тонзиллит, ринит, грипп.

Во время эпидемии гриппа прием «Мепропола» даст также хороший профилактический эффект. А так как прополис способствует укреплению эмали зубов и предупреждает развитие кариеса, то прием «Мепропола» на ночь подлечит и пародонтоз, и стоматит, а кроме того, дезодорирует (уничтожит неприятный запах) рот, снимет боль и стимулирует защитные силы организма.

Прополисом на масле (растительное или оливковое) при простудах хорошо натереть грудь или спину, надев что-нибудь теплое (фланелевое, байковое).

При лечении группы из 35 человек, страдавших хроническими гнойными ринитами и ринитофарингитами, им предлагалось принимать внутрь по 300 мг прополиса в день, при этом к прополису для более полного извлечения активных веществ добавляли соли магния. Также применяли аэрозольные ингаляции прополисом в течение 10 минут и тампонировали ноздри 5%-ной прополисной мазью.

У 90% больных были хорошие и очень хорошие результаты — до полного исчезновения клинических признаков. Этот способ лечения дал такой же хороший результат при острых и подострых ларингит-гомеитисах. Около двухсот больных принимали в день по 5-6 прополисных таблеток и по 3-5 ложечек 2%-ного водного прополисного сиропа и ежедневно делали ингаляции. Субъективные признаки болезни исчезли у 85-90% больных на 2-5 день лечения. 15 больных хроническим ларингит-гомеитисом излечились полностью, что подтвердила проверка, проведенная через 3 месяца после лечения.

32 человека с подострыми и хроническими ринитами и ринитосинуситами лечились комбинированным способом: антибиотиками и прополисом. В результате срок лечения сократился, а количество примененных антибиотиков было меньше по сравнению с контрольной группой, которую лечили только антибиотиками.

Известно об успешном применении препаратов прополиса, в том числе спиртово-масляной эмульсии препарата, у больных хроническим гнойным синуситом.

Прополис, как показали цитологические исследования, улучшая обменные процессы в тканях, стимулирует регенераторный процесс в слизистой оболочке верхнечелюстной пазухи, а это способствует окончательному выздоровлению.

Опыты показали, что при лечении острых катаров верхних дыхательных путей и острых и хронических синуситов и фарингитов самый хороший эффект получен после применения комбинированного лечения — антибиотиками,

физиотерапевтическими процедурами и аэрозольными ингаляциями прополисом. Хорошие результаты лечения прополисом многочисленных больных хроническими синуситами, диагноз которых был подтвержден рентгенологически, и фарингитами были получены при дополнении вышеописанных методов лечения ионофорезом при синуситах и полосканием горла 3-5%-ной водно-спиртовой эмульсией прополиса при фарингитах.

У больных атрофической формой хронического фарингита лечение прополисом дало весьма успешный результат. После смазывания горла в течение 10-15 дней

смесью из одной части 30%-ного спиртового экстракта прополиса и двух частей глицерина клиническая и микробиологическая оценка установила, что у 74,6% лечившихся наступило полное выздоровление, а у 14,7% — значительное улучшение. Однако у трех больных в процессе лечения появились признаки аллергии на слизистую оболочку рта и глотке.

При заболеваниях органов дыхания: остром и хроническом рините, ларингите, синусите, фарингите, трахеите, бронхите, бронхиальной астме, хронической пневмонии и других в условиях поликлиники прополис экстрагируют 96%-ным этиловым спиртом. Из экстракта готовят 5%-ный прополисно-спиртовой раствор. Этот раствор применяется для ингаляций в виде эмульсий на персиковом или абрикосовом масле в соотношении 1:3, 1:2, 1:1 или в таком же разведении с дистиллированной водой.

Прополис также применяется для лечения фурункулов слухового прохода и воспалений среднего уха, при тугоухости. После промывания или тампонирования уха 20-30%-ным спиртовым раствором прополиса в течение 7-15 дней гнойные выделения прекращаются и слизистая оболочка приобретает нормальный вид. Лечение ускоряет зарастание барабанной перепонки и может даже значительно улучшить слух.

Прополис применяется для лечения различного вида туберкулезом (легких, бронхов, лимфоузлов, почек, кожи). Врачи-фтизиатры приводят данные, говорящие об эффективности препаратов прополиса при различных формах туберкулеза. Лечение проводилось различными прополисными препаратами и антибиотиками. У большинства больных в группе туберкулез был в запущенной форме и лечение в прошлом различными противотуберкулезными средствами было безуспешным. При комплексном лечении туберкулеза применялась 15%-ная мазь, приготовленная на сливочном масле. 30 больных с фиброзно-кавернозным туберкулезом легких лечились 15%-ным прополисным сливочным маслом. У 19 больных после 4-10-месячного лечения (прополисное сливочное масло им давали 3 раза в день до еды) каверны закрылись. 20 больных с той же формой туберкулеза легких принимали внутрь 20%-ный водно-спиртовой раствор прополиса. Закрытие каверн наступило лишь у двух, а у других каверны и признаки общей интоксикации значительно уменьшились. Из 40 больных диссеминированным (диссеминация — это распространение возбудителя болезни в организме из первичного очага по кровеносным или лимфатическим путям, серозным оболочкам) легочным туберкулезом, лечившихся прополисным маслом и спиртовым раствором прополиса, у 33 очаги диссеминации значительно уменьшили свои размеры.

Хорошие результаты дало прополисное лечение при туберкулезе почек и при туберкулезных бронхитах и лимфоденитах. После бронхоскопии пораженные бронхи обрабатывали 10%-ным водным раствором прополиса и одновременно применяли антибиотики. Через 2-3 месяца после начала лечения у всех пациентов, проходивших этот курс лечения, специфические изменения бронхов исчезли. Прополисные препараты рекомендуется использовать при комплексном лечении туберкулеза, особенно в тех случаях, когда антибиотикотерапия не дает результата.

В медицинской литературе приводятся примеры лечения туберкулеза прополисными препаратами.

Мальчик 7,5 лет, бледный, худой и слабый. Его легкие «съедал» туберкулез. Традиционное лечение не дало желаемого эффекта, и врачи предложили операцию. Родители отказались, забрали ребенка из больницы и уехали лечиться по месту жительства. Решили воспользоваться народными средствами и наряду с общепринятыми методами терапии начали применять для лечения прополисный

мед и цветочную пыльцу-обножку. В течение первых месяцев такого комбинированного воздействия состояние оставалось стабильным. Затем очаг поражения стал уменьшаться, но казался более компактным и кальцинация в нем выявлялась более четко. В дальнейшем он потерял четкость границ, был менее интенсивным, а через 1 год и 2 месяца совсем перестал определяться. Что мы здесь видим? Продукты пчеловодства помогли снять интоксикацию, улучшить картину крови, повысить сопротивляемость организма, что способствовало излечению от затяжной и чрезвычайно тяжелой болезни.

Другой пример. Пациентка 25 лет, служащая. При обследовании в противотуберкулезном диспансере ей был поставлен диагноз: левосторонний фиброзно-кавернозный туберкулез легких в фазе инфильтрации и обсеменения. Традиционное лечение желаемого эффекта не дало, в связи с чем было начато лечение 10%-ным спиртовым экстрактом прополиса по 30 капель 3 раза в день (в 50 мл воды) и настоем, приготовленным из сбора трав, составленного врачом для данного случая. Лечение проводилось в течение 10 месяцев (через каждый месяц делался 10-дневный перерыв). Улучшение в состоянии больной можно было отметить уже через неделю от начала приема экстракта прополиса и настоя трав. Постепенно нормализовалась температура, улучшился аппетит, не стало болей в груди, кашля и исчезли все симптомы туберкулезной интоксикации.

Рентгенологическое обследование подтвердило, что каверна слева рассосалась.

Еще один пример. Больная 40 лет, продавщица, рассказала, что 2 года назад у нее появились боли в груди, слабость и одышка. В поликлинике врачи лечили ее с диагнозом «бронхит». Однако состояние больной продолжало ухудшаться, и ее направили на консультацию в противотуберкулезный диспансер, где поставили диагноз «диссеминированный туберкулез легких в фазе инфильтрации и распада». Было проведено традиционное лечение в стационарных условиях, затем в санатории. Состояние несколько улучшилось, однако патологический процесс в легких оставался. Она по-прежнему жаловалась на слабость, плохой аппетит, кашель с мокротой, боли в правом боку, время от времени поднималась температура. Тогда больная начала принимать 15%-ное прополисное масло по 1 ч. ложке 3 раза в день и пить настой из сбора трав, составленного врачом для данного случая. В течение года было проведено 3 трехмесячных курса лечения с перерывом между ними в 1 месяц. Уже через 3 недели от начала лечения можно было отметить уменьшение кашля, болей в правом боку, улучшение аппетита и общего состояния. По окончании же лечения, длившегося в общей сложности около года, самочувствие было хорошим, жалобы отсутствовали.

Рентгенологическое обследование свидетельствовало, что каверна в легких рассосалась.

Воспалительные процессы полости рта стоматологи лечат 2-4%-ным спиртовым или спирто-эфирным экстрактом прополиса. После испарения этилового спирта или диэтилового эфира на обработанном таким экстрактом участке образуется тончайшая пленка прополиса, которая сохраняется в течение суток. Эта пленка имеет анестезирующие свойства и оказывает бактерицидное действие.

Лечение прополисными растворами воспалительных процессов в ротовой полости издавна применяется народной медициной. Известно много публикаций, описывающих успехи применения прополиса и в стоматологических клиниках. 30%-ный спиртовой раствор прополиса можно с успехом применять при грибковых поражениях слизистой ротовой полости, языка и горла у детей. При лечении грудных детей, больных монилиазом, с применением спиртового экстракта прополиса на 3-4-ый день лечения налеты исчезают, а на 5-7-ой день слизистая оболочка приобретает нормальный вид. Контрольную группу из 35 детей лечили общепринятыми противогрибковыми медикаментами, и выздоровление наступило

на 5-8 дней позже, причем в последующие месяцы среди детей этой группы наблюдались частые рецидивы. Это позволило считать прополис наиболее подходящим средством для лечения грибковых заболеваний у грудных детей. Прополисные и растительные экстракты были использованы специалистами как наружное и внутреннее средство для лечения язвенно-некротических стоматитов. В большинстве случаев возбудителями этих стоматитов были микроорганизмы, устойчивые к антибиотикам. После применения экстрактов прополиса и растительных лекарств у больных быстро исчезли боли и неприятный запах во рту, а затем наступила эпителизация язвенной поверхности. В стоматологической практике широко используются пластические свойства прополиса для покрытия эрозированных десен и лечения пародонтозов. При введении в зубодесневые карманы 35%-ного раствора прополиса в дипропиленгликоле быстро наступает оздоровление пораженной ткани и исчезает неприятный запах рта. Хорошие результаты дает лечение «Стомапином» (препаратом, в составе которого экстракт прополиса, ровамицин, мед, маточное молочко и рыбий жир) пародонтоза в начальной и запущенной форме и афтозных стоматитов, а также применение его для лечения экстракционных ран после удаления зубов. Обычно после 2-3 нанесений препарата на десны и в зубодесневые карманы наступало выздоровление.

При лечении рецидивирующих афтозных поражений ротовой полости самые эффективные результаты показал спиртовой экстракт прополиса. У 85% больных, лечившихся этим препаратом, боли прекращались через 2 часа, а раны заживали на 3-4-ый день.

В медицинской литературе сообщается, что болгарский стоматолог Писарев с успехом лечил прополисом сотни больных пародонтозом, кариесом зубов и воспалением десен. Им даже предложен и введен в практику новый прибор — магнитоимпульсатор, с помощью которого можно через электрод вводить прополис в пораженное место. Этот аппарат гарантирует быстрое снятие боли, благодаря точному введению прополиса в пораженную часть зуба, особенно если она расположена глубоко в корне.

В медицинской литературе есть также сообщения об успешном применении спиртового раствора прополиса при лечении у детей язвенных стоматитов, которые не поддаются лечению другими лекарственными веществами. Язвенный стоматит часто протекает длительно, с осложнениями, высокой температурой, потерей аппетита, иногда бывают рвота и понос. При лечении же тяжелых форм стоматитов с помощью прополиса клиническое улучшение наступает с первых часов его применения. Прополис анестезирует слизистую оболочку и препятствует воспалению.

Для полоскания на 0,5 стакана теплой воды берут 5-10 г раствора прополиса. Очень хорошо, если ребенок умеет сам полоскать рот. Если он этого не умеет, приходится ему смазывать раствором полость рта. Через 20-40 минут ребенок чувствует улучшение, у него появляется аппетит. Воспалительный процесс проходит довольно быстро. Дозировку прополиса можно уменьшить, так как крепкие его растворы могут вызывать дерматиты, а слабые их обычно не вызывают.

Прополис применяют для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. При лечении этих заболеваний используются местно-действующие лекарственные средства. Болеутоляющее и трофогрануляционное действие прополиса оказывает непосредственное воздействие на язву и способствует ее быстрому заживлению. Кроме того, дополнительными благоприятно действующими факторами являются: способность прополиса образовывать на раневой поверхности защитную пленку, действовать

противовоспалительно и спазмолитично и снижать желудочную кислотность. Для лечения заболеваний желудка и кишечника используют обычно спиртовую или водную вытяжку (экстракт) прополиса.

В медицинской литературе сообщается, что опыты лечения язвенной болезни прополисом показали его высокую эффективность, причем результат был устойчивым — в течение длительного периода после лечения испытуемые находились под наблюдением. Больным назначалось по 40-60 капель 20-30%-ного спиртового раствора прополиса в чашке молока 3 раза в день за полчаса до еды в течение 21-28 дней. Некоторые терапевты использовали для лечения 10%-ное прополисное масло. Примерно через 3-4 дня после начала лечения почти у всех больных исчезали боли, раздражение от повышенной кислотности и тошнота. Желудочная кислотность нормализовалась, а рентгенография установила у большинства лечившихся исчезновение язвенной ниши. У 90% больных описанное состояние после лечения сохранилось в течение 5 лет, но примерно у 6% лечившихся на почве сверхчувствительности появилась сыпь. При лечении язвенной болезни с применением 5%-ной спиртовой настойки прополиса в небольших дозах (5 капель 3 раза в день) в качестве дополнительного средства (основными средствами лечения при этом являются диета, спазмолитические, антацидные и другие противоязвенные лекарства) у 70% больных, получавших прополис, боли исчезли на 3-ий день после начала лечения, тогда как в контрольной группе, у получавших только основные средства лечения, обезболивание было установлено лишь у 10% больных. После двухнедельного лечения рентгеноскопия не обнаружила язв у 60% больных, получавших прополис, а в контрольной группе только у 30% больных. Внимание! Медики не рекомендуют назначать больным язвенной болезнью высокие дозы прополиса, так как они вызывают боли.

Прополис применяется для лечения острых и хронических энтеритов и колитов (воспалений толстого кишечника). При лечении прополисом больных с субхроническими и хроническими колитами (больным назначали по 30-40 капель 30%-ного водно-спиртового раствора прополиса 3 раза в день за 1 час до еды) особенно хорошо было выражено болеутоляющее действие и восстановление двигательной активности кишечника. При микробиологическом исследовании фекалий не было обнаружено патогенной микрофлоры.

Ученые объясняют терапевтическую эффективность прополиса его антимикробным действием.

Антимикробные и противовоспалительные свойства прополиса используются и для лечения гинекологических заболеваний — трихомонадных, грибковых и бактериальных воспалений влагалища и шейки матки, кольпитов, эндоцервитов. При эрозии-рованном смещении, ссадинах и воспалениях шейки матки с успехом местно применялись 3- 15%-ные спиртовые растворы прополиса. Эти же растворы оказались эффективными при вестибуловагинитах инфекционной и паразитарной этиологии. Комбинированное применение прополиса и общепринятых трихомоноцидных средств оказалось более действенным и дало очень хорошие результаты.

Как биостимулятор прополис может быть рекомендован и для клинически здоровых людей, так как его потребление снимает усталость, утомляемость и повышает работоспособность.

Для лечения перечисленных выше заболеваний могут быть использованы различные лекарственные формы на основе прополиса:

- прополисные вытяжки с медом,
- водный экстракт прополиса,
- спиртовые экстракты прополиса,

- таблетки с прополисом,
- прополисные мази,
- свечи с прополисом,
- прополисное масло,
- другие препараты прополиса.

О том, как приготовить некоторые из этих лекарственных форм, речь пойдет в следующей главе, а сейчас несколько слов о мерах предосторожности при лечении прополисом.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ПРИ ЛЕЧЕБНОМ ПРИМЕНЕНИИ ПРОПОЛИСА

Прополис общепринято считать нетоксичным. Однако исследований относительно действия прополиса на организм при длительном его приеме внутрь (в течение 4-5 месяцев) нет. А такие исследования, считают специалисты, необходимы в связи с получившимися широкое распространение случаями продолжительного самолечения прополисом. Ведь он содержит много неисследованных нерастворимых в воде и спирте компонентов.

Сверхчувствительность к прополису может проявляться в виде аллергического воспаления кожи. Некоторые ученые считают, что аллергенами прополиса являются смолистые вещества тополя. Сверхчувствительность к пчелиному клею может выразиться в тошноте и в ухудшении общего состояния уже при ощущении его запаха.

Сверхчувствительность к прополису в виде местных аллергических реакций проявляется, как правило, при наружном лечении прополисом кожных заболеваний. Чаще всего это наблюдается при глубоких поражениях кожи, вызванных возбудителем стригущего лишая. Сравнительно часто сверхчувствительность наблюдается у больных, страдающих кожным туберкулезом, трофическими язвами и пиодермией и сравнительно редко у больных псориазом, алопециями и гиперкератозом.

Сверхчувствительность к прополису может наблюдаться также и в случаях, когда он применяется в виде ингаляций или назначается внутрь.

Аллергические реакции быстро исчезают после прекращения лечения.

Специалисты предполагают, что в будущем будет открыто еще больше целебных свойств прополиса. Но пока у представителей официальной медицины еще нет однозначного мнения о безопасности применения прополиса в широкой медицинской практике, необходимо проявлять разумную осторожность при использовании его в лечебных целях.

Повышенную осторожность при лечении прополисом особенно необходимо соблюдать тем, кто страдает экземой, диатезом, бронхиальной астмой, имеет повышенную чувствительность к пчелоужалениям — в этих случаях чаще отмечается индивидуальная непереносимость к прополису.

Некоторые исследователи, изучавшие и применявшие прополис, указывают на побочные действия. Наблюдаются они, как правило, при передозировках. Поэтому точно соблюдайте рекомендации (дозировка и режим) по приему препаратов прополиса, ибо злоупотребление ими может вести к вялости, ухудшению аппетита, увеличению количества лейкоцитов в крови, а иногда и к аллергическим реакциям (проявляемым обычно в виде зуда, покраснения кожи и сыпи на ней, реже повышения температуры тела, слабости и других общих симптомов), исчезающим после прекращения лечения прополисом.

Перед началом лечения лучше всего проконсультироваться со специалистом и провести пробу на аллергическую реакцию. Прополис категорически нельзя назначать людям, у кого была аллергическая реакция на любые продукты пчеловодства.

Глава 4

ПРОПОЛИС В ЛЕЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ

КАК ПРИГОТОВИТЬ ЛЕЧЕБНЫЕ ПРЕПАРАТЫ ИЗ ПРОПОЛИСА

Спиртовой раствор прополиса 1:10-1,5:10

В сосуд из темного стекла налить 1 л 96%-ного или 70%-ного этилового спирта, ввести 100-150 г измельченного в порошок прополиса, закрыть крышкой и настаивать двое-трое суток при температуре 20-25 °С, периодически помешивая деревянной или стеклянной лопаточкой (или активно в механической мешалке 5-6 часов). Раствор профильтровать через полотняный фильтр в чистый сухой сосуд из темного стекла. Хранить при комнатной температуре в темном месте. Спиртовой раствор прополиса представляет собой прозрачную жидкость красно-бурого цвета, приятного запаха.

Спиртовой раствор прополиса по Синякову

10 г размельченного прополиса залить 100 мл 96%-ного этилового спирта во флаконе темного стекла. Смесь периодически взбалтывать, затем отстоять, охладить в холодильнике в течение 2 часов и профильтровать через фильтровальную бумагу.

Спиртовой экстракт прополиса 15-20%

Мелко нарезанный прополис залить 95%-ным этиловым спиртом в соотношении 1:5-6. Затем смесь отстоять в течение 3-4 дней в теплом месте при комнатной температуре, причем неоднократно взбалтывать. После чего процедить через несколько слоев марли или фильтровальной бумаги. Фильтрат поместить в измерительную колбу, добавить спирт до 500 мл — получится 15-20%-ный экстракт прополиса.

Спиртовой экстракт прополиса по Дреймане

В стеклянный сосуд налить 100 мл 80%-ного этилового спирта, ввести 30 г мелкоизмельченного прополиса, закрыть крышкой, поставить в теплое место и выдержать при температуре 20-25°С 7 суток. Массу время от времени нужно взбалтывать или перемешивать. Полученный раствор профильтровать и отжать прессом.

Хранят препарат при комнатной температуре. Жидкий экстракт прополиса представляет собой прозрачную жидкость красно-бурого цвета. Содержит растворимые в спирте и воде вещества. Бактерицидная активность не изменяется длительное время.

Водный раствор прополиса 1

10 г прополиса мелко нарезать и залить 100 мл холодной воды в эмалированной посуде. Закрыть крышкой и поместить на водяную баню на 45 минут.

Отделившийся на поверхности воск собрать шумовкой. Затем жидкость слить в стеклянную посуду и добавить в нее 10 г нативного прополиса и 100 мл холодной воды. Поставить посуду на 10-15 минут на слабый огонь, после чего остудить. В результате получить 200 мл 10%-ного водного экстракта прополиса.

Хранить его надо в закрытом сосуде из темного стекла при комнатной температуре в прохладном месте, защищенном от света и солнечных лучей. Срок хранения раствора с осадком около 5-7 дней; без осадка — около 7-10 дней в холодильнике. Водный раствор прополиса представляет собой прозрачную жидкость желто-коричневого цвета с очень приятным запахом.

Остаток (после высушивания на воздухе) в смеси с нативным прополисом можно использовать для приготовления спиртового раствора прополиса.

Водный раствор прополиса 2

10 г мелко нарезанного прополиса смешать с 100 мл дистиллированной или дождевой воды. Эту смесь нагревать в течение часа. Получившуюся коричневую жидкость процедить и затем оставить в холодильнике. Перед нагреванием

энергично встряхнуть в течение 10-15 минут. Подобную процедуру повторять 5-7 дней.

Водный раствор прополиса 3

20 г прополиса залить 100 мл воды и нагревать в течение часа на водяной бане. Затем профильтровать горячим через марлю.

Для получения водной вытяжки прополиса 10%-ной концентрации измельченный прополис поместить в стеклянный или эмалированный сосуд с водой (10 г прополиса на 100 мл дистиллированной воды), поставить на водяную баню при температуре 45-50 °С и настаивать, периодически помешивая стеклянной палочкой. Раствор профильтровать через 4 слоя марли и хранить в прохладном месте.

Водный раствор прополиса 4

Произвести вытяжку 80 г прополиса дистиллированной водой, нагретой до кипятка. Полученную вытяжку концентрировать 30 минут на водяной бане и затем профильтровать. 1 см³ водной вытяжки содержит 95 мг сухого вещества.

Водный раствор (водорастворимый) прополиса 1:10 (температура извлечения около 40 °С)

В сосуд (термос) наливают 100 мл кипяченой или дистиллированной воды, нагретой до температуры около 50 °С, добавляют 10 г измельченного прополиса. Настаивают 12-24 часа. Водный раствор прополиса представляет собой прозрачную жидкость желто-зеленого цвета с очень приятным запахом.

Остаток можно использовать для приготовления водного раствора прополиса при температуре извлечения 93 °С, получаемого при нагревании на водяной бане.

Водный раствор прополиса 1:10 (температура извлечения около 93 °С)

В сосуд налить 100 мл кипяченой или дистиллированной воды, добавить 10 г измельченного в порошок прополиса, закрыть крышкой, поставить на водяную баню, кипятить 40-60 минут, периодически помешивая деревянной палочкой, остудить. Хранить в закрытом сосуде из темного стекла в прохладном месте 5-7 дней (без осадка — в холодильнике 7-10 дней).

Прополисная вода 1:10-1,5:10 (температура извлечения 93°С)

В сосуд налить 100 мл кипяченой или дистиллированной воды, ввести 10 или 15 г сухих остатков прополиса (после спиртовой экстракции), закрыть крышкой, поставить на водяную баню, кипятить 40-60 минут, периодически помешивая деревянной палочкой, остудить.

Хранить, как и «водный раствор». Прополисная вода представляет собой прозрачную жидкость желто-коричневого цвета с приятным запахом.

Прополисная вода по Дреймане

Этот препарат получают из отходов, которые остаются после приготовления спиртового раствора прополиса.

1 часть сухого остатка залить 2 частями дистиллированной воды, перемешивать в течение 10 минут и нагревать на водяной бане до 80 °С. Полученную воду профильтровать через бумажный фильтр.

Прополисная вода прозрачная, желто-коричневого цвета. Сухой остаток используют для ингаляций. Срок хранения в прохладном месте 2 месяца, после чего его бактерицидное действие снижается.

По ориентировочным расчетам, в 1 см³ 5%-ного водного раствора прополиса содержится 2,5 мг биологически активных веществ прополиса, в 50 см³ раствора — 125 мг.

Установленная безвредность прополиса: 1,25 г исходного сырья на 1 кг массы тела, то есть 0,6 г (600 мг) активных веществ на 1 кг массы тела.

Густой экстракт прополиса и лечебные формы на его основе по Дреймане

В колбу Вюрца (2/3 объема) налить спиртовой экстракт прополиса, поместить на водяную баню с постоянной температурой воды 56-60 °С и соединить с приемником (стеклянная колба со шлиф-том) через обратный холодильник. Колбу Вюрца соединить с вакуумным насосом. Отгонять спирт при температуре около 40 °С до получения густого экстракта. Готовый препарат поместить в бутылку из темного стекла с плотно пригнанной пробкой. Он представляет собой густую массу темно-коричневого цвета с приятным запахом. Хранят его при комнатной температуре и по мере надобности смешивают с ланолином и медом. Применяют этот продукт для приготовления свечей, прополисного меда, прополисного маточного молочка, мазей, паст и т. д.

Для приготовления экстракта на меду добавляют 5% или 30% экстракта прополиса и перемешивают. При растворении в воде он образует псевдоэмульсию. При изготовлении мазей и свечей густой экстракт прополиса смешивают с ланолином, затем добавляют остальные компоненты. Для приготовления 15%-ной мази 15 г густого экстракта прополиса тщательно смешивают со 100 г основы (ланолин, масло какао). Свечи с экстрактом прополиса (0,25x10) готовят на основе ланолина и масла какао.

Жидкий экстракт прополиса 1:1

В стеклянную емкость налить 100 мл смеси ацетона с хлороформом (1:2), ввести 100 г измельченного, очищенного от механических примесей прополиса, закрыть крышкой и настаивать в темном месте при комнатной температуре. Полученный экстракт процедить через полотно или марлю, отжать в чистую, сухую склянку из темного стекла и закрыть крышкой. Экстракт представляет собой мутную жидкость темно-коричневого цвета. В нем должно содержаться не менее 40% экстрактивных веществ. Хранят экстракт прополиса в темном прохладном месте.

Сухой экстракт прополиса

Густой экстракт прополиса налить в эмалированную кювету, чашку Петри или другую посуду с широкой поверхностью и поставить в термостат с температурой около 40 °С или в теплое темное место в лаборатории для удаления остатка растворителя. Сухой экстракт представляет собой кристаллическую массу темно-коричневого цвета со специфическим бб запахом. Его соскабливают скальпелем. Хранят в посуде из темного стекла с притертой пробкой неограниченное время. Используют для приготовления различных лекарственных форм.

Масляный прополис 1,5:10

В сосуд (фарфоровый стакан или стеклянную банку) положить 100 г сливочного несоленого масла, добавить 15 г измельченного прополиса и около 5 мл кипяченой воды, закрыть крышкой и поставить на водяную баню кипятить около 15 минут. Содержимое сосуда периодически помешивать деревянной палочкой. Горячий раствор отфильтровать в чистую банку из темного стекла через два слоя марли, остаток перенести на марлю, отжать и присоединить к фильтрату. Горячий масляный раствор прополиса перемешивать стеклянной или деревянной палочкой до остывания. Закрыть крышкой и хранить в холодильнике. Масляный прополис представляет собой массу полутвердой консистенции желто-коричневого цвета с приятным запахом.

Прополисная мазь домашняя

50 г измельченного прополиса, содержащего не более 5-10% механических примесей, порциями в ступке растереть со 100 г сливочного масла, вазелина или вазелино-ланолиновой смеси, приготовленной из 2 частей вазелина и 1 части ланолина. Готовую мазь перенести в банку из темного стекла. Хранить под крышкой в прохладном месте. Прополисная мазь представляет собой массу полужидкой консистенции со слабым приятным запахом.

Прополисная мазь 10-20%-ная по Оркину 1

В чистой эмалированной посуде растопить 100 г вазелина или животного жира, довести до кипения, затем снять с огня и охладить до 50-60 °С. В охлажденный вазелин добавить 10-20 г размельченного, очищенного от видимых механических примесей и воска прополиса. Затем смесь снова нагревать до 80 °С, непрерывно помешивая в течение 8-10 минут. Посуда при этом должна быть прикрыта. Полученную горячую смесь профильтровать через марлевый фильтр и охладить при постоянном помешивании.

Прополисная мазь 10-20%-ная по Оркину 2

Измельченный прополис растворяют при кипячении в 96%-ном спирте из расчета на 1 кг прополиса 300 мл этилового спирта. Получается легко мажущаяся, приятно пахнущая масса темного цвета.

Основой для приготовления мази служит вазелин или вазелин с ланолином в соотношении 9:1 или 8:2. На 100 г основы взять 15-20 г полученного прополиса. Основу растопить на водяной кипящей бане, добавить препарат и помешивая время от времени нагревать в течение 5 минут до полного растворения. Кастрюлю плотно закрыть крышкой, чтобы химические соединения содержимого не улетучились. Через 10-15 минут после остывания мазь (еще в горячем виде) профильтровать через один слой марли и разложить в чистые стеклянные банки. Хранят прополисную мазь в плотно закрывающейся посуде в темном, сухом и прохладном месте.

Прополисная мазь по Кузьминой

К 1 л хорошо прокипяченного льняного или подсолнечного масла добавить 50-70 г расплавленного воска и 100 г прополиса. Подогреть, помешивая в течение 30-40 минут.

Прополисная мазь с салициловой кислотой

100 г прополиса залить 30 мл 96%-ного этилового спирта. Оставить на 2-3 дня в стеклянном сосуде в темном месте при комнатной температуре. Смесь необходимо часто и энергично встряхивать.

Довести до кипения 500 г вазелина, затем охладить до 60-70 °С и на слабом огне постепенно добавлять спиртовой экстракт прополиса, при этом спирт испаряется. Добавить 25 г салициловой кислоты. Тщательно перемешать.

Различают концентраты прополиса: густой с влажностью до 25% и сухой, до 5% воды. Концентрат получают из спиртового экстракта путем выпаривания спирта в сушильном шкафу при температуре 60 °С. Можно выпаривать на водяной бане до 0,3 предварительной массы. Концентрат является основой для приготовления свечей (0,1 г прополиса, 20 г масла какао).

Основой пасты является эмульгатор — вазелин и ланолин. 1-2%-ную пасту получают, используя 1 или 2 г густого концентрата с добавлением 90 г вазелина и 10 г ланолина. 5%-ную пасту — 5 г концентрата, 80 г вазелина, 15 г ланолина. Народная медицина предпочитает использовать 10%-ную пасту с воском.

Прополисная мазь на масляной основе по Дреймане

В сосуд (фарфоровый стакан или стеклянную банку) положить 100 г масляной основы (оливковое или подсолнечное масло или ланолин с вазелином), добавить 20 г измельченного прополиса, закрыть крышкой и поставить на водяную баню. Кипятить 60 минут, часто перемешивая деревянной палочкой. Горячую массу процедить через два слоя марли и расфасовать в стеклянную посуду. Хранят препарат в прохладном месте. Мазь имеет полужидкую консистенцию со слабым запахом. В препарат из прополиса переходят только воск и часть эфирного масла. Прием водного и масляного прополиса внутрь можно сочетать с растиранием грудной клетки теплым масляным или спиртовым раствором прополиса.

Противопоказания: непереносимость организма, аллергия к продуктам пчел, ограничение приема в пищу масла.

Прополисно-чесночная смесь

200 г чеснока 2 раза прокрутить через мясорубку, добавить 100 мл 96%-ного этилового спирта, хранить в темном сосуде 20 дней. Затем пропустить через полотно (таким образом удаляются остатки). Хранить 3 дня. Добавить 50 г меда и 10 мл 20%-ного спиртового экстракта прополиса.

Прополисная паста

Измельченный прополис освободить от видимых посторонних механических примесей, тщательно растереть в фарфоровой ступке с небольшим количеством вазелинового масла, постепенно добавляя его до получения 50%-ной концентрации, и растереть до образования однородной массы. Готовая паста густая, сметанообразная, желто-зеленого цвета, с ароматным запахом. Хранят в хорошо закупоренных банках в прохладном темном месте не более 1 года.

Прополисные свечи

Свечи (суппозитории вагинальные и внутриматочные). В качестве основы используют масло какао или бутирол, а также желатино-глицериновые гели или сплавы парафина с ланолином.

Для приготовления свечей взять 20 г экстракта прополиса и 80 г суппозиторной массы, смешать в ступке до однородного состояния и скатать свечи на стеклянной пластинке дощечкой, покрытой пергаментной бумагой, после чего завернуть в целлофан. Свечи должны иметь форму цилиндра и быть длиной 80 мм, диаметром 10 мм, с заостренным концом. Масса одной свечи 7-11 г, содержание в ней экстрактивных веществ прополиса — 0,35-0,55 г. Хранят в темном прохладном месте до 6 месяцев.

РЕЦЕПТЫ ЛЕЧЕБНОГО И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПРИМЕНЕНИЯ ПРОПОЛИСА

Атеросклероз

Для лечения и профилактики атеросклероза рекомендуется приготовить прополисно-чесночный бальзам.

Прополис (10% -ный спиртовой экстракт) — 30 мл Чеснок — 200 г

Мед пчелиный — 50 г

Сначала нужно приготовить настойку чеснока.

Свежеизмельченную чесночную массу (для получения ее можно очищенные зубчики чеснока дважды пропустить через мясорубку), залить ее 200 мл 96%-ного спирта и поместить смесь в бутылку из темного стекла.

Выдержать настойку в темном месте 10-12 дней, профильтровать, добавить пчелиный мед, 10%-ный спиртовой экстракт прополиса, размешать до полного растворения меда и выдержать еще 2-3 дня.

Принимать препарат, добавляя его по каплям в соответствии с таблицей в 50 мл молока, 3 раза в день за 20-30 минут до еды.

Дозировка прополисно-чесночного бальзама

День приема	Количество капель		
	Завтрак	Обед	Ужин
1-й	1	2	3
2-й	4	5	6
3-й	7	8	9
4-й	10	11	12
5-й	13	14	15

6-й	15	14	13
7-й	12	11	10
8-й	9	8	7
9-й	6	5	4
10-й	3	2	1

С 11-го дня препарат принимают по 25 капель 3 раза в день до конца месяца (30-го дня). Затем следует перерыв 5 месяцев и курс повторяется.

Препарат оказывает прекрасный лечебный и профилактический эффект при атеросклерозе — организм очищается от атерогенных жиров, повышается эластичность артерий, улучшается обмен веществ, наблюдается обратное развитие атеросклероза, предупреждается возникновение стенокардии и инфаркта. Кроме того, препарат полезен также при язвенной болезни желудка, двенадцатиперстной кишки, хроническом энтероколите, хроническом бронхите, пневмонии, склонности к острым респираторным заболеваниям.

Ценным свойством прополисно-чесночного бальзама является то, что он повышает защитные силы организма и препятствует развитию новообразований (особенно хороший эффект наблюдается, когда препарат используется в предраковых состояниях, например при язвенной болезни желудка и хроническом анацидном гастрите, язвенном колите и др.).

Для лечения атеросклероза рекомендуется следующий состав.

Прополис (20%-ная спиртовая настойка) — 100 мл
Девясил (корень) — 20 г
Спирт — 100мл

Сначала приготовить настойку девясила. Взять сухой измельченный корень девясила, залить в темной бутылке спиртом, настаивать 20 дней в темном месте. Процедить.

Приготовленную настойку девясила смешать пополам с 20%-ной спиртовой настойкой прополиса и принимать по 25-30 капель 2-3 раза в день. Препарат эффективен также при легочных и желудочно-кишечных заболеваниях.

При атеросклерозе, а также ишемической болезни сердца, головокружении, сердцебиении, гипертонии, нарушениях сна рекомендуется следующий состав.

Прополис (20%-ная спиртовая настойка) — 1 часть
Боярышник (аптечная настойка) — 1 часть

Смешать аптечную настойку плодов боярышника с 20%-ной спиртовой настойкой прополиса.

Принимать по 20-30 капель 2-3 раза в день за 20-30 минут до еды.

Препарат оказывает выраженное противосклеротическое действие, тонизирует сердечную мышцу, усиливает в ней кровообращение, способствует нормализации сердечного ритма, сна, снижает повышенное артериальное давление.

Дизентерия

При дизентерии рекомендуется принимать 20%-ную прополисную настойку одновременно со следующим сбором трав.

Подорожник большой (листья) — 40 г
Зверобой продырявленный (трава) — 30 г
Торец птичий (трава) — 20 г
Крапива двудомная (листья) — 10 г

3 ст. ложки сухой измельченной смеси залить в термосе 0,75 л кипятка, настаивать 1-1,5 часа, процедить и выпить в течение суток в 4-5 приемов за 20-30 минут до еды.

Одновременно принимать 20%-ную настойку прополиса по 30 капель 3 раза в день.

Заболелания вен

При нарушении периферического венозного кровообращения народная медицина рекомендует следующее средство.

Прополис (20%-ная - 10-30 капель

спиртово-водная эмульсия) Молоко, чай - 1 стакан

Прополис в виде 20%-ной спиртово-водной эмульсии нужно принимать с молоком или чаем 3 раза в день до еды. Рекомендуется принимать прополис в течение 15-20 дней. Курс лечения целесообразно повторять через каждые 3-4 месяца.

При трофических язвах народная медицина рекомендует использовать прополисную мазь в сочетании с пыльцой-обножкой и следующим сбором лекарственных растений.

Черешда трехраздельная (трава) —20 г

Зверобой продырявленный (трава) —20 г

Солодка голая (корни) — 15 г

Кориандр посевной (плоды) — 15 г

Ромашка (цветки) —10 г

Льнянка обыкновенная (трава) —10 г

Сушеница топяная (трава) —10 г

2-3 ст. ложки сухого измельченного сбора залить в термосе 0,5 л кипятка, настаивать 2-3 часа, процедить и пить по 0,5 стакана 3 раза в день после еды при трофических язвах на почве тромбоза. Этот сбор лекарственных растений будет способствовать уменьшению свертываемости крови и заживлению трофических язв. Курс лечения 1-2 месяца. Одновременно рекомендуется прикладывать повязки с 50%-ной прополисной мазью на растительном масле и принимать внутрь по 0,5-1 ч. ложке пыльцы-обножки 2-3 раза в день.

При варикозно-трофических язвах рекомендуется использовать прополисную мазь.

Прополис — 10-15 г

Масло сливочное — 50 г

Смешать сливочное масло и предварительно растолченный прополис. Довести до кипения и томить на очень малом огне в течение 5-7 минут, чтобы прополис максимально разошелся. Немного остудить и процедить сквозь очень частое сито или марлю.

Использовать как мазь — наносить на больные места.

Заболелания горла, полости рта и зубов

Для лечения ангины, фарингита, обострений хронического тонзиллита и т. п., а также для их профилактики эффективно следующее полоскание из трав с настойкой прополиса.

Прополис (20%-ная спиртовая настойка) — 40 капель

Эвкалипт круглый (листья) — 30 г

Ромашка аптечная (цветки) — 25 г

Липа мелколистная (цветки) —25 г

Лен обыкновенный (семена) —20 г

Все травы тщательно перемешать. Взять 1 ст. ложку смеси, залить 1 стаканом кипятка, выдержать на водяной бане 15 минут при закрытой крышке, настаивать 30-40 минут, процедить. Добавить 20%-ную спиртовую настойку прополиса и использовать для полосканий 4-5 раз в день.

*Для полосканий при **ангине**, а также **хроническом тонзиллите** рекомендуется следующий состав.*

Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 20-30 капель Зверобой (трава) — 1 ст. ложка

Сухую измельченную траву зверобоя залить 1 стаканом крутого кипятка, выдержать 15 минут на кипящей водяной бане, затем оставить для медленного охлаждения на 30-40 минут. Процедить.

Добавить 10%-ный спиртовой экстракт прополиса (количество экстракта в рецепте указано из расчета на 0,5 стакана настоя) и использовать теплым.

Это полоскание отличается сильным противомикробным и противовоспалительным действием, при этом обладает приятным запахом.

*При **ангине**, **тонзиллите**, **ларингите**, **фарингите** прополис также можно применять в его естественном виде.*

Прополис натуральный — 3-4 г

Рекомендуется жевание кусочка прополиса в течение 20 минут 2-3 раза в день.

Для полосканий при ангине, обострениях хронического тонзиллита, фарингита, заболеваниях десен, слизистой оболочки полости рта и т. п., а также для их профилактики рекомендуется следующий состав.

Прополис (20%-ная спиртовая настойка) — 40 капель Подорожник (листья) — 1 ст. ложка

Взять сухие измельченные листья подорожника, залить стаканом кипяченой воды, кипятить в течение 10-15 минут, затем настаивать 0,5-1 час. После этого добавить 20%-ную спиртовую настойку прополиса и полоскать горло или полость рта.

Для смазывания слизистой оболочки рта и миндалин при хроническом тонзиллите, ларингите и фарингите рекомендуется следующий состав. Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 10 мл Мед -100 г

Алоэ (сок) — 30 г

Смешать мед с соком алоэ и добавить спиртовой экстракт прополиса.

Полученную смесь применять ежедневно (2 раза в день) в течение 20-30 дней.

*При **заболеваниях полости рта** рекомендуется делать прополисное полоскание.*

Прополис — 25 г

Зверобой (листья) — 50 г

Спирт — 100 мл

(или водка) — 150 мл

Взять прополис, измельчить его так, чтобы кусочки были не более 0,4 мм, засыпать в бутылку из темного стекла, туда же влить спирт или крепкую водку, хорошо перемешать до полного растворения прополиса. Добавить сухие измельченные листья зверобоя и настаивать 15 дней, периодически взбалтывая бутылку. По окончании настаивания профильтровать.

Для приготовления полосканий достаточно 20-30 капель настойки на полстакана воды. Полоскать 4-5 раз в день.

*При **хроническом фарингите** хороший результат можно получить при обработке полости рта и носоглотки экстрактом прополиса.*

Прополис (30%-ный экстракт на спирту) — 1 часть Глицерин — 2 части

Персиковое масло — 2 части

30%-ный экстракт прополиса на спирту смешать с глицерином и персиковым маслом. Полученной смесью смазывать полость рта и носа. Курс лечения 10-15 дней.

При воспалительных заболеваниях полости рта: катаральных гингивитах, стоматитах, афтозных и язвенных стоматитах, глосситах, пародонтозах рекомендуется применять аэрозольный препарат, содержащий прополис, — пропосол. Им орошают воспаленную область полости рта 1-3 раза в сутки. Курс лечения 5-7 дней.

Для лечения воспалительных заболеваний полости носа, рта и гортани народная медицина рекомендует следующий состав.

Прополис — 30 г

Спирт-ректификат — 100 г

Персиковое масло — 2 части

Измельченный прополис настаивать в течение 1,5-2 недель на спирту-ректификате, периодически встряхивая смесь. Полученный настой отфильтровать и смешать его с персиковым маслом.

Смазывать носоглотку или полость рта и гортани 1 раз в сутки в течение 10-15 дней. Можно также закапывать в нос при хроническом насморке.

При гингивитах, стоматитах, начальных стадиях пародонтозов, кандидозах и т. п. рекомендуется следующая успокаивающая процедура — больные места промыть перекисью водорода, просушить теплой струей воздуха, затем закапать пипеткой несколько капель 50%-ной настойки прополиса и вновь подсушить до образования тонкой прополисной пленки.

При пародонтозе рекомендуется следующее средство.

Мед прополисный 10% -ный — 1 ч. ложка

Аир болотный (корневище) — 0,3-0,5 г

Нужно 3 раза в день жевать мелкий порошок из корневищ аира болотного в течение 5-7 дней. Одновременно принимать 10%-ный прополисный мед, который рекомендуется держать во рту до полного растворения, 2-3 раза в день.

Для лечения пародонтоза, после классического лечения ротовой полости, удаления корней, слишком шатких зубов и т. д. рекомендуется следующий состав:

Прополис — 30 г

Дипропиленгликоль — 70 г

Воск пчелиный чистый — 0,5 г

Этот препарат вводят в ткани альвеол (зубных лунок, в которых находятся корни зубов) ежедневно на протяжении 2-3 недель. По способу применения необходима консультация стоматолога.

Если у вас ноет зуб, народная медицина рекомендует воспользоваться кусочком прополиса размером с горошину — его нужно приложить к корню зуба или осторожно заложить в дупло до исчезновения боли.

Считается, что обезболивающее действие эфирного масла прополиса во много раз превышает анестезирующее действие новокаина, и сегодня применение 2-4%-ного спиртового раствора прополиса введено в официальную практику в стоматологии.

Можно при зубной боли сначала прополоскать рот солевым раствором (1 ч. ложка на 0,5 стакана теплой воды), а затем маленький кусочек прополиса (с ноготь на безымянном пальце) положить за щеку с противоположной стороны от больного зуба.

Это весьма действенное средство, если, конечно, используется прополис высокого качества (он вызывает во рту легкое жжение и небольшое онемение языка).

При зубной боли народная медицина рекомендует использовать настойку прополиса.

Прополис — 40 г

Спирт 70%-ный -100 мл .

Измельченный прополис залить спиртом и настаивать смесь в течение 7-10 дней, периодически взбалтывая. После этого настой профильтровать через марлю. Затем нужно дать средству отстояться и жидкую часть слить в другую посуду. Прибавлением воды полученный настой доводят до 40%-ной концентрации, после чего используют в лечебных целях — смоченные настойкой небольшие ватные тампоны прикладывают к больному зубу.

Можно приготовить экстракт с соблюдением иных пропорций: взять 30 г прополиса и настаивать его в 200 мл крепкой водки в течение 7-10 дней. Затем экстракт осторожно профильтровать, слить в темную бутылку, после чего он готов к употреблению.

При зубной боли в экстракте смачивают ватку и прикладывают к больному зубу.

При заболевании зубов рекомендуется следующее средство.

Аир (корни) —100 г

Водка -1л

Прополис —10-12 г

Надо взять 0,5 л водки, добавить в нее корни аира и настаивать в течение недели. Точно так же готовится настойка прополиса: в 0,5 л водки настоять мелко натертый прополис.

Обе настойки профильтровать и использовать одновременно: 1 ст. ложку настойки аира смешать с 1 ч. ложкой настойки прополиса. Этим раствором полоскать больные зубы в течение 3 минут, делать это перед сном. Длительность лечения — до одного месяца. Болевые ощущения исчезают через 2-3 дня.

Во время полоскания прополис и алкалоиды аира проникают в глубокие точки больных зубов. Аир обезболивает корни, а прополис пломбирует все микротрещины. Зубы перестают болеть. Замечено, что при таком полоскании даже слабые корни укрепляются и перестают разрушаться. Этот способ лечения зубов называют еще киевским.

Заболевания желудочно-кишечного тракта

При заболеваниях желудочно-кишечного тракта и желчевыводящих путей рекомендуется следующее средство.

Прополис (10%-ная настойка) — 10 частей

Масло облепиховое — 1 часть

Настойку прополиса смешать с облепиховым маслом и принимать по 20-30 капель с водой или молоком 3 раза в день за час до еды.

При заболеваниях желудочно-кишечного тракта и желчевыводящих путей рекомендуется следующее средство.

Прополис —100 г

Молоко — 15 л

Свежее цельное молоко вскипятить, снять с огня и охладить до 60-70 °С, добавить измельченный прополис и помешивать до полного растворения прополиса, после чего профильтровать. Когда молоко остынет, удалить с его поверхности слой застывшего воска. Принимать прополисное молоко рекомендуется по 100 мл 3-4 раза в день за 30 минут до еды.

При хроническом гастрите с пониженной кислотностью рекомендуется следующее средство. Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 7мл
Мед -78г

Каланхоэ перистое (сок) — 15 мл

Смешать мед светлых сортов, сок каланхоэ перистого, спиртовой экстракт прополиса и выдержать все на водяной бане при температуре 45 °С в течение 20-30 минут при постоянном помешивании.

Полученная эмульсия с прополисом имеет сметанообразную консистенцию и приятный запах. Хранить в темных стеклянных баночках.

Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за час до еды. Курс лечения 1-2 месяца.

При расстройствах желудка: поносе, хроническом гастрите и энтероколите рекомендуется следующее средство.

Прополис (20% -ная спиртовая настойка) — 30 капель

Черемуха (плоды) — 1 ст. ложка

Сухие плоды черемухи залить стаканом кипятка, проварить на слабом огне 10-15 минут. Настоять, процедить, добавить спиртовую настойку прополиса и пить по 0,3-0,5 стакана 2-3 раза в день за 20-30 минут до еды.

При язвенной болезни желудка с выраженным болевым синдромом рекомендуется следующее средство.

Прополис (10-20% -ная спиртовая - 40 капель настойка)

Новокаин (0,25%-ный раствор) — 50 мл

Спиртовую настойку прополиса смешать с теплым раствором новокаина и выпить за 1,5 часа до еды 3 раза в день. Курс лечения 4-8 недель, лечение проводить на фоне соответствующей диеты.

При язвенной болезни желудка рекомендуется применять настойку прополиса.

Прополис (30%-ная настойка) — 1ч. ложка

Вода -50 мл

Настойку прополиса разбавить водой и выпить за час до завтрака. Курс лечения 2-3 недели.

Для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, особенно юношеских язв у молодых людей рекомендуется следующее средство.

Прополис — 10г

Картолин (масло шиповника)

или облепиховое масло — 100 мл

Очищенный, тщательно измельченный прополис залить маслом шиповника (картолином). Можно использовать и облепиховое масло.

Полученную смесь выдержать на водяной бане в течение 30 минут, перемешивая стеклянной палочкой, после чего профильтровать через 2 слоя марли и разлить по темным стеклянным сосудам. Непосредственно перед употреблением добавить 30%-ный масляный раствор витамина Е (токоферола ацетат) — 1 мл препарата на 10 мл приготовленного прополисно-масляного раствора.

Для лечения язвы желудка рекомендуется приготовить такое средство.

Прополис — 1 часть

Спирт - 8 частей

Вода — 1 часть

Приготовить 10%-ный спиртовой раствор прополиса на 80%-ном спирте.

Раствор прополиса принимать за 10 минут до еды по 1 ст. ложке.

После рубцевания язвы сделать недельный перерыв, далее принимать через день в течение полугода. На курс лечения нужно 180 мл.

При язве желудка или двенадцатиперстной кишки рекомендуется следующее средство.

Прополис — 100 г

Масло сливочное — 1 кг

Сливочное масло растопить и довести до кипения в эмалированной посуде. Не снимая с огня, добавить измельченный прополис. Варить 15 минут при температуре 80 °С.

Процедить через 1 слой марли и принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день за 1 час до еды. Курс лечения 3 недели.

При неспецифическом язвенном колите рекомендуется следующее средство.

Прополис (10%-ная водная вытяжка) — 30-40 мл Смесь маточного молочка с медом — 5 г

Принимать внутрь 10%-ную водную вытяжку прополиса 2-3 раза в день и вводить ежедневно на ночь глубоко в прямую кишку прополисные свечи. Одновременно принимать смесь маточного молочка с медом, приготовленную в соотношении 1:100 по 3 раза в день (держат под языком до полного растворения).

После стихания острого воспалительного процесса в толстом кишечнике дополнить лечение клизмами из масла шиповника с добавлением 10%-ной настойки прополиса и витамина Е в виде 30%-ного масляного раствора из расчета 1 мл на 10 мл прополисно-масляного раствора.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки народная медицина рекомендует следующее средство.

Прополис 10г

Спирт этиловый (ректификат) 70%-ный — 100 мл Измельченный прополис залить в стеклянной бутылке этиловым спиртом (ректификатом), в течение 30 минут взбалтывать и оставить на 3 суток для настаивания. Затем снова взболтать, оставить на 2 часа на холоде и профильтровать через бумагу.

Настой принимать по 15-20 капель с кипяченым молоком или чаем 3 раза в день за 1-1,5 часа

до еды в течение 18-20 дней. Через 1-2 недели курс лечения повторить.

Болгарская целительница Иванка рекомендует следующий состав для лечения язвы желудка.

Прополис — 100 г

Лен (семя) — 20 г

Овес (зерна) — 50 г

Лопух - 1 лист

Водка - 1 часть

Вода - 1 часть

Прополис, льняное семя, зерна овса и мелко нарезанный лист лопуха довести до кипения в 0,5 л смеси водки и воды. Настаивать в течение 3 суток. Процедить.

Принимать по 1 ст. ложке перед едой, если нет обострения.

Для лечения колита и заболеваний желудочно-кишечного тракта народная медицина рекомендует принимать внутрь высококачественный прополис в натуральном виде — по 0,5 г (шарик величиной с горошину) 3-4 раза в день, каждый день на протяжении месяца, лучше на голодный желудок, при необходимости увеличивая суточную дозу до 5-8 г. Прополис нужно долго жевать.

При хроническом гастрите и обострении хронического колита рекомендуется следующее средство.

Прополис — 1 часть

Спирт этиловый (ректификат) 95% -ный — 5 частей

Измельченный прополис залить в стеклянной посуде этиловым спиртом (ректификатом) и настаивать при комнатной температуре в течение 2 суток. Затем профильтровать, разбавить охлажденной кипяченой водой до 30%-ного содержания спирта.

Принимать по 40 капель настойки в стакане охлажденного чая или молока 3 раза в день за час до приема установленной для таких больных диеты в течение 10-15 дней.

Заболевания женской половой сферы

Для лечения таких гинекологических заболеваний, как эрозия шейки матки, кольпит, эндоцервит прополис используется в виде мази.

Прополис — 10г

Вазелин медицинский — 100 г

Для приготовления мази прополис предварительно надо очистить от воска и измельчить.

В чистой эмалированной посуде расплавить медицинский вазелин или свиной очищенный жир, довести его до кипения, охладить до температуры 50-60 °С и добавить прополис.

Смесь затем опять нагревать до температуры 70-80 °С, постоянно помешивая в течение 10 минут. Затем процедить в горячем виде через марлевый фильтр и при постоянном помешивании охладить.

Мазь нужно хранить в темной стеклянной банке с плотно закрытой крышкой в сухом прохладном месте.

Для лечения пораженное влагалище очистить от секрета и ввести тампон с прополисной мазью. Через 10-12 часов тампон вынуть.

Процедуру делать ежедневно на протяжении 10-15 дней. По истечении этого срока в большинстве случаев воспалительные реакции исчезают, наступает эпителизация язвочки.

При воспалениях влагалища и эрозиях шейки матки рекомендуется использовать спиртовой раствор прополиса.

Прополис (3%-ный спиртовой раствор)

Раствором смочить тампон и ввести во влагалище, прижав его к шейке матки (секрет с нее предварительно удалить). Через 8-12 часов тампон вынуть.

Курс лечения 7-12 дней (тампоны вводятся 1 раз в день). При использовании раствора более высокой концентрации его предварительно разбавляют.

*Для лечения **грибкового и трихомонадного кольпита народная медицина рекомендует следующий способ:** смочить тампон 3%-ным раствором прополиса в 96%-ном спирте и обработать пораженное место.*

Лечение продолжать 7-10 дней, препарат применять раз в день.

Заболевания кожи

При трихофитии рекомендуется применять 50%-ную прополисную мазь, приготовленную на каком-либо растительном масле.

Мазь нанести тонким слоем на зону поражения, покрыть вощеной бумагой и забинтовать. Через 1-3 дня повязку сменить.

Курс лечения 1-2 месяца.

При фурункулезе рекомендуется приготовить лепешку из чистого прополиса, приложить ее к фурункулу и прикрепить лейкопластырем. Не снимать до полного размягчения фурункула и выделения гноя, таким же образом лечатся карбункулы и гнойные раны.

При псориазе рекомендуется принимать по 0,5-

2 г (в зависимости от вашего веса) очищенного прополиса, тщательно разжевывая в течение 10-20 минут после еды 2-3 раза в день в течение 2-

3 месяцев, одновременно на пораженные участки кожи нужно накладывать тампоны, пропитанные 10%-ной прополисной мазью на ланолине или растительном масле, а также принимать по 1ст. ложке меда, смешанного пополам с пыльцой-обножкой, 3 раза в день.

*Для лечения **псориаза** рекомендуется составить следующий сбор.*

Солодка голая (корни) — 30 г
Лопух большой (корни) — 20 г
Череда трехраздельная (трава) — 20 г
Пустырник пятилопастный (трава) — 10г
Хмель обыкновенный (шишки) — 10г
Крапива двудомная (листья) — 10г

2 ст. ложки сухого измельченного сбора залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настаивать в течение 10-12 часов и пить по 0,5 стакана 3-4 раза в день за 40 минут до еды.

Курс лечения псориаза до 1 года (через 3-4 месяца приема настоя делать перерывы на неделю).

Одновременно принимать по 30-40 капель 10%-ного спиртового экстракта прополиса (в 20-30 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до еды курсами по 2-3 месяца и препарат маточного молочка «Апилак» по 1 таблетке под язык (держат во рту до полного рассасывания) 3 раза в день за 15 минут до еды курсами по 2 месяца.

При герпесе рекомендуется применять следующее средство.

Прополис (10%-ная спиртовая настойка) — 1ч. ложка Ромашка (цветки) — 1ч. ложка

Заварить цветки ромашки (1ч. ложка на стакан воды) и оставить на 15 минут. Затем процедить и добавить 1 ч. ложку 10%-ной спиртовой настойки прополиса, размешать и выпить. Такой чай пить 2 раза в день в течение 3-4 дней. Этим же настоем смазывать высыпания.

При герпесе можно также просто смазывать высыпания 10%-ной спиртовой настойкой прополиса. Затем на пораженные участки наносится ромашковый крем или мазь календулы. Вы почувствуете, как кожа смягчится и не даст образоваться стягивающей корочке, которая и сама по себе не очень приятна.

*При **дерматитах** рекомендуется использовать следующий состав.*

Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 40мл Мята перечная (настойка) — 20 мл

Глицерин - 30 мл

Чистотел большой (порошок травы или корней) — 10 г

Все компоненты смешать, настаивать в течение 7-20 дней в темном месте, затем смазывать зудящие места.

*При **раке кожи** рекомендуется применять следующий состав.*

Мазь прополисная - 4 части

Чистотел большой (млечный сок) — 1 часть

Растереть компоненты в ступке до однородной массы. Накладывать мазь в повязках на зону поражения.

*Для наружного применения при **нейродермите и экземе** рекомендуется приготовить следующий состав.*

Прополис (20% -ная спиртовая настойка) — 2 ст. ложки Дуб (кора) - 1 стакан

Череда (трава) - 0,5 стакана

Тысячелистник (трава) - 0,5 стакана

Измельченную кору дуба залить 1 л кипятка и варить 15 минут. Затем засыпать в отвар сухую измельченную траву череды и траву тысячелистника, кипятить на слабом огне еще 2-3 минуты.

Настаивать в течение 20-30 минут, процедить, добавить спиртовую настойку прополиса и использовать для примочек — прикладывать их к пораженным участкам кожи на 1 час, затем снимать, но кожу не вытирать, а давать самостоятельно высохнуть.

При туберкулезе кожи рекомендуется взять 50%-ную прополисную мазь на каком-либо растительном масле, нанести толстым слоем на пораженные участки кожи, покрыть вощеной бумагой и прибинтовать. Повязку менять через 1-2 дня. Курс лечения 1-2 месяца.

При экземе ушей, ушном зуде у больных, склонных к аллергическим реакциям на антибиотики и другие лекарственные препараты рекомендуется применять следующее средство.

Орех грецкий (скорлупа) — 10г

Спирт этиловый 70%-ный — 100 мл

Прополис (30%-ная спиртовая настойка) — количество определяется в процессе приготовления препарата

Измельчить скорлупу незрелого грецкого ореха, залить ее этиловым спиртом или крепкой водкой, настаивать 4-5 дней, затем процедить через марлю, сложенную в несколько слоев, добавить равное количество 30%-ной настойки прополиса и протирать кожу наружного слухового прохода смоченным в этой смеси тампоном при зуде. В скорлупе незрелого грецкого ореха находится в большом

количестве витамин С и бактерицидное вещество, убивающее грибковую флору.

При экземе следует также вставлять в уши на 30-40 минут 2-3 раза в день марлевые жгутики, смоченные в приготовленной смеси. Курс лечения — не более 10 дней.

В Румынии для лечения мокнущей экземы рук наносят на кожу следующую смесь.

Дуб (кора) - 1 часть

Вода — 5 частей

Прополис (30%-ная спиртовая настойка) — 1 ч. ложка

К стакану отвара дубовой коры (измельченную кору дуба залить кипяченой водой и кипятить 15-20 минут, после чего настаивать 30-40 минут, процедить и довести объем отвара кипяченой водой до первоначального уровня) добавить настойку прополиса и использовать для орошения кожи.

При потливости ног рекомендуется применять следующий состав.

Дуб (кора) - 1 часть

Вода — 10 частей

Прополис (30%-ная спиртовая настойка) — 10 г

К литру отвара коры дуба добавить настойку прополиса.

Отвар дубовой коры можно приготовить из расчета 1 часть коры на 5 частей воды и добавить к стакану отвара 1 ч. ложку 30-40%-ной спиртовой настойки прополиса.

Полученную смесь используют для ножных ванночек, предварительно наполовину разбавив ее кипяченой водой и доведя температуру смеси до 35-38 °С.

Продолжительность процедуры 20 минут. Курс лечения 10-15 дней.

Для лечения грибковых заболеваний рекомендуется использовать 50%-ную прополисную мазь, приготовленную на растительном масле при слабом кипячении, или прополис, растворенный в 90%-ном спирте до консистенции мази. Мазь наносят на очаги поражения тонким слоем, покрывая вощеной бумагой. Исчезновение грибка происходит, как правило, в течение 15 суток.

Для лечения грибковых заболеваний, а также ожогов, долго незаживающих ран можно приготовить 5%-ную, 10%-ную и 20%-ную прополисные мази на основе подсолнечного масла. Прополисные мази можно делать также на сливочном и оливковом масле. Хорошо замешивать прополис и на меду.

Способ приготовления мази: измельченный в мелкую крошку при минусовой температуре прополис высыпать в подогретое до 60 °С масло и размешивать в

течение 7-10 минут, повышая температуру еще градусов на пять. Затем процедить через марлю в стеклянную посуду и плотно закрыть. После остывания мазь готова.

Утром и вечером прополисную мазь накладывать тонким слоем на воспаленный участок, который затем нужно покрыть четырьмя слоями марлевых салфеток и закрепить бинтом или полосками лейкопластыря.

Для обработки мозоли кусочек прополиса величиной с горошину нужно подогреть до мягкого состояния и сделать из него тонкую пластинку или лепешку, которую нужно наложить на мозоль и обвязать чистым бинтом (можно прикрепить бинт лейкопластырем).

Через трое суток мозоль (если она не застарелая) может отвалиться сама или ее безболезненно срезают.

Заболевания мужской половой сферы

При хроническом простатите рекомендуется использовать ректальные свечи с прополисом.

Прополис (спиртовой экстракт) 1 — 0,1 г Масло какао — 2 г

Свечи можно приготовить из экстракта прополиса путем выпаривания в 96%-ном этиловом спирте в соотношении 40:200. Такие свечи должны содержать 0,1 г экстракта прополиса и 2 г масла какао.

Свечи вводят в задний проход 1 раз в сутки на ночь. Курс лечения 30 дней.

Повторяют 2-3 раза с перерывом в 1-2 месяца.

При простатите рекомендуется также использовать ректальные свечи с прополисом одновременно с употреблением овощного сока.

Огурец свежий (сок) — 1 часть

Свекла свежая (сок) — 1 часть

Морковь свежая (сок) — 1 часть

Приготовить сок из свежих огурцов, свеклы, моркови и смешать в равных количествах, принимать по 0,5 стакана за 20-30 минут до еды 3-4 раза в день при воспалительных заболеваниях предстательной железы.

Одновременно вводить глубоко в прямую кишку свечи с прополисом 1 раз в день на ночь.

Заболевания мочеполовых органов

При воспалительных заболеваниях мочеполовых органов рекомендуется следующий состав.

Прополис — 30 г

Желуди лесные — 10 шт.

Каштан дикий — 1 шт.

Вино красное сухое — 0,5 л

Черёда — 50 г

Пыльца цветочная — 20 г

Лесные желуди и плод дикого каштана размолоть в порошок, довести до кипения красное сухое вино с добавлением сухой череды и прополиса. Настаивать сутки в глиняной посуде. Затем добавить цветочной пыльцы и еще раз довести до кипения. Процеживать не надо. Остудить и принимать, взбалтывая, по 1 ст. ложке 5-6 раз в день.

Заболевания органов дыхания

Для профилактики обострений бронхиальной астмы, а также для предупреждения трансформации хронического бронхита в бронхиальную астму рекомендуется следующее средство.

Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 10-20 капель Спиртовой экстракт прополиса принимать по 10-12 капель в небольшом количестве воды 3 раза в день курсами по 1,5-2 месяца.

Можно также использовать ручной ингалятор. Заправьте его 3 мл водного экстракта прополиса или водно-спиртового раствора (взять 1 мл спиртового экстракта прополиса и добавить к нему 2 мл кипяченой воды). Ингалировать рот и нос.

Процедуру повторять 3-5 раз в день или с профилактической целью — 1 раз в день в период наибольшей вероятности заболевания, например, во время эпидемии гриппа. Распыленный прополис оказывает рефлекторное действие, раздражая многочисленные чувствительные нервные окончания слизистой оболочки верхних дыхательных путей. Он также положительно влияет на обмен веществ и питание слизистой оболочки, подавляет патогенную микрофлору, способствует уменьшению воспалительного процесса, улучшает отделение мокроты, но особенно важно то, что препарат чрезвычайно быстро всасывается и поступает в кровь, благотворно воздействуя на весь организм.

*При **бронхиальной астме** народная медицина рекомендует приготовить следующее средство.*

Прополис — 20 г

Спирт-ректификат — 80 г

Измельченный прополис залить спиртом-ректификатом и настаивать в течение недели, периодически взбалтывая. После процеживания через марлю и отстаивания настой принимать внутрь по 20 капель с молоком или водой за 30 минут до еды 3 раза в день в течение 2 месяцев.

*Для **лечения трахеитов, бронхитов, туберкулеза, а также ринитов** можно воспользоваться следующим рецептом.*

Прополис — 60 г

Воск пчелиный — 40 г

Прополис и воск поместить в эмалированную посуду и поставить ее в более широкую металлическую посуду с кипящей водой.

Прополис и воск растворяются, а больной, сидя рядом, дышит лечебными парами. Ингаляции проводят по 10-15 минут утром и вечером в течение 1-2 месяцев в зависимости от заболевания.

*При **туберкулезе** народная медицина рекомендует применять прополисное масло.*

Прополис — 140-150 г

Масло сливочное — 1 кг

Перетопить в эмалированной посуде сливочное масло, охладить его до 80 °С и добавить очищенный от примесей измельченный прополис. Затем смесь перемешать деревянной ложкой до получения однородной массы, разогреть ее до температуры 80 °С, снова несколько раз перемешать, профильтровать через марлю и перелить в стеклянную посуду. Хранить в темном, прохладном, сухом месте.

Больному туберкулезом 3 раза в день за час до еды давать 1-2 ч. ложки прополисного масла (доза приема зависит от возраста и тяжести болезни). Курс лечения — 4-7 месяцев.

Во время лечения больному следует воздерживаться от сексуальной жизни.

*При **туберкулезе** народная медицина рекомендует применять следующее средство.*

Прополис (10-20%-ная спиртовая — 40 капель настойка)

Зверобой (трава) — 1 ст. ложка

В эмалированной посуде траву зверобоя заварить 1 стаканом крутого кипятка, настаивать в течение 15-20 минут и профильтровать. К жидкой части настоя зверобоя добавить спиртовую настойку прополиса.

Полученной смесью делать полоскание: по 0,5 стакана на одно полоскание, 2-3 раза в день после еды в течение 10-15 дней.

При туберкулезе, воспалении легких, ангине рекомендуется следующее средство.

Прополис — 10 г

Масло коровье — 100 г

К коровьему маслу, помещенному в эмалированную посуду и нагретому до 50-60 °С, добавить измельченный прополис. Полученную смесь нагреть до 70 °С и выдержать при этой температуре в течение 8-10 минут при непрерывном помешивании. Затем профильтровать через один слой марли.

После охлаждения отфильтрованную массу смеси принимать по 1 ч. ложке 2-3 раза в день за 1-1,5 часа до еды с теплым молоком в течение 2 месяцев.

После 2-3-недельного перерыва курс лечения (при необходимости) повторить с увеличением нормы прополиса каждый последующий раз на 5 г, доводя ее до 30 г.

Заболевания органов слуха

Для лечения евстахеита — воспаления евстахиевой, или слуховой, трубы — народная медицина рекомендует следующее средство.

Прополис (10%-ная спиртовая настойка) — 1 часть Мед — 2 части

Спиртовую настойку прополиса смешать с медом и капать в каждое ухо по 2-3 капли 1 раз на ночь.

Против старческой тугоухости народная медицина рекомендует использовать следующий состав.

Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 1 часть Масло растительное — 2 части

Взять 10%-ный спиртовой экстракт прополиса, смешать его в пропорции 1:2 с кукурузным, оливковым или каким-либо другим растительным маслом и хорошо взболтать. Свернуть марлевый жгутик, пропитать его масляно-спиртовой эмульсией и ввести в слуховой проход на 24 часа.

Курс лечения при старческой тугоухости составляет 15-20 ежедневных процедур.

При гнойном воспалении среднего уха рекомендуется вводить марлевые тампоны, смоченные 20%-ной настойкой прополиса на 96%-ном спирте или 30%-ной настойкой прополиса на 70%-ном спирте. Тампоны менять ежедневно.

Курс лечения 3-4 недели.

Точно так же лечится и гнойный мезотипанит, возникающий после гнойного воспаления среднего уха.

Заболевания костей и суставов, боли в спине

При радикулите рекомендуется приготовить следующий состав.

Прополис (30%-ный спиртовой раствор) — 1 часть Мед — 1 часть

Масло подсолнечное — 1 часть

Компоненты тщательно перемешать до образования однородной массы.

Полученную массу густо нанести на горчичники и приложить к больному месту, слегка закрепив бинтом.

При позвоночном остеохондрозе прополис натуральный нужно раскатать в виде тонкой лепешки большого диаметра. Отрезать от нее пластинку необходимых размеров и, наложив на болевую (триггерную) зону, заклеить куском лейкопластыря, площадью больше, чем прополисная пластинка.

Наиболее целесообразно удерживать прополис на болевом участке в течение 1-2 суток.

Подобная процедура осуществляется с перерывом в 12-24 часа до полного исчезновения болей.

На увеличенные косточки можно накладывать компресс из прополиса — кусочек прополиса размять рукой, придать форму косточки и наложить сухую повязку на всю ночь.

Мигрень

Против мигрени народная медицина рекомендует применять следующее средство.

Прополис — 20г

Спирт — 100 мл

Прополис развести в спирте, 40 капель настойки капнуть на кусочек сахара-рафинада и съесть.

Ожоги

Для лечения ожогов, а также гнойных ран рекомендуется следующее средство.

Прополис — 1 часть

Водка — 9 частей

Приготовить спиртовую вытяжку прополиса (прополис залить водкой, накрыть крышкой, настоять в горячем месте). Вытяжкой пропитать сверху уже наложенную на пораженное место повязку. Повторять пропитывание через день до исчезновения красноты вокруг повязки.

Для лечения ожогов, а также плохо заживающих ран, язв и т. п. рекомендуется применять прополисную мазь на овечьем жире.

Прополис — 20 г

Жир овечий — 80 г

Для приготовления мази соединить очищенный и измельченный прополис с расплавленным овечьим жиром, затем нагреть на водяной бане до 80 °С и тщательно размешать до получения однородной массы. Пока смесь теплая, профильтровать ее через металлическое ситечко или марлю и использовать полученную 20%-ную мазь местно.

Простудные заболевания

При насморке народная медицина рекомендует применять следующее средство.

Прополис — 20 г

Сливочное и подсолнечное масло — до 100 г

В фарфоровой ступке растереть измельченный прополис с небольшим количеством сливочного масла, добавить подсолнечное масло для получения указанного общего веса. Все это хорошо перемешать.

Приготовленной массой пропитывать небольшие ватные тампоны и закладывать их в носовые проходы — один раз утром и второй раз вечером, на 10-15 минут, до полного выздоровления.

При насморке эффективно следующее средство. Прополис (10% -ная спиртовая настойка) — 1 часть Хрен (свежий сок) — 0,5 части

Масло оливковое — 3 части

Смешать спиртовую настойку прополиса, свежеприготовленный сок хрена и оливковое масло. Закапывать по 3-5 капель в каждую ноздрю при насморке.

При насморке рекомендуется следующее средство.

Прополис — 5 г

Масло облепиховое — 30 г

Календула (свежий сок) — 20г

Масло какао — 15 г

Мед - 10 г

Приготовить смесь из прополиса, измельченного в порошок, облепихового масла, свежего сока календулы, растопленного масла какао и меда. Вводить на 20 минут в каждую ноздрю ватку, пропитанную приготовленным составом.

При насморке рекомендуется капать в нос следующий состав.

Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 1 часть Свекла (свежий сок) — 2 части
Морковь (свежий сок) — 2 части

Смешать свежие соки свеклы и моркови, добавить 10%-ный спиртовой экстракт прополиса и закапывать в нос.

При зловонном насморке — озене следует орошать носовую полость 2-3 раза в день 3%-ным водным раствором прополиса, а между орошениями вводить в носовые ходы марлевые тампоны с 5-15%-ной прополисной мазью.

При гриппе народная медицина рекомендует кусочек прополиса (1-2 горошины) держать во рту, слегка пережевывая или изредка перебрасывая его языком с одной стороны рта на другую в течение дня. Можно на ночь прополис заложить за щеку, так как лучше держать его сутки.

При простудных заболеваниях рекомендуется приготовить следующий напиток.

Прополис — 1 г

Вода — 0,5 стакана

Прополис положить в нагретый (до горячего) стакан, залить до половины стакана крутым кипятком и перемешивать в течение 3-5 минут.

Этот напиток рекомендуется пить горячим, мелкими глотками, по 1 стакану сразу и затем по 1 стакану каждый вечер перед сном. После этого не есть. Если прием прополиса вызывает расстройство желудка (понос), следует выпить перед ним полстакана молока.

Для смазывания слизистой оболочки рта, задней стенки глотки, миндалин, а также для ингаляций при острых респираторных инфекциях рекомендуется следующий состав.

Прополис (10%-ный спиртовой экстракт) — 7 мл Мед пчелиный — 78 г

Каланхое (сок) — 15 мл

В эмалированной посуде приготовить медово-каланхойную эмульсию с прополисом. Для приготовления 100 г эмульсии мед пчелиный натуральный жидкий (если мед закристаллизовался, то распустить его на водяной бане) смешать с соком каланхое и 10%-ным спиртовым экстрактом прополиса.

Эмульсию рекомендуется использовать при помощи ватных тампонов. Курс лечения 15-20 дней.

Профилактика онкологии

Для стимуляции иммунной системы организма и профилактики злокачественных новообразований рекомендуется следующее средство.

Прополис — 50 г

Водка (или 40%-ный медицинский спирт) — 300 мл

Прополис, измельченный при минусовой температуре, смешать с водкой или медицинским спиртом. Плотно закупоренную бутылку обмотать вафельным полотенцем и положить на батарею парового отопления. После месячного настаивания содержимое приобретает грязновато-желтый цвет. Принимать вытяжку, взболтав, по 15 капель на стакан молока.

Глава 5 О ЧУВСТВЕ ЖИЗНИ

Во многих, посвященных продуктам пчеловодства, трудах, которые мне пришлось перелистать при подготовке этой книги, пчел называют крылатыми труженицами. Мне хочется заострить на этом факте ваше внимание вот почему. Как ни банально это прозвучит, но только из труда может родиться в этой жизни что-либо действительно хорошее. Это знаменательно и в то же время закономерно, что именно пчелы, хоть и не ставя перед собой такой непосредственной задачи, производят столь много чрезвычайно полезных для человека продуктов. И то, что для нас — дар, для них — неустанная работа, тщательно распланированная как в улье, так и вне его. Только человек, провозгласив себя царем Природы, мог позволить себе, как сегодня принято выражаться, расслабиться и забыть обо всем, что той же самой Природой предписано и ему. И я вовсе не ратую за возвращение в прошлое, скажем, в первобытные времена, когда, чтобы поесть, человеку приходилось немало побегать, догоняя зверя, полазить и понаклоняться, собирая плоды и корни. Да и людей на земле сегодня гораздо больше, и еще неизвестно, хорошо ли это, если каждый станет бегать за зверем. Но ведь можно бегать... за движением, за жизнью, за вкусом к ней! Кто не пробовал, тот, конечно, не поймет, какое это удовольствие — окатить себя с утра ледяной водой, выпить стакан натурального, только что отжатого сока, размяться, сделав десяток упражнений...

В январе 1943 года, едва закончив пулеметно-минометное училище, погиб под Сталинградом двадцатичетырехлетний младший лейтенант Михаил Кульчицкий. Еще до войны он начал писать замечательные стихи, учился в Литературном институте, сразу обратив на себя внимание и масштабностью таланта, и поэтической зрелостью. С ним связывали большие надежды. В этот год — год 60-летия нашей Победы — мне особенно приятно вспомнить о нем. Тем более потому, что сегодня мало кто вообще помнит об этих мальчишках, начинающих поэтах, так рано, так несправедливо ушедших. Их помнят конечно — как героев, защитников, воинов. Но ведь они были еще и просто люди, люди с мечтами и надеждами, с большой любовью к жизни.

Самое страшное в мире — Это быть успокоенным. Славлю Котовского разум, Который за час перед казнью Тело свое граненое Японской гимнастикой мучил... Так писал Михаил Кульчицкий. Кто-то удивится: какое отношение все это имеет к книге о лечебных свойствах прополиса? Но ведь я недаром назвал эту главу «О чувстве жизни». И хотя стихи Кульчицкого, процитированные мной, действительно совсем о другом и из другого времени, в них по столько чувства жизни, что это и заставило меня вспомнить здесь эти строки. Мне кажется, проблема многих и многих людей сегодня — может быть, особенно в нашей стране, которую вот хоть последние сто лет непрерывно сотрясают политические, социальные и экономические катаклизмы, — проблема многих именно в утрате чувства жизни, вкуса к ней. А когда вкуса к жизни нет — незачем, конечно, мучить свое отнюдь не граненое тело гимнастикой, да и вообще вставать с дивана. Но ведь свято место, как говорится, пусто не бывает. И когда здоровье засыпает (у многих — вечным сном), хозяйничать приходят болезни. Здоровье — это и есть чувство жизни, это то, что всегда держит нас в тонусе, и дает силы, и заставляет двигаться, и мечтать, и осуществлять мечты. И именно это и есть полноценная жизнь, а вовсе не тот набор удобств, что предлагает нам цивилизация.

Если помните, в начале книги я говорил о важности принятия решения — изменить свою жизнь. Но с чего же начать? Может быть, хоть в чем-то взять пример с неутомимых пчел? Чтобы жить — нужно двигаться. Вот, например, бег трусцой.

Бег трусцой доступен каждому, независимо от возраста и условий, дорожку можно найти в любом месте. Важно понять: когда бегать? Многие бегают утром, считая, что чем раньше встанешь, тем больше проживешь. Вставать действительно лучше пораньше, а вот бегать правильнее вечером и вот почему.

Разберемся, как построен день предпочитающего бегать утром. Подъем в 5,30-6 часов, бег 5 км, а то и 10 км, душ, завтрак, поездка на работу. И все это время организм не может успокоиться от довольно интенсивной нагрузки, на которую ушло много энергии, особенно в нижних конечностях. Кровоснабжение во время бега увеличивается в ногах в 60-80 раз. Вот почему у таких бегунов, несмотря на кажущееся хорошее здоровье, в ряде случаев возникают проблемы с сердцем, вплоть до инфарктов.

Лучше всего построить режим дня так. Утром — хорошая интенсивная разминка, душ, завтрак, максимум ходьбы по пути на работу. Вечером, когда заботы дня позади, после легкого ужина можно и расслабиться, уделить больше внимания тренировке.

Сколько бегать? Как показала практика, для женщин достаточно 3-4 км, мужчинам 4-5 км 3-4 раза в неделю. Хотите бегать больше? После соответствующей тренировки — пожалуйста. Но для того чтобы всегда поддерживать организм в равновесном состоянии, бегать надо максимум через 2 дня, ибо тренирующий эффект составляет именно это время. На первых порах бег трусцой необходимо сочетать с ходьбой, причем вас никто не торопит, только постепенно увеличивайте не интенсивность, а расстояние для бега, ходьбы, хотя бегать нужно обязательно до пота, чтобы ощутить, что вы работали.

Между прочим, повышение температуры во время бега — лучший способ борьбы с атеросклерозом. Если на следующий день вы почувствовали слабость, усталость — уменьшите нагрузку, все делайте по самочувствию, прислушиваясь к себе. В первые дни подобные ощущения будут естественной реакцией на нагрузку, что надо преодолеть.

Вернувшись после бега домой, в первую очередь примите душ. При потении через кожу выделяется много веществ — продуктов обмена, солей, мочевины, и если не смыть их, то они через 4-5 минут начнут снова всасываться в кровь. После душа обязательно полежите, подняв ноги вверх под углом 20° и больше, положив их, например, на спинку дивана или, лежа на полу, на стул, сиденье дивана. В это время поработайте ногами: носки на себя, от себя, внутрь, наружу и т. п. Эта процедура прекрасно снимает нагрузку с сердца, с нижних конечностей и является хорошим профилактическим средством при варикозном расширении вен, тромбозах. Выполняя эту процедуру, вы бежите не к инфаркту, а от него. Этому упражнению уделите 8-10 минут.

Какова должна быть нагрузка? У молодых увеличение пульса во время бега от исходного может достигать до 100%, а у пожилых до 50-60%, главное — постепенность увеличения нагрузки. Если вы не бегали раньше, возраст не помеха, начните это делать с сегодняшнего дня, чередуя бег с ходьбой. При беге резко увеличиваются обменные процессы, в том числе и холестерин. Многие связывают холестерин со старением, отчасти это так. Однако Е. И. Чазов еще на заре своей научной деятельности доказал, что бояться холестерина не надо. Холестерин низкой плотности (ЛНП) с высоким его содержанием при отсутствии гомоцистеина оседает на стенках сосудов и способствует образованию атеросклеротических бляшек, а холестерин высокой плотности (ЛВП) с низким его содержанием вырабатывается в печени, экстрагирует ЛНП из клеток, током крови доставляется в печень, где и разрушается.

Многие думают, что старость — это угасание организма — и силы надо экономно расходовать.

Наоборот! Старость — это состояние, в которое вы себя вогнали, и только с помощью активного образа жизни можно усилить приспособительные механизмы, которые будут не только препятствовать процессу старения, но способствовать общему оздоровлению. Основой профилактики атеросклероза является нормальная работа кишечника и печени, для чего нужны их периодическое очищение и раздельное питание.

Бег же важен еще и вот почему. В отличие от упражнений, выполняемых во время ритмической гимнастики, при беге происходит удар на пятку, отчего противоудар перемещает вверх столб крови в сосудах. Такой гидродинамический «массаж» укрепляет стенки сосудов, усиливает обменные процессы в костях, препятствует отложению в них холестерина и солей и способствует более быстрому их вымыванию и последующей профилактике атеросклероза.

Бег — это еще и заряд бодрости. Наша Земля покрыта сетью магнитных силовых полей, идущих с севера на юг на расстоянии 2 м друг от друга, а с запада на восток — 2,5 м. Человек представляет собой биоэлектрическую систему, и с помощью подпитки энергией извне организм, как аккумулятор, подзаряжается, а затем по мере надобности полученную энергию расходует. Чем больше человек пересекает магнитных линий и чем чище работают мембраны клеток, тем сильнее электродвижущая сила организма, тем больше энергия.

Выскажу еще одну крамольную мысль, которая объясняет преимущества бега трусцой перед ходьбой. Дело в том, что при беге вы на какой-то момент должны обязательно оторвать обе ноги от земли, которая представляет собой сильное электромагнитное поле. Отрывая ноги (особенно босые или в несинтетической обуви) от земли, вы прерываете электрическую связь с землей, и в организме происходит возмущающий эффект, когда лампочка как бы гаснет, а потом снова загорается. Пройдите даже в быстром темпе 3-4 км, оцените свое состояние, а теперь пробегите трусцой. Сравнение будет в пользу бега, к тому же, пропотеете побольше.

И еще очень важное дополнение, касающееся бега трусцой. До последнего времени считалось, что клетки мозга не восстанавливаются. Американский нейробиолог Фрейд Гейдж со своими сотрудниками доказал, что во время бега в колесе у мышей наблюдалось увеличение количества нервных клеток более чем в 2 раза по сравнению с контрольной группой; также восстанавливается активность биопотенциалов мозга. Замечено, что это происходит, если физическая работа проводится с удовольствием, в то время как при любой подневольной работе этого не наблюдается. Поэтому получайте от бега наслаждение, что способствует выделению специфических морфиноподобных веществ, доставляющих чувство радости.

Теперь несколько слов о ходьбе. Многие из вас предпочитают больше находиться дома, не выходить на улицу в свободное от работы время. Напомню о таком физическом явлении, как «эффект Фарадея». Суть его в следующем. Семена растений посадили в одинаковую землю в два одинаковых горшка. Но над одним горшком поставили металлическую сетку. В том горшке, над которым была сетка, семя проросло, но было хилым и не дало плодов, а в другом горшке все было в порядке. Это служит доказательством того, что, находясь дома, в машине, в метро, мы изолированы от электромагнитных, космических и других излучений определенной частоты, что и делает нас больными.

Вы не задумывались над тем, почему в закрытых помещениях спортсмены бегают, плавают, прыгают не с такими результатами, как на открытом воздухе? Работает все тот же эффект Фарадея. Вот почему при малейшей возможности надо выходить на улицу, бывать на открытом воздухе, так как наше здоровье в немалой степени зависит и от электромагнитных, магнитных и других излучений,

которые составляют основу работы организма в целом. Одеваться лучше легко, а согреваться за счет движения.

А мы, оказывается, даже ходить правильно не умеем.

Как мы ходим? При выносе ноги вперед наклоняемся, делаем как бы кивок по горизонтали, а иногда и по вертикали, носок кверху, позвоночник неподвижен.

Ногу опускаем на землю, срезом пятки сотрясая тело, затем перекатываемся на носок, и снова повторяется весь цикл другой ногой.

Что предлагает, например, А. С. Залманов в своей книге «Тайная мудрость человеческого организма»? Прежде чем сделать шаг, надо сделать поворот тазом до 10 и более градусов, тем самым двинуть бедро вперед (носок не поднят над землей) и поставить ногу уже на всю пятку и сразу же на всю стопу. При этом нет вертикальных и горизонтальных качаний, нет сотрясений позвоночника. Активно работают мышцы живота, позвоночник работает, как на шарнирах, по всей длине, ходьба становится спокойной, красивой, мягкой. Кстати, точно такие же движения надо делать и при беге.

Очень полезно ходить босиком. Известно, что на подошве стопы находятся биологически активные точки, на которые проецируются все органы человеческого тела. Это своего рода распределительный щит. Только лишь массируя стопы, уже можно достичь удивительных результатов в оздоровлении. Ходить босиком можно где угодно: дома, на даче, в поле. Дома используйте для этого песок, мелкие камешки, насыпанные в какие-нибудь лоточки, резиновые коврики, тапочки с пластмассовыми иголками.

Кроме того, можно делать следующее. Возьмите палку диаметром 5-10 см, изрежьте ее так, чтобы она была ребристая, и, смотря телевизор, одновременно катайте ее ногами — эффект будет потрясающий.

Ежедневно делайте контрастные ножные ванны: в одном тазике горячая, в другом холодная вода. Ноги держать в них попеременно по 5-10 секунд, общее время 5-6 минут, по самочувствию. Заканчивать процедуру следует холодной водой. Такая процедура способствует снятию усталости, является хорошим тонизирующим средством при заболевании кровеносных сосудов, варикозном расширении вен, тромбозах, атеросклерозе и т. п.

Чтобы выглядеть красивыми, женщины ходят на высоких каблуках. При правильной осанке, стройной фигуре и ногах это действительно красиво, но не надо забывать, что, длительное время двигаясь на высоких каблуках, вы нарушаете основной закон жизни, гармонию, когда передняя группа мышц ноги растягивается, а задняя сжимается.

Когда вы только начинаете ходить на каблуках, фигура выглядит так: колени согнуты, задняя часть таза ушла чуть вверх и назад, а корпус тела наклонен вперед. Передняя часть таза смещена вниз вместе с органами, произошло насилие над мышечным каркасом. Чтобы как-то компенсировать это состояние, в течение дня — по возможности, а дома — обязательно выполняйте следующие рекомендации.

Сидя на стуле, периодически снимайте напряжение с икроножных мышц: тянуть стопы на себя, от себя, вращать их влево, вправо — застоя крови в ногах не будет.

Походите на пятках, боковых сторонах подошв, на мизинцах.

Можете выполнять различные наклоны в стороны, вперед и приседания. Возьмите доску или лист фанеры размером 20X30 см, под один ее край подложите брусок, чтобы она была под углом, встаньте на нее босиком и походите на месте.

Чаще ходите босиком.

Огромное значение для состояния здоровья имеет закаливание. Существует много способов закаливания: воздушные ванны (чем больше, тем лучше), умывание, обтирание, обливание, купание. Неоценим опыт Порфирия Иванова, который сделал так много для лечения и профилактики заболеваний с помощью обливания холодной водой, представляющего собой необходимый для организма сильный стресс, напряжение. Но мало кто знает, что с помощью горячей воды можно закалить себя так же, как и холодной.

Что происходит при горячих обтираниях? Горячая вода, тонким слоем ложась на кожу, тут же испаряется и уносит тепло. Чем выше температура воды и окружающего воздуха, тем интенсивнее идет процесс испарения и соответственно охлаждения кожи, организма, что стимулирует теплопродукцию, оказывая общетонизирующее действие, закаливание. Некоторые специалисты отмечают, что закаливающий эффект при горячих обтираниях появляется даже быстрее, чем при холодных обливаниях. Хотя это и спорно, зато процесс закаливания, как считает С. Шенкман, идет с меньшим напряжением, стресса нет, ибо тепло всегда приятнее холода.

И еще. Мало кто задумывался над тем, почему люди тонут. Посмотрите внимательно, как ведут себя на пляже люди? Раздевшись, сразу же бросаются в воду, и один из ста не выныривает. Почему так происходит? Да потому, что вода, будь то теплая или холодная, — это сильный стресс, раздражитель, на который нетренированный организм не может сразу должным образом среагировать. В результате этого наступает резкий спазм сосудов и мышц, часто с плачевным результатом. То же самое, кстати, только в меньшей степени, происходит и при обливании холодной водой. Поэтому прежде чем начать применять водные процедуры, надо разогреть мышцы тела различными движениями, помассировать их.

Хорошим методом закаливания является контрастный душ. Делается это так. Отрегулировав кран с горячей водой по самочувствию, вы больше к горячему крану не прикасаетесь. Обливайтесь такой водой 10-20 секунд, затем поверните кран с холодной водой на 10-20 секунд, верните его в исходное положение, опять пойдет теплая, горячая вода. Общее время контрастного обливания 5-8 минут. Начали с горячей воды, закончили прохладной (холодной). Постепенно увеличивайте долю холодной воды и через 2-3 недели используйте теплую и максимум холодной. По окончании приема душа налейте в кастрюлю теплую (горячую) воду и облейте и, не успев высохнуть, сразу же облейте холодной водой, что в принципе советует и Порфирий Иванов. Особенно это важно для детей, ибо обливание их только холодной водой нежелательно.

Работайте на контрастах. По окончании процедуры разотрите тело полотенцем. В дальнейшем — обтираться не надо, тело само должно высохнуть, тренирующий и закаливающий эффекты будут более значительными.

Умывание сделайте не просто обычной процедурой, а действенным средством закаливания. Например, уши — это те же стопы, куда проецируются все органы человеческого тела, поэтому при умывании не пожалейте нескольких минут, помассируйте их. Кстати, эта простая процедура усиливает и кровоснабжение мозга. Можете умываться горячей (теплой) водой, но в конце оботрите и ополосните лицо холодной водой.

Следует особо остановиться и на часто возникающих ангинах, воспалениях миндалин. Если защитная функция нарушена, то миндалины становятся входными воротами инфекции. Миндалины не такой уж маленький и незначительный орган. Некоторые ученые даже считают их центральным органом иммунитета. Большинство людей легкомысленно относятся к ангинам, хотя известно, что они «кусает сердце» и «лижут суставы». Артриты, ревмокардиты,

заболевания почек, остеохондрозы — это все последствия ангин. Вот почему закаливание горла — это усиление всей иммунной системы, защитных сил организма.

Во время утреннего туалета не забывайте прополаскивать горло холодной водой, к которой также привыкайте постепенно. Хорошим укрепляющим средством для закаливания миндалин является, как ни странно, ходьба босиком с последующим мытьем ног теплой и холодной водой. Особенно хороша прогулка босиком по утренней росе.

И дома, и на улице, особенно в холодную погоду, приучайтесь дышать носом. Некоторые считают, что воздух, проходя через носоглотку, помимо нагревания, дополнительно ионизируется, что улучшает его контакт с кровью. А вот «друзьям» ангин — курению, алкоголю, — как вы понимаете, нужно сказать нет. Если, конечно, их вкус не важнее для вас, чем вкус к жизни.

В заключение повторю еще раз. Любое естественное лечебное средство, в том числе и прополис, о котором шла речь в этой книге, — это замечательный природный дар человеку. Но на одних дарах нам не прожить — для здоровья нужно еще и потрудиться.

Гимн оптимистов

Улыбку не снимай с лица,

Очисти тело, душу, разум.

Почувствуй в сердце дух бойца,

И все болезни рухнут разом.

Ленивому предупрежденье:

Покой?— болезнь, а жизнь?— движенье!

Простись с диваном не скорбя,

Отбрось сомненья и тревогу,

Сумей осилить сам себя,

Тогда осилишь и дорогу.

Скажун, что в нетерпенье пляшет,

Запомни: вскачь, дружок, не пашут!

Маяк в дороге?— это цель.

Девиз идущего?— во благо!

Нет цели?— сядете на мель

И... задний ход под белым флагом:

Зад?— на диван, с лица?— улыбка,

И утопай в болоте зыбком!

Знай, что таблетка и игла,

Рецепты, новый и старинный,

Не лечат души и тела

Так, как система с дисциплиной.

Слагаемые исцеленья:

Цель, вера, воля, устремленье.

Мой милый хроник, выбор за тобою:

Иль в добрый путь, иль к вечному покою.

Есть третий путь: сесть ближнему на шею,

Пусть он везет, а ты стони: «Ба-ле-ю...»

Бединский

ИСТОЧНИКИ

1. Антимикробная активность прополиса in vitro.// Journal of Chemotherapy. — 2000.
2. Апраксина К. Зеленый бальзам.// Спасение (Всероссийская экологическая газета). — Раздел «Зеленая трибуна». — 2001. — 16 февраля.
3. Бойченко О. Ваша система обороны.// Новая Сибирь. - 2000. - № 4 (385), 28 января.
4. Вишневская Т. Аир и прополис против зубных болей.// Северная неделя. — 2001. — № 4, сентябрь.
5. Владимирова С. С медом и лапоть проглотишь.// Планета Диаспор. — 2001. — № 5, 28 июля.
6. Гаава Ю. В., Маланчук А. Я. Прополисный мед — эффективное средство для лечения язвенной болезни.// Апитерапия сегодня (сборник V). Материалы V научно-практической конференции по апитерапии «Пчелы и ваше здоровье» (г. Сочи, 9-12 октября 1996 г.). - Рыбное, 1997.
7. Джарвис Д. С. Мед и другие естественные продукты: Опыт и исследования одного врача. — Бухарест, 1990.
8. Козлова Е. Новые грани апитерапии.// Фармацевтический вестник. — 2000. — № 24 (№ 175) 27 июня.
9. Колесников О. Ю. Лечение тяжелых химических ожогов глаз прополисом в эксперименте.// Апитерапия сегодня (сборник V). Материалы V научно-практической конференции по апитерапии «Пчелы и ваше здоровье» (г. Сочи, 9-12 октября 1996 г.). - Рыбное, 1997.
10. Колесникова А. А. Лечение прополисом вирусных заболеваний глаз.// Апитерапия сегодня (сборник II). Материалы конференции по апитерапии (10-12 июня 1993 г.) - Рыбное, 1993.
11. Кривцов Н. И., Лебедев В. И. Получение и использование продуктов пчеловодства. — М., 1993.
12. Лечение продуктами пчеловодства.// Северная благодать. — 2001. — № 7(7), июль.
13. Лечение продуктами пчеловодства. Мед, перга, прополис, маточное молочко, пчелиный яд в научной и народной медицине. — МП «Нектар», 1991.
14. Лудянский Э. А. Апитерапия. — Вологда, 1994.
15. Лудянский Э. А. Руководство по апитерапии (лечение пчелиным ядом, медом, прополисом, цветочной пылью и другими продуктами пчеловодства) для врачей, студентов медицинских вузов и пчеловодов. — Вологда, 1994.
16. Малая энциклопедия пчеловодства. — М., 1998.
17. Омаров Ш. М. Целебные тайны продуктов пчеловодства. — Махачкала, 1997.
18. Починкова П. Пчелиные продукты в медицине (Апитерапия). — София, 1995.
19. Поправко С. Тайна березовых слез и пчелиного клея.// Наука и жизнь. — 1976. — № 5.
20. Пушкарева С. Ю., Мараховская И. Л. Применение прополиса и пчелиного яда в лечении неревматических миокардитов.// Апитерапия сегодня (сборник IV). Материалы IV научно-практической конференции по апитерапии (11-13 июня 1995 г.) - Рыбное, 1995.
21. Расулов М. Враг не дремлет.// Махачкалинские известия (Общественно-политический еженедельник). — 1999. — 9 июля.
22. Синяков А. Ф. Я лечусь прополисом. — Коломна, 1995.
23. Синяков А. Ф. Большой медовый лечебник. — М.: Эксмо-Пресс, 2000.
24. Сластэнский И. В. Пчелы: мед и другие продукты. — Лениздат, 1987.
25. Тихонов А. И., Котенко А. М., Соболева В. А. и др. Получение и исследование липофильного комплекса обножки пчелиной. — Гадяч, 1991.

26. Филиппов П. И., Бутов А. Г. Природы дар бесценный. — Ставропольское книжное издательство, 1991.
27. Хрусталева Ф. Г. Чудесный дар природы: Жизнь пчел и лечебная польза пчелопродуктов. — Грозный, 1991.
28. Шашкина И. И. Прополис против туберкулеза.// Здоровье Вологодчины. — 2000. — Октябрь.
29. Шкендеров С, Иванов Ц. Пчелиные продукты. — София, 1985.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Глава 1. СОЗДАННЫЙ ЗАЩИЩАТЬ

Глава 2. БЕСЦЕННЫЙ БАЛЬЗАМ

Глава 3. БОЛЕЗНИ — ЛЕЧИТ, ЗДОРОВЬЕ — БЕРЕЖЕТ

Лечебные свойства прополиса

Меры предосторожности при лечебном применении прополиса

ГЛАВА 4. ПРОПОЛИС В ЛЕЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ

Как приготовить лечебные препараты из прополиса

Спиртовой раствор прополиса 1:10-1,5:10

Спиртовой раствор прополиса по Синякову

Спиртовой экстракт прополиса 15-20%

Спиртовой экстракт прополиса по Дреймане

Водный раствор прополиса 1

Водный раствор прополиса 2

Водный раствор прополиса 3

Водный раствор прополиса 4

Водный раствор (водорастворимый) прополиса 1:10 (температура извлечения около 40 °С)

Водный раствор прополиса 1:10 (температура извлечения около 93 °С)

Прополисная вода 1:10-1,5:10 (температура извлечения 93 °С)

Прополисная вода по Дреймане

Густой экстракт прополиса и лечебные формы на его основе по Дреймане

Жидкий экстракт прополиса 1:1

Сухой экстракт прополиса

Масляный прополис 1,5:10

Прополисная мазь домашняя

Прополисная мазь 10-20%-ная по Оркину 1

Прополисная мазь 10-20%-ная по Оркину 2

Прополисная мазь по Кузьминой

Прополисная мазь с салициловой кислотой

Прополисная мазь на масляной основе по Дреймане

Прополисно-чесночная смесь

Прополисная паста

Прополисные свечи

Рецепты лечебного и профилактического применения прополиса

Атеросклероз

Дизентерия

Заболевания вен

Заболевания горла, полости рта и зубов

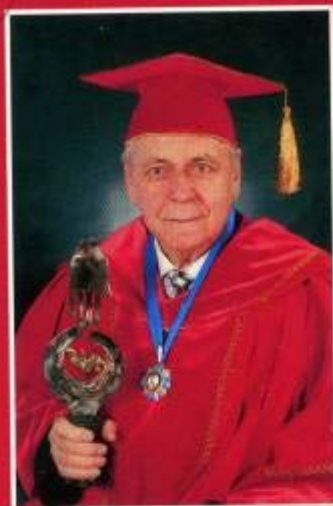
Заболевания желудочно-кишечного тракта

Заболевания женской половой сферы

Заболевания кожи

Заболевания мужской половой сферы

Заболевания мочеполовых органов
Заболевания органов дыхания
Заболевания органов слуха
Заболевания костей и суставов, боли в спине
Мигрень
Ожоги
Простудные заболевания
Профилактика онкологии
Глава 5. О ЧУВСТВЕ ЖИЗНИ
ИСТОЧНИКИ



Неумывакин Иван Павлович, доктор медицинских наук, профессор. Действительный член Международной академии информатизации, Международной академии энергоинформатизационных наук, Российской Академии естественных наук, Академии медико-технических наук. Заслуженный изобретатель России, Лауреат Госпремии, Член Президиума Общероссийской медицинской ассоциации специалистов традиционной народной медицины и целителей,

как ведущий народный целитель России удостоен высшей награды в этой области – янтарной «Звезды магистра». В 2005 г. удостоен Международной премии «Профессия – жизнь» и награжден орденом «За Честь, Доблесть, Созидание, Милосердие» за личный вклад в развитие традиционной народной медицины. Имеет награду Русской Православной Церкви – «Орден Святого Благоверного князя Даниила Московского» III степени – за вклад в патриотическое движение, благотворительную деятельность и восстановление православных святынь.

Многие ученые считают, что микробы генетически неспособны преодолеть сформировавшуюся за 50 миллионов лет развития флоры защитную силу десятков веществ, которые входят в состав прополиса. Это действительно превосходное оружие в борьбе с болезнями, однако всякому оружию требуются умелые руки и умная голова для управления им. И ваша задача состоит не в том, чтобы «поднимать восстание, когда враг у ворот», а в том, чтобы даже близко не подпускать его к священным рубежам своего здоровья. И используя лечебные дары Природы, живите в согласии с ее законами.

ISBN 978-5-88503-394-7



9 785885 033947

ИЗДАТЕЛЬСТВО
ДИЛЯ
www.dilya.ru