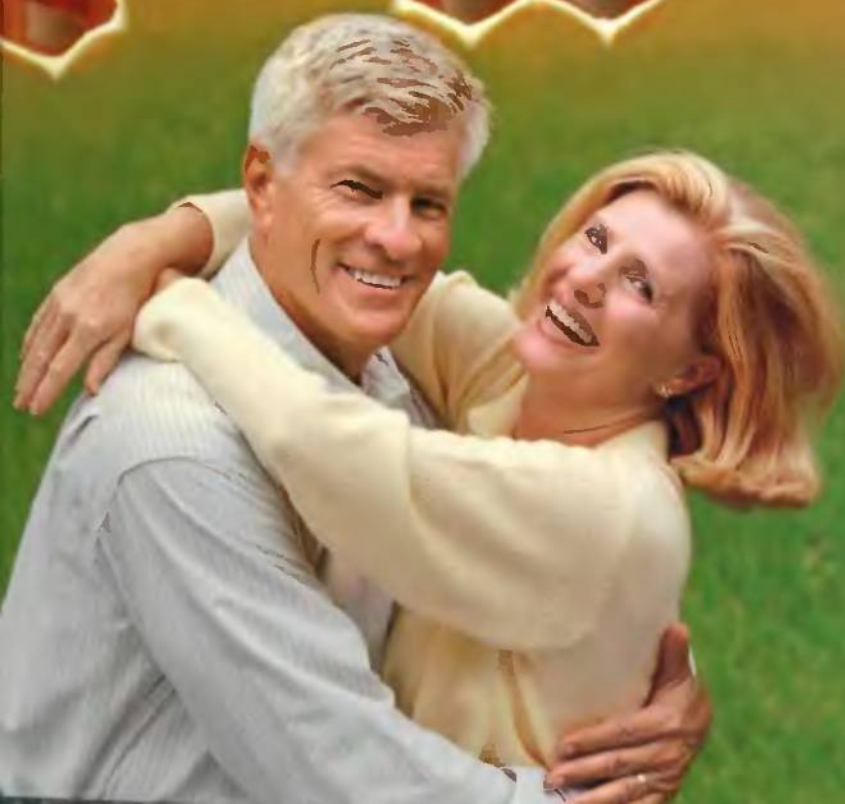


# **ДО 90 ЛЕТ НЕ ЗНАЯ БЕД**

**Лечимся медом,  
прополисом,  
пергой**



**А. В. СУВОРИН**

# **ДО 90 ЛЕТ НЕ ЗНАЯ БЕД**

**Лечимся медом, прополисом,  
пергой и остальными  
продуктами пчеловодства**

## **Суворин А.В.**

До 90 лет не зная бед. Лечимся медом, прополисом, пергой и остальными продуктами пчеловодства/А.В. Суворин. — Ростов н/Д: Феникс, 2007. — 224 с. — (Будь здоров!)

Все продукты пчеловодства без исключения обладают уникальными лечебными свойствами как при самостоятельном их применении, так и в сочетании с веществами растительного и минерального происхождения.

Лечение натуральными продуктами пчеловодства проверено человечеством многих поколений. Известно, что ученые-медики прошлых столетий — Пиппократ, Гален, Авиценна и наших дней — Н.П. Иойриш, С. Младенов, К.А. Кузьмина и другие использовали в своей практике продукты крылатых фармацевтов при лечении самых разных заболеваний.

Книга рассчитана на широкий круг читателей. В ней найдет помощь каждый, кто страдает каким-либо недугом, а также работники медицинской сферы, косметологии. Однако перед началом лечения для более эффективного действия препаратов необходимо посоветоваться с лечащим врачом.

Здоровья вам и долголетия, дорогие читатели!

© Суворин А.В., 2007

© Оформление, изд-во «Феникс», 2007

## Предисловие

Одним из безвредных и эффективных методов лечения и профилактики различных заболеваний является апи- и фитотерапия. Эффективность этих методов заключается в том, что действие продуктов пчеловодства и лекарственных растений направлено на коррекцию внутри- и межклеточных процессов в отличие от синтезированных препаратов, действующих на системы надклеточной регуляции. Более того, апи- и фитопрепараты оказывают мягкое воздействие на вялый организм больного, аккуратно включая в работу угнетенные органы и целые системы, не вызывая при этом побочных реакций.

Применение продуктов пчеловодства и растений с лечебной целью уходит своими корнями в далекое прошлое. Питаясь различными травами и ведя наблюдение за поведением окружающих их животных, наши предки отбирали среди растений те, которые отличались как своими вкусовыми и питательными качествами, так и те, которые помогали избавиться от того или иного недуга. Накопленный опыт передавался из поколения в поколение вначале устно, а позднее, с изобретением письменности, в виде записей, благодаря которым и мы в настоящее время имеем возможность воспользоваться уникальными результатами наблюдений народных целителей и знахарей. Более того, продукты пчеловодства и лекарственные растения своим действием способны значительно ослабить и вредное влияние современной агрессивной окружающей среды, вызывающей развитие иммунодефицита, и улучшить общее состояние человеческого организма.

Так, с давних пор было замечено, что занятые пчеловодством люди отличаются отменным здоровьем и долголетием. Великий математик Пифагор утверждал, что дожил до преклонных лет благодаря постоянному употреблению меда. Известные врачи и мыслители древности Гиппократ, Авиценна, Аристотель и другие считали мед уникальным средством, способствующим долголетию.

Долгожители прошлого века единодушно утверждали о том, что достигли своего удивительного возраста благодаря работе на пасеках. Автор книги «Пчелы — человеку», выпущенной издательством «Медицина» в 1977 г., Н. П. Иойриш называет ряд фамилий известных ему людей, являющихся долгожителями благодаря занятию пчеловодством. «Артем и Вера Минкины прожили по 101 году, Кордвл Акима — 103 года, Максим Яковлевич Медов и Анна Подолькина — 105 лет, Адгин Амет — 106, Дукал Джемил — 106, Федор Петрович Фионов — 115 лет, Василий Тишкин — 144 года, пчеловод Айвазов Махмуд Багри оглы — 150 лет».

А этот феноменальный случай, который публиковался в печати, привел в изумление многих скептиков. На полосе газеты появилась фотография пчеловода Насира Касимова с женой Гекчок. Когда они сфотографировались, им было по 123 года. Совместная их жизнь составляла 107 лет. Прожить такую долгую жизнь, как считали они сами, помогла им работа на пасеке и постоянное употребление меда.

Таких примеров можно найти еще много, если обратиться к горным народам Кавказа. Старики этих мест предпочитают сахару пчелиный мед, поэтому долго и живут.

В книге кратко представлены характеристики лекарственных растений, продуктов пчеловодства и особенности комплексного использования их в приготовлении лекарственных препаратов. Кроме того, дается много полезных советов и рекомендаций, связанных с заготовкой, хранением целебного сырья, а также приготовлением и использованием готовых лекарственных средств.

# КРЫЛАТЫЕ ФАРМАЦЕВТЫ

.....

Пчелы являются не до конца разгаданной тайной как для простого наблюдателя, так и для ученого, писателя или поэта. Многих из них не раз удивлял уникальный мир пчел, и каждый по-своему откликнулся на это чудо природы.

К. Ваншенкин вот как описал нелегкий труд крылатых тружениц:

Пчела с пыльцою тянет из лошины  
В настойчивом стремлении своем,  
С гудением перегруженной машины  
Берущей трудный длительный подъем.  
Она с крупицей будущего меда  
Свершает ежечасно этот путь  
И рушится, бессильная, у входа,  
Чтоб хоть одну минутку отдохнуть.

Опыт народной медицины, как и народное мастерство и умение, на протяжении многих веков переходит от одного поколения к другому, являясь неотъемлемой частью культуры и достояния народа. Травники, знахари, лекари всегда были олицетворением народной мудрости. Постоянные наблюдения за воздействием различных растений и насекомых на организм человека или животного и составили такие науки, как фитотерапия и апитерапия.

Народы создали много легенд и мифов о происхождении как растений, так и пчел, а особенно о питательных и лечебных свойствах пчелиного меда, прополиса, пчелиного яда и других продуктов. Многовековое испытание, которому подвергла их народная медицина в качестве лечебных средств, можно считать успешно выдержанным. Явным доказательством этому служит тот факт, что в последние годы ученые-медики стали широко использовать в своей практической деятельности средства народной медицины, дополняя и обогащая их своими знаниями и наблюдениями.

Как только человек узнал о вкусе меда, он тут же начал заниматься разведением и содержанием медоносных пчел и с успехом пользуется широким арсеналом их продуктов в медицине, кулинарии, косме-

тике и других областях. Хотя уже накоплен огромный опыт использования продуктов крылатых тружениц с лечебной целью, но многие особенности их воздействия на организм человека до конца не изучены. Современной медициной выявляются все новые и новые лечебные свойства пчелиных продуктов при стремительном расширении областей их применения. В них оптимально сбалансировано сочетание витаминов, кислот и микроэлементов, позволяющих оказывать положительное воздействие на больной орган избирательно, особенно там, где другие средства оказываются бессильны.

Природа подарила нам бесценное богатство — пчел и их чудодейственные продукты. Их оздоравливающее воздействие на организм человека известно было давно.

Древнегреческий врач Гиппократ советовал на ночь для успокоения нервов и глубокого сна выпить перед сном 150 г воды с 3 ст. л. меда. Это одно из первых литературных упоминаний о его благотворном воздействии на организм человека. Пчела является незаменимым лекарем для людей при многих недугах. Хотя продукты пчеловодства сами по себе не являются лечебными препаратами, их прием в первую очередь активно повышает общую сопротивляемость организма, на чем как раз и основывается их целебное воздействие. Однако такие вещества, как пчелиный яд, маточное молоко, прополис, при неправильном дозировании или чрезмерной чувствительности организма к ним могут оказаться токсичными. Поэтому их применение с лечебной целью рекомендуется только по назначению врача и под его наблюдением.

Несколько десятилетий назад, при интенсивном развитии химии, появилось множество синтезированных препаратов, которые тут же незаслуженно отодвинули на второй план основную массу растительных средств лечения. На первый взгляд, казалось, что природным лекарственным средствам уготовано медленное угасание. В действительности же оказалось все не совсем так. Полученные синтетические лекарства отличаются своим быстрым действием, с одной стороны, а с другой — вызывают многочисленные побочные явления, порой не менее опасные, чем сама болезнь. Нередки случаи возникновения так называемых *лекарственных заболеваний*, а различного рода аллергические недуги стали вполне обычным явлением. Отвергнув в свое время тысячелетний опыт народных целителей, человечество вновь возвращается к ним, поскольку жить в согласии с природой и использовать все то, что она дает в свое благо, это в высшей степени разумно.

В этой книге вы найдете кропотливо собранные и систематизированные рецепты как народной, так и современной медицины. Многие из них уже были опубликованы ранее, а некоторые публикуются впервые.

Нужно обязательно помнить, что рецепты, рекомендуемые к применению при таких коварных заболеваниях, как рак, туберкулез легких, лейкоз и других, следует считать как сопутствующие к основному лечению, назначенному врачом.

Описанные рецепты внутреннего употребления, их дозировка рассчитаны на взрослого человека. При использовании этих же рецептов для детей нужно сделать специальную корректировку: детям 1—3 года уменьшить в 3—5 раз; 3—7 лет — в 2 раза; 7—14 лет — в 1,5—2 раза.

Прежде чем взяться за приготовление лекарства по выбранному рецепту, необходимо ознакомиться с приложениями, которые уберегут вас от возможных недопустимых ошибок.

В книге даны основные характеристики всех прямых и косвенных продуктов пчеловодства, собранные рецепты, как новые, так и пришедшие к нам из древности, но все они прошли испытание временем и с успехом исцеляют от большинства недугов.

Здесь предлагается применение не только продуктов пчеловодства, но и новые варианты их сочетания как с лекарственными растениями, так и другими природными веществами органического и неорганического происхождения.

При правильном соблюдении всех рекомендаций по применению продуктов пчеловодства, лекарственных растений и прочих целебных природных веществ вы сохраните здоровье и обеспечите долголетие.

Читатель найдет советы по комплексному использованию трав и продуктов пчеловодства в приготовлении лекарственных препаратов. Кроме того, целую серию полезных советов и рекомендаций, связанных с заготовкой и хранением целебного сырья, а также приготовлением и использованием готовых лекарств.

Приведенные в книге рецепты собраны из различных отечественных и зарубежных источников. В основном они представляют опыт народной медицины разных народов. Большинство из них были проверены и использованы на практике в Красноярской государственной медицинской академии под руководством к. м. н. Э.А. Даниловой.

## **ПРОДУКТЫ, КОТОРЫЕ ВЫРАБАТЫВАЮТ ПЧЕЛЫ**

Человек в последние годы все больше и больше обращается к природе и ее бесценным кладовым, таким как лечебные травы, разные полезные естественные продукты (деревья, кустарники, минералы, смолы и т. д.), в том числе и продуктам пчеловодства: меду, прополису, маточному молочку, пыльце и т. д.



## Пчелиный мед, его свойства и лечебное действие

Стихотворение Б. Шахновского образно передает настроение терпеливого пчеловода,ждавшего своего праздника — главного взятка, к которому он готовился целый год:

Дремлет все,  
А пчелки с жаром  
Мчат в медовые дворцы,  
Нагруженные нектаром,  
В желтых туфельках...

Пчелиный мед — естественный продукт, неповторимый по своим качествам. Ему принадлежит ведущее место среди всех лечебных веществ, которые дарит нам природа. В нем есть все витамины, которые обновляют кровь, успокаивают нервы и дают новую жизнь.

Пчелиный мед — это сладкое ароматическое вещество, *вырабатываемое* пчелами из собираемого нектара цветков или другого сока живых растений, который они приносят в медовом зобике и откладывают в восковые ячейки для дальнейшего созревания.

Кроме того, чаще осенью, на листьях и других зеленых частях растений появляется сладкая жидкость, схожая по составу с соком растений (как правило, на листьях дуба, липы, деревьях хвойных пород и других растениях). Она известна под названием *пади*. Из пади пчелы вырабатывают падевый мед.

Пчелиный мед оказался одним из наиболее сложных биологических продуктов. В нем обнаружено более 70 необходимых для нашего организма компонентов. Поэтому мед для человека имеет гораздо большее значение, чем сахар любого происхождения или другие сладкие продукты питания.

Мед — продукт пчеловодства с богатым содержанием глюкоидов, которые делятся с химической точки зрения на глюкозы, глюкозиды, озаны.

Состав меда имеет следующее процентное содержание главных веществ: левулеза — 34—36 %, глюкоза — 30—32, сахароза — 1,8—2, мальтоза — 7—8, вода — 18—20, минеральные соли — 1,9—2 %.

Большое содержание углеводов в меде делает его очень важным энергетическим продуктом питания. Мед необходим всем: взрослым, при больших физических нагрузках, спортсменам, детям, особенно в период их роста, и людям в пожилом возрасте. Терапевтическая ценность объясняется следующими факторами: природой сахароз, наличием пыльцы и маточного молока в меде, а также воздействием антибиотика из тела пчелы. Мед и как продукт, и как целебное средство полезен всем без исключения, начиная от грудных детей до стариков. Включать в свое меню мед рекомендуется при всех острых

заболеваниях (дыхательных путей, сердечно-сосудистой системы), а также для подслащивания чая. Несколько большие дозы меда рекомендуются больным с сердечной недостаточностью. Известные кардиологи советуют больным сердечными заболеваниями применение медовых растворов в комплексе с инъектированием инсулина. Мед необходим людям, у которых с возрастом сердечная мышца стареет и снижает свою работоспособность.

### *Консистенция меда*

Свежий мед представляет собой вязкую прозрачную жидкость, которая со временем постепенно густеет, кристаллизуется и затвердевает. Если набрать ложкой мед и повернуть ею, то незрелый не удерживается и стекает с нее, выдержанный же мед наматывается как лента, а стекает неразрывающимися нитями. Чистый мед всегда бывает жидким, пока он запечатан в сотах и находится в улье при температуре не ниже +20—30 °С.

Мед, имеющий влажность выше 20 %, неестественно жидок. Такой мед получается при выкачивании его из незапечатанных сотов (незрелый мед). Более жидким бывает скисающий или фальсифицированный мед.

Густота меда также является важным признаком его высокого качества. Удельный вес хорошего меда колеблется от 1,420 до 1,440. 1 л меда весит 1,420 кг. При температуре —36 °С мед замерзает и его объем уменьшается на 10 %, а при нагревании расширяется: так, при 25 °С объем его увеличивается на 5 %.

Закристаллизовавшийся мед при температуре 35 °С или помещенный в сосуд с горячей водой при 50 °С постепенно плавится и превращается в жидкий. При этом нужно следить, чтобы температура меда не превышала 40 °С, так как при более высокой мед теряет свои целебные свойства.

### *Цвет*

В зависимости от красящих веществ, находящихся в нектаре (каротин, ксантофилл, флотофилоподобные вещества и др.), цвет меда бывает от прозрачного, как вода, светло-желтого, лимонно-желтого, золотисто-желтого, темно-желтого, коричнево-зеленого до черного. Преобладающим цветом цветочного меда является желтый, затем светло-коричневый и реже темно-коричневый, последний с зеленоватым оттенком характерен для падевого меда. Кипрейный мед почти белый, донниковый — желтый, гречишный — коричневый, а темно-красный — с гороха. Однако лишь цвет меда не может служить критерием для определения сорта, так как, например, падевый мед может иметь и желтый цвет (с широколистных деревьев).

## *Аромат*

Разные сорта пчелиного меда отличаются один от другого не только цветом, но и ароматом. Аромат определяется благодаря наличию в меде характерных летучих ароматических веществ. По аромату нередко можно определить происхождение меда и его качество. Некоторые же сорта меда (каштановый, рапсовый и др.) имеют очень слабый аромат, по которому невозможно определить его сорт.

У падевого меда и меда, полученного от пчел, которых подкармливали сахарным сиропом, не содержится органических летучих веществ и ароматов в отличие от цветочного меда.

Мед быстро и легко воспринимает запахи внешней среды, поэтому его нельзя хранить в таре из-под каких-либо продуктов, имевших специфический запах, а также вблизи продуктов с сильным запахом (рыба, сыры, соленья и др.).

## *Вкус*

Мед отличается от всех пищевых продуктов своим приятным вкусом, который зависит от вида растений, с которых он собирался. Сочетание аромата со сладостью и кислотностью, которая придается органическими кислотами, обеспечивает меду наряду со сладким вкусом и едва уловимый кисловатый охлаждающий привкус. Отдельные сорта меда — каштановый, табачный, ивовый и некоторые другие — наряду со сладким вкусом имеют еще и горечь, которая бывает иногда довольно резкой.

На сладость меда оказывает влияние как концентрация составных сахаров, так и их происхождение. Самым сладким на вкус бывает мед, в котором преобладает фруктоза. Мед же, полученный от пчел, которых подкармливали сахарным сиропом, фальсифицированным инвентированным сахаром, искусственной глюкозой, петмесом (сваренным до густой консистенции соком винограда, арбуза или других плодов), менее сладок, чем цветочный. При хранении меда в металлической таре он может приобрести металлический привкус. Мед, который начал портиться (киснуть), будет иметь неприятный кисловатый привкус.

Так что при знании вкусовых свойств меда можно без труда отличить качественный продукт от фальсифицированного.

## *Химический состав*

Химическими анализами пчелиного меда установлено, что он представляет собой сложную смесь различных компонентов. В нем имеются сахар (виноградный, плодовой и тростниковый), вода, декстрин, белковые вещества, небелковые азотистые вещества, фермен-

ты, органические кислоты, минеральные вещества, различные витамины ( $B_2$ ,  $B_6$ , Н, К, С, Е, РР) и пр.

Главной составной частью меда являются глюкоза и фруктоза. Количество этих основных веществ зависит от сорта меда. Кроме углеводов, в состав меда входит целый ряд ферментов, инвертаза, амилаза, диастаза, каталаза, гликогеназа и др. Ферменты — это особые органические вещества, даже малое количество которых существенно ускоряет обмен веществ в организме. Причем каждый фермент действует только на определенное вещество или группу веществ, имеющих сходный химический состав.

Известно, что инвертаза меда способствует превращению свекловичного и тростникового сахара (дисахариды) в глюкозу и фруктозу — простые углеводы. Диастаза меда превращает крахмал (сложный углевод) в более простые сахара — дисахариды.

Из минеральных веществ в состав меда входят соли кальция, магния, натрия, железа, серы, йода, хлора, фосфора и иногда радия. Нужно заметить, что количество многих минеральных веществ в меде почти такое же, как и в крови людей. Каждый из перечисленных элементов имеет важное значение для организма. Кальций, например, входит в состав костной ткани, а железо — в состав гемоглобина крови, необходимого для переноса кислорода к органам и тканям, магний — в состав ферментов и т.д.

Мед содержит и целый ряд микроэлементов: марганец, кремний, алюминий, бор, хром, медь, барий, никель, свинец, олово, цинк, осмий и др.

Микроэлементам, несмотря на их ничтожное количество, принадлежит исключительно важная роль для нормальной деятельности многих систем человеческого организма. Медь, например, необходима для нормального кроветворения, при ее же недостатке в пище интенсивно развивается малокровие. А для нормальной работы щитовидной железы требуется йод.

Кроме того, мед включает много органических кислот (яблочную, винную, лимонную, молочную, шавелевую) и целый ряд витаминов.

Роль витаминов в организме огромна — они нормализуют все обменные процессы, и при недостатке или отсутствии в пище того или иного витамина нарушается обмен веществ, что тут же сказывается на работе соответствующего органа. Например, витамин  $B_2$  необходим для нормального обмена белков, жиров и углеводов и способствует улучшению зрения. Недостаток витамина  $B_6$  вызывает мышечную слабость, повышает раздражительность. Витамин же Н стабилизирует жировой обмен, оберегая печень от избыточного отложения в ней жира. На улучшение и регулирование протекания разнообразных биохимических реакций в организме направлено дей-

ствие витамина С (аскорбиновая кислота). При его недостатке развивается цинга (скорбут).

Из перечисленного видно, какую важную роль играет мед, используемый человеком, даже только как продукт питания, не говоря уже о его лекарственных свойствах.

### *Хранение меда*

Пчелиный мед, пожалуй, как ни один другой продукт может сохраняться сколько угодно. При длительном хранении он постепенно густеет, мутнеет и кристаллизуется, но при этом не теряет своих целебных качеств. Кристаллизация или засахаривание меда свидетельствует о большом содержании в нем глюкозы (виноградного сахара) и хорошем его качестве, фруктоза же не кристаллизуется, и при значительном ее содержании в некоторых сортах меда он не густеет. Закристаллизовавшийся мед легко можно превратить в жидкий, поместив сосуд с ним в горячую воду с температурой не более 50 °С. Нельзя мед ставить на открытый огонь, так как при температуре 60 °С мед теряет все свои целебные свойства и превращается только в приятную сладкую жидкость.

Нередко при хранении меда обнаруживаются два слоя — внизу закристаллизованный, а сверху жидкий, следовательно, здесь мед незрелый или с высокой влажностью. Для длительного хранения такой мед не годится.

Мед весьма гигроскопичен и в условиях повышенной влажности может поглощать до 30 % влаги. Если же при этом окружающая температура будет выше 1 °С, то такой мед может закиснуть. Поэтому хранить незрелый мед нужно при температуре не выше 10 °С, в сухом проветриваемом помещении, где отсутствуют продукты, имеющие сильный запах: рыба, квашеная капуста и т.д.

Для хранения меда больше всего подходят стеклянная посуда, а также деревянные бочки из липы, осины, тополя. Дубовые бочки для этой цели непригодны. В них мед темнеет. Хранение меда в емкостях из железа, оцинкованной жести или алюминия недопустимо, так как это ведет к образованию ядовитых веществ.

### *Применение меда при различных заболеваниях*

Как и в прежние времена, так и теперь мед находит широкое применение при различных заболеваниях (каштановый мед хорошо лечит суставы; акациевый — активно регулирует обмен веществ и применяется в гинекологии; гречишный — повышает иммунитет, восстанавливает сердечно-сосудистую систему; липовый — помогает при простудах, гриппе; цветочный — улучшает пищеварение, укрепляет иммунную систему организма в целом). В первую очередь он явился одним из распространенных средств при лечении различных ран,

экзем и инфекций. Так, при наполнении ран чистым медом уже через сутки на раневой поверхности не обнаруживается микробов, а в дальнейшем рана интенсивно заживает, стимулируется рост грануляционной ткани, после чего она покрывается эпителием.

Исследованиями ученых-медиков в последнее время была установлена эффективность применения различных медовых мазей при следующих хирургических заболеваниях: трудно заживающие раны, трофические язвы, маститы, ожоги, фурункулы, некроз, гангрены и др.

Пчелиный мед оказывает благотворное действие на слизистую оболочку желудка. Не зря гласит старая пословица: «Мед — лучший друг желудка». Установлено, что употребление меда помогает процессам пищеварения. Клинические наблюдения показали, что даже один мед в зависимости от времени приема можно успешно использовать с лечебной целью как для больных с повышенной кислотностью, так и с пониженной.

Своим богатством различных элементов мед помогает правильному функционированию желудка и кишечника, проявляя обезболивающее действие, уменьшая при этом раздражение нервных окончаний слизистой оболочки. Это послужило основанием для лечения язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

В народной и научной медицине мед широко применяют при заболеваниях печени (химической лаборатории нашего организма). В практике имеется множество примеров положительного воздействия меда на больных, страдающих болезнями печени и желчного пузыря (гепатит, камни в желчном пузыре, воспаление желчных путей и др.).

Нередки сообщения в медицинской литературе о лечебном применении меда при заболеваниях почек. Эффективность меда при данных заболеваниях обусловлена отсутствием или совсем низким содержанием белков и солей, которые противопоказаны при этой группе заболеваний. При почечных заболеваниях нарушается нормальное выведение токсических веществ из организма. Пчелиный мед своим сложным составом — глюкозой, витаминами и т. д. — не только улучшает выделение мочи и токсинов, но и регулирует осмотическое давление в крови и тканях, нарушенное при острых нефритах. При заболеваниях почек необходимо употреблять мед как лечебное и профилактическое средство (около 100 г в сутки).

В практической медицине мед широко применяется при лечении целого ряда сердечных заболеваний. Известно, что при сердечной недостаточности возникают нарушения в венозном и артериальном кровообращении, в результате чего появляется задержка продуктов обмена, ядовитых для организма. Когда же появляются отклонения в окислительных процессах, у сердечников наступает явление депрес-

сии. Пчелиный же мед всеми своими компонентами нормализует нервную систему и выводит человека из этого состояния. Так, например, если усталому или истощенному человеку дать ложку меда, вскоре после этого приходит в норму его нервно-психическое состояние, исчезает чувство усталости.

Хороший лечебный эффект мед дает при таких сердечных заболеваниях, как миокардит, миокардиосклероз, сердечная астма, аритмия, гипертония и др.

Людам давно было известно, что мед оказывает благотворное действие на нервную систему, о чем говорят следующие примеры: еще в глубокой древности китайцы, индийцы, греки и римляне принимали мед как успокаивающее и снотворное средство.

Профессор Е. Цандер в свое время писал: «Нет более безвредного снотворного лекарства, чем стакан медовой воды, которая всю ночь действует успокаивающе и укрепляюще. Этому средству надо безусловно дать предпочтение перед раздражающими желудок порошками».

В последнее время клинические наблюдения позволили констатировать благоприятное успокаивающее действие меда при некоторых заболеваниях нервной системы, например, неврастении. Успокаивающее действие меда используется и при лечении бессонницы. стакан воды с 1 ст. л. меда на ночь оказывает успокаивающее действие, вызывает крепкий сон. При этом давно известно, что нет более безвредного снотворного, чем пчелиный мед.

Мед, принимая активное участие в процессах обмена организма, оказывает укрепляющее действие на нервную систему, в результате чего сон становится спокойным, понижается раздражительность, улучшается зрение, появляется чувство бодрости, повышается работоспособность.

Имеются сообщения как советских, так и зарубежных медиков об успешном лечении медом сахарной болезни, анемии, заболеваний глаз, гинекологических заболеваний, заболеваний верхних дыхательных путей и легких, аллергических заболеваний и многих других.

## **Пчелиный яд, его состав и лечебное действие**

А вот еще литературное описание, посвященное пчелиной жизни:

В поисках нектара пчела летала целыми днями. Уставала. А когда накапливалось много меда, у ее жилища появлялся человек. Он забирал у нее собранные с таким трудом запасы. И хотя оставшегося меда вполне хватало пчеле, чтобы прокормить семью, она все равно была недовольна. И день ото дня все больше и больше. И решила

пчела пожаловаться всемогущему Зевсу. Взяла сладкие соты и полетела на Олимп. Зевс остался доволен подарком и пообещал выполнить все, что она пожелает. Тогда пчела обрадовалась и сказала: «О, творец всего живущего! Кто кроме тебя достоин вкушать сладость меда?! Даруй мне беспощадное жало, чтобы я могла разделаться с каждым, если он приблизится к моему богатству». Зевс ответил: «Будет по-твоему. Ты сможешь ужалить того, кто подойдет к твоим сотам, но, насытившись мстью, потеряешь ненужное жало и в тот же момент погибнешь — злоба не может родить ничего, кроме зла и несчастья».

Легенда есть легенда. Но человек, заметив эту способность пчел жалить, очень скоро обратил внимание на то, что после ужаления у него наступало быстрое облегчение при наличии некоторых болезней, и путем проб и ошибок стал использовать жало пчелы при лечении таких коварных заболеваний, как радикулит, подагра, и других недугах.

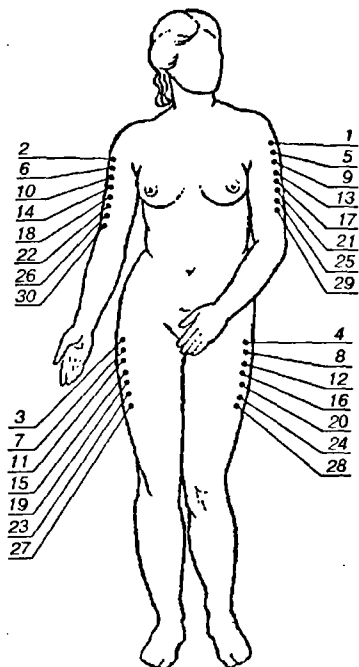
Для собственной защиты и защиты гнезда от многочисленных врагов на кончике брюшка пчелы находится специальный оборонительный аппарат. Он состоит из железы для выработки яда, пузырька для сбора его и жала для введения яда в тело неприятеля. Благодаря сокращению сильных мышц, соединенных с жалом, яд впрыскивается в ранку. При ужалении людей или животных жало не может выйти из-за имеющихся на нем маленьких зазубринок. Поэтому жало отрывается от пчелы, после чего она погибает. Оторванное от пчелы жало продолжает самостоятельно углубляться в кожу, выделяя весь яд в рану. Ужаление вызывает первоначально покраснение, а затем отек, сохраняющийся до 2—3 суток.

Пчелиный яд нашел широкое применение в медицине, особенно в последнее время. Введение его с лечебной целью в организм человека производится разными способами: непосредственно пчелиным ужалением, впрыскиванием, втиранием; приемом внутрь при помощи аэрозольных и паровых ингаляций, а также электрофорезом и ультразвуком. Наиболее эффективным из всех перечисленных методов является введение яда в организм путем пчелоужалений.

Для ужаления пчелу берут двумя пальцами или специальным пинцетом за спину и брюшко и прикладывают ее к необходимому месту, как показано на рисунке. Жало извлекают через час. Во время лечения необходимо раз в неделю делать анализ крови и мочи. Желательно во время лечения принимать внутрь мед ежедневно по 70—100 г. При повышенной чувствительности организма к яду лечение им проводить противопоказано.

Известный апитерапевт Н.П. Иойриш рекомендует следующую схему лечения: в первый день — одно ужаление, во второй — два,





*Лечение пчелиными укусами  
(цифры указывают дни лечения)*

в третий — три и т.д. до 10 дней. Затем делается трехдневный перерыв, после чего лечение продолжается ежедневным приложением по три пчелы до тех пор, пока больной не получит 180—200 укушений. Под наблюдением врача, например в санаториях, длительность лечения можно сократить, увеличивая число укушений на каждую процедуру: в первый день — 2 укушения, во второй — 4, в третий — 6, в четвертый — 8, с пятого же по 24-й день по 9 укушений ежедневно. Если же больной плохо переносит большую дозу, то нужно ограничиться пятью в день.

Применение пчелиного яда в лечебных целях в народной медицине, как в России, так и во многих странах от Востока до Запада, было основано на случайных простых опытах и наблюдениях. Например, было замечено, что многие долгожители

занимались пчеловодством, редко болели подагрой, ревматизмом и другими заболеваниями.

Позднее было установлено, что пчелиный яд опасен как для человека, так и для других живых существ, при получении его в больших дозах он вызывает двигательный паралич и нарушение работы сердца.

Длительные исследования показали, что, несмотря на то, что яд может вызвать тяжелые последствия, вплоть до летального исхода, в умеренных дозах он является эффективным средством для лечения ряда трудноизлечимых болезней по сравнению с другими методами.

Лечение пчелиным ядом может проводиться в чистом виде, как описано выше по разработанной схеме Н.П. Иойриша, или в комплексе с другими медикаментами, но обязательно под наблюдением опытного врача.

Пчелиный яд обычно хорошо переносится от одного до пяти и даже 10 укушений одновременно, такая доза у здорового взрослого человека чаще всего вызывает лишь местную реакцию в виде покрас-

нения, припухлости и ощущения жжения. А уже 200—300 ужалений одновременно вызывают тяжелую интоксикацию организма из-за острого нарушения работы сердечно-сосудистой системы.

Особенно чувствительны к пчелиному яду дети, люди преклонного возраста, женщины, а также лица, чувствительные к аллергическим заболеваниям. Поэтому для людей, имеющих повышенную реакцию на пчелиный яд, лечение им недопустимо.

При таких заболеваниях периферической нервной системы, как неврологии, миозиты, полиневриты и другие, а также при ревматизме, ревматоидных артритах наиболее эффективно лечение пчелиным ядом в сочетании с маточным молочком. При этом варианте лечебный эффект значительно усиливается и существенно повышаются защитные силы организма больного.

Другие способы ядолечения в данной работе не приводятся, так как для них нужно иметь специальное оборудование или дозированный препарат.

## **Маточное молочко и его лечебные свойства**

Яйцо будущей матки пчелиной семьи закладывается в необычную восковую ячейку, по форме напоминающую желудь и называемую пчеловодами *маточником*. В этот маточник пчелы-кормилицы усиленно вносят особую пищу — маточное молочко, в котором личинка буквально плавает.

Маточное молочко вырабатывается в особых железах у молодых пчел. Оно представляет собой вначале густую беловато-прозрачную желеобразную массу, а позже приобретает матово-желтоватый оттенок. Маточное молочко обладает специфическим запахом и кисловатым вкусом.

Состав молочка сложен, но преобладают белки и витамины. В нем обнаружены все основные вещества, необходимые для роста и существования живого организма: белки, жиры, углеводы, витамины, аминокислоты, ферменты, жирные кислоты и гормоноподобные вещества. Этот состав делает его высококачественным питательным и биологически активным продуктом. Перечисленные особенности маточного молочка обеспечивают необыкновенно быстрый обмен веществ. За 5—6 дней маточная личинка увеличивает свой вес в 3000 раз, в то время как личинка рабочей пчелы всего в 1500 раз. Матка развивается за 16 дней, а пчелы-работницы за 21 день. Полученное маточное молочко под действием света в комнатных условиях быстро разлагается и теряет свои свойства. Лучше всего его хранить в холодильнике при температуре около 0 °С.

## *Лечебное применение маточного молочка*

Маточное молочко является самым высокопитательным продуктом с высоким содержанием протеинов и витаминов. При употреблении маточного молочка оно благоприятно действует на работу костного мозга и способствует улучшению состава крови по многим показателям.

Согласно исследованиям, проведенным в лечебной практике, оптимальная доза маточного молочка составляет от 5 до 10 мг. Благодаря своему составу маточное молочко оказывает положительный эффект при лечении неврастении, анемий, ревматизма, бронхитов, выпадении волос и др. Кроме того, оно оказывает тонизирующее, антимикробное, противорадиационное, иммуногенное действие, а также как средство, стимулирующее обмен веществ, устраняющее вялость и повышающее жизненный тонус организма. Также маточное молочко может успешно применяться при детской гипотрофии — заболевании, характеризующемся глубокими отклонениями в питании и развитии, истощением, старческим видом, плохим сном и отсутствием аппетита.

При лечении детей маточным молочком быстро нормализуется состав крови и активизируются все процессы жизнедеятельности.

Оно находит применение и при некоторых заболеваниях сердечно-сосудистой системы, нормализует тонус кровеносных сосудов, особенно у больных с гипотоническим состоянием. Кроме того, высокое кровяное давление тоже приходит в норму.

По мнению ученых-медиков, из всех природных биологических стимуляторов молочко является самым эффективным. Оно обладает трофическим, тонизирующим и антиспазматическим действием, улучшает зрение, память, аппетит у старых людей. Маточное молочко способно регулировать функцию желез внутренней секреции. Наблюдается заметное усиление половой функции у людей после употребления этого целебного вещества; весьма полезно оно при лечении больных, истощенных продолжительными болезнями.

### *Дозировка и способы применения маточного молочка*

Пчелиное маточное молочко является отличным биостимулятором, т. е. средством, укрепляющим иммунитет, обеспечивающим оздоровляющий эффект для всего организма. Оно как никакое другое средство обладает бактерицидными свойствами и эффективно против кишечных инфекций, приостанавливает развитие стрептококков, стафилококков. Маточное молочко успешно помогает женщинам преодолеть климактерические нарушения, а мужчинам бороться с импотенцией.

Употребляется маточное молочко один раз в день, утром за 30 мин до еды. Нужно взять каплю размером со спичечную головку, поло-

жить ее под язык и оставить там для самопроизвольного всасывания через слизистую рта в кровь. Это способ более эффективен по сравнению с приемом внутрь.

Наиболее доступным и надежным способом применения маточного молочка является употребление его сразу же после отбора из маточников. Преимущество данного способа заключается в том, что изъятое молочко находится в натуральном виде, без каких-либо изменений в его биологическом составе и лечебных свойствах. Недостатком данного способа является неточная дозировка.

Не менее эффективной формой применения маточного молочка является смесь молочка с пчелиным медом (1 г молочка в 100 г меда), смеси берут в день 1/2 ч. л. под язык. Один курс лечения — от 1 до 5 г маточного молочка.

В практике существуют и другие способы применения данного лекарства, но при этом обязательны клинические условия.

Как профилактическое средство маточное молочко применяют по одной капсуле за 30 мин до еды в течение 2—3 недель по 2—3 капсулы в день.

Желательно капсулы с молочком положить под язык, когда просыпаетесь, не вставая с постели принять маточное молочко, лежа на правом боку. Необходимо лежать, чтобы не проглотить капсулу, так как в желудке маточное молочко теряет свою активность, подвергаясь воздействию желудочного сока.

Хранить в сухом, темном, прохладном месте при температуре не выше 14 °С или в холодильнике до 2 лет. При повышенной чувствительности к пчелиному маточному молочку необходима консультация врача.

Клинические наблюдения показали хороший терапевтический эффект, особенно при лечении больных маточным молочком, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Аналогичное наблюдение было проведено при назначении маточного молочка (10—20 мг 2 раза в день) больным с артритом конечностей, и опять было выявлено его положительное действие.

## **Пчелиный воск и его применение в медицине**

Воск образуется у пчел в специальных железах, которые так и называются *восковыми*. Пчеловод получает его из восковых сотов после откачки меда. Соты перетапливаются в кипящей воде, и воск всплывает на поверхность. После охлаждения его вновь расплавляют на водяной бане и разливают в формы. В таком виде он становится пригодным для использования.

Пчелиный воск применялся в медицине издавна, и в настоящее время он не утратил своего значения. Многие пластыри, мази и кремы

приготавливают на основе пчелиного воска. В качестве лекарственного средства воск применяется при лечении туберкулеза кожи, являясь составной частью мази, приготавливаемой из пчелиного воска и сливочного масла. Он является главным компонентом при изготовлении питательных, вяжущих, отбеливающих кремов и масок для лица.

Кроме того, как у нас, так и за рубежом выпускаются специальные витаминизированные медово-восковые конфеты. Их применение усиливает образование слюны, желудочного сока, благотворно влияет на кровообращение, обмен веществ и мышечную работоспособность. А воск при этом механически очищает зубы от налетов и укрепляет десны.

### *Лечебные свойства сотового меда*

Медовые соты — прекрасное средство лечения целого ряда заболеваний дыхательной системы. Целебным свойством при этом обладает воск, из которого полностью откачали мед. Жевание медовых сотов оказывает благотворное влияние на слизистую дыхательного тракта. Одновременное ежедневное потребление меда также входит в курс лечения. Лучше жевать сотовый мед, но, если по какой-либо причине его невозможно достать, положительные результаты могут быть также получены при потреблении меда после каждой еды по 1 ст. л. на десерт.

Народная медицина использует сотовый мед как нейтральное средство, которое, как свидетельствуют результаты его применения, оказывает антиаллергическое действие.

Наблюдения показали, что заболевания дыхательного тракта связаны с определенными нарушениями обменных процессов организма, недостаточностью некоторых питательных веществ. Использование сотового меда при этих заболеваниях оказывает эффективное действие на слизистую оболочку дыхательного тракта благодаря присутствию в нем веществ, обладающих целебными свойствами, оказывающими терапевтическое действие на органы дыхания.

Как показал опыт народной медицины, жевание медовых сотов вызывает иммунитет к заболеваниям дыхательного тракта, который сохраняется в течение четырех лет. Кроме того, наблюдения показали, что люди, потреблявшие сотовый мед до шестнадцатилетнего возраста, редко простужаются, у них редко бывает сенная лихорадка или другие заболевания полости носа.

В период медосбора, когда на пасеках качают мед, можно запастись на целый год смесью воска с медом. Для этого лучше всего подходит то, что пчеловоды называют *забрусом* (восковые крышечки медовых сотов, которые срезают перед откачкой меда). Если крышечки окажутся очень твердыми, добавляют к ним немножечко меда, чтобы жевать их было легче.

Вот лишь некоторые интересные случаи из врачебной практики, которые показывают эффективность такого метода лечения.

*Мать привела восьмилетнего мальчика к врачу, чтобы он помог вылечить его от насморка, который не поддавался никакому лечению. У него сильно лило из носа, и он вынужден был без конца сморкаться.*

*У этого мальчика удалили в трехлетнем возрасте миндалины и аденоиды. По внешним признакам у него была сенная лихорадка. Ребенок дышал ртом, так как нос у него распух. После обследования врач дал пожевать ему медовые соты (крышечки). Примерно через 5 мин, пока выписывали ему рецепт и заполняли карточку, мальчик вдруг сказал: «У меня нос уже не заложен, я могу им дышать!» При повторном обследовании через неделю у него никаких прежних симптомов не было, он свободно дышал носом.*

*В другом случае женщине дали пожевать забрус, так как у нее был распухший, очень сильно заложенный нос, она не могла дышать нормально. Уже через 5 мин после этого она свободно дышала: в течение двух недель после этого никаких рецидивов не наблюдалось. Этот способ был проверен и на других пациентах с сильным насморком и другими заболеваниями дыхательного тракта, результат неизменно был положительным.*

Если вы соевый мед с детства не употребляли, то вы можете в любое время и в зрелом возрасте все же начать его кушать. И польза от этого будет огромная, особенно для нормализации функции слизистой оболочки дыхательной системы.

## Прополис и медицина

Прополис (пчелиный клей) — смолистое вещество, которое собирают пчелы с растений разных видов и используют для заделки щелей в улье, полировки ячеек сотов. Он бывает, как правило, темно-зеленого цвета и горьким на вкус. Если взять в рот кусочек качественного прополиса, то он должен вызвать жжение. Заготавливают прополис пчеловоды летом, соскабливая его с рамок и холстиков.

Это вещество обладает исключительно сильным бактерицидным и дезинфицирующим свойствами. Поэтому с глубокой древности люди использовали его в народной медицине для лечения ран, язв, мозолей. Так, 10%-ная прополисная мазь показала высокую эффективность при лечении не только различных ран и язв, но и при ожогах, обморожениях, абсцессах, долго не заживающих язвах. Под воздействием прополисной мази раны очищаются от гноя и быстрее заживают. Она эффективна при лечении трещин грудных сосков у кормящих женщин.

В настоящее время уже во многих странах из прополиса изготавливают специальные препараты и назначают их при лечении больным.

Отечественный препарат прополсол (прополан или прополанос) — аэрозоль, применяемая при ожогах всех степеней. Вайва — тоже аэрозоль, но употребляемая для дезинфекции полости рта.

Для наружного применения используют мазь из нативного прополиса, 10—20%-ные прополисные мази, прополизад, эфирный экстракт прополиса; для внутреннего применения — прополисное молоко, водно-спиртовую эмульсию, экстракт прополиса на оливковом масле, прополисное сливочное масло, спиртовый экстракт прополиса и др. Способы их приготовления приведены ниже.

Прополисные препараты применяют при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, заболеваний уха, горла и носа; в комплексном лечении туберкулеза легких и бронхитов; при остром, хроническом колитах; в гинекологии; дерматологии и целом ряде других заболеваний.

Рецепты приготовления лечебных препаратов с прополисом приводятся в сборнике, они просты и все их можно приготовить в домашних условиях.

## **Перга (пчелиный хлеб) и ее использование в медицине**

Проследим с вами еще раз за полетом пчелки вместе с автором стихотворения В. Ленским:

Мальвы лиловые, белые, красные  
Тесно стоят у плетня,  
Ярко пестреют цветы их атласные  
В белом сиянии дня...

Низко лопух свои листья широкие  
В пыльной траве развернул,  
Нежно горошек на стебли высокие  
Усиком тонким прильнул...

Пчелы кружат над цветами душистыми,  
Роятся в их глубине  
И выползают из них золотистыми,  
В пыльце горя, как в огне.

Лечебным эффектом обладают также перга и цветочная пыльца. Пыльца — это мужские половые клетки цветочных растений. При посещении цветков к мохнатому телу пчелы прилипает бесчисленное множество пыльцевых зерен. Чтобы не растерять добычу и удобнее было ее нести, крылатые труженицы здесь же, в цветке или в воздухе во время полета, вычесывают пыльцу специальными щеточками ног и складывают в специальные корзиночки в виде комочков. А чтобы

комочки не рассыпались, они склеивают их веществом, вырабатываемым слюнными железами, и нектаром. Так получается перга. Вернувшись в улей, они складывают добычу в ячейки и улетают опять. Молодые же пчелы размельчают комочки, обогащают их медом, складывают в ячейки и утрамбовывают. Свежесложенная перга по консистенции и запаху напоминает теплый ржаной хлеб.

Перга у пчел идет в основном для приготовления корма личинкам и питания пчел, ухаживающих за расплодом и строящих соты. Потребляя пергу, пчелы-кормилицы вырабатывают глоточными железами маточное молочко, которым кормят молодых личинок и матку.

Комплекс питательных веществ, витаминов и различных микроэлементов в перге навел медиков на мысль испытать ее в лечебных целях.

Было установлено, что при употреблении 1—2 ст. л. перги в чистом виде или смеси ее с медом очень быстро увеличивается в крови детей, страдающих анемией, количество эритроцитов и гемоглобина. Прием перги у больных, выздоравливающих после тяжелых инфекционных заболеваний, способствует быстрому восстановлению аппетита и веса.

Пыльца и перга являются мощными адаптогенами; кроме того, в них содержится большое количество питательных веществ, витаминов и микроэлементов, благотворно влияющих на выздоровительный процесс. Пыльца и перга стимулируют работу иммунной системы и оказывают противовоспалительное действие.

Как в период лечения, так и с профилактической целью пергу принимают внутрь по 1 ч. л. 2 раза в день утром и в обед за 30 мин до еды в течение 1—1,5 мес.

### *Условия хранения*

Перга в чистом виде быстро портится. При повышенной влажности она плесневеет. Такая перга к применению непригодна. Хранить ее легче и надежнее не в чистом виде, а в смеси с медом в соотношении 1:1 или 1:2 в стеклянной герметично закрытой посуде, в темном прохладном месте.



# СРЕДСТВА ЛЕЧЕНИЯ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА

.....

Не случайно медоносную пчелу в народе называют крылатым фармацевтом, а пасеку природной лечебницей. С давних времен люди широко применяют целебные пчелиные продукты как для питания, так и лечебно-профилактических целей.

На Руси наши предки успешно врачевали медом раны и язвы, употребляли его внутрь от туберкулеза, от многих простудных и кишечных заболеваний. В настоящее время в медицине широко применяются различные продукты деятельности пчел при лечении заболеваний печени, почек, желудка, кишечника, дыхательных путей, сердечно-сосудистой и нервной системы и даже глаз.

Широко используются такие продукты пчел, как мед, пыльца и прополис, для лечения в домашних условиях, особенно при простудных заболеваниях, заболеваниях органов дыхания и дыхательных путей.

## Средства лечения при заболеваниях органов дыхания

### *При ангине*

- ❖ При першении в горле пожуйте два листика каланхоэ, которые должны быть перистыми и не иметь деток. После этого съешьте 1—2 ч. л. меда. После приема меда пить ничего нельзя.
- ❖ Хорошо помогает при лечении ангины на любой стадии жевание прополиса. За день необходимо сжевать 5—7 г. Прополис должен быть только высокого качества. Через 2—3 дня наступает заметное улучшение.
- ❖ Заварите 2 ст. л. цветков алтея, 2 ст. л. мать-и-мачехи, 1 ст. л. душицы в 1 л кипятка. Принимайте с медом (1 ст. л. на 1 стакан состава) по 1 стакану 3 раза в день до наступления улучшения.

- ❖ Полоскание рта и горла водным раствором меда снимает воспаление миндалин, кроме того, очищает зубы, делая их белыми.
- ❖ Заварить 1 ст. л. высушенных цветов ромашки обыкновенной в стакане кипятка, остудить, процедить, добавить 1 ч. л. меда. Применять для полоскания рта и горла.
- ❖ Самым эффективным средством при ангине любой стадии является жевание прополиса (на ночь — за щеку). Быстро помогает только прополис высокого качества, он должен вызывать во рту жжение и небольшое онемение языка.
- ❖ Обычный чай может быть хорошим средством лечения ангины, если пить его с медом и одновременно с раздавленными в чашке тремя ломтиками лимона. Чай должен быть очень горячим.

### *При остром и хроническом бронхите*

- ❖ Большой пучок калины красной без ягод, ветки с листочками измельчить и положить в трехлитровый баллон, туда же влить 1 л водки, разведенной пополам с медом. Затем добавить 50 г имбиря, размешать все и настоять 1,5—2 ч, а потом залить настоем хорошо подавленные ягоды калины, заполнив ими половину трехлитрового баллона, и поставить в теплое место на 7—10 дней. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения — до наступления улучшения.
- ❖ Применяется следующий сбор: мать-и-мачеха (листья, цветы) — 1 часть (1 ст. л.), ромашка аптечная (цветы) — 1 часть, медуница, или легочница, — 2 части, душица (травя) — 1/2 части. Все смешать, измельчить, 2 ст. л. смеси залить кипятком — 300 мл, накрыть фарфоровой тарелкой и укутать на полчаса для получения настоя. Процедить, теплое питье принимать по 150 мл за один раз. За сутки нужно принять не менее пяти порций по 150 мл до еды и на ночь с медом или вареньем.
- ❖ 200 г алоэ (пропустить через мясорубку), 200 г меда, 100 г прополиса, 100 г березовых почек, 100 г одоколлона тройного смешать, залить 0,5 л водки и настоять 10—12 дней. Принимать по следующей схеме: по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды — 10 дней, затем недельный перерыв. Потом по 1 дес. л. 10 дней — недельный перерыв. И затем пить по 1 ст. л. 10 дней. Курс лечения предусматривает 1 л настоя.
- ❖ Взять кориандр посевной, или кинзу (плоды), — 30 г, омелу белую (ветки) — 4 г, хризантему желтую, или златоцвет (цветы), — 200 г, астру татарскую (корень) — 6 г. Сухую смесь тщательно

размельчить, перемешать, залить 800 мл кипятка и добавить на кончике ножа имбирь. Настоять, укутав, и пить теплым по 100 мл каждый час и последнюю порцию на ночь. Отвар надо принимать с медом, халвой, засахаренными фруктами.

- ❖ Для лечения бронхитов применяется лекарство, приготовленное из коры тутового дерева. Препарат готовят следующим образом: отделить кору с корней тутового дерева, смазать ее медом, обжарить с двух сторон до желтизны и мелко нарезать, затем 50 г этого сырья залить 500 мл воды и выварить наполовину. Дозировка экстракта: детям в возрасте до года — 5 г, 1—2 лет — 10 г, 2—3 лет — 15 г, 3—4 лет — 20 г, старше 5 лет — 30 г. Действие лекарства проявляется через 1—2 дня, а через 5—7 дней у больного полностью снимаются симптомы болезни.
- ❖ Взять 400 г цветочного меда и 0,5 л свежего пива, слить в эмалированную кастрюлю и тщательно размешать. Затем довести до кипения, но не кипятить. После чего разлить в темные бутылки, завернуть в плотную ткань и поставить в темное теплое место на 5 суток. Принимать готовый настой по 100 г 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — до наступления улучшения.
- ❖ Почки сосны — 25 г, девясил — 25 г, багульник — 20 г, чабрец — 15 г, донник — 15 г, солодку голую — 10 г подсушить при температуре 40 °С, растереть в порошок и смешать с 500 мл жидкого меда, затем добавить 500 мл 20%-ной спиртовой настойки березовых почек, смешать, выдержать в холодильнике 7 дней. Затем отфильтровать от осадка и принимать по 2 ст. л. смеси 3—4 раза в день, предварительно растворив в 150 мл горячей кипяченой воды. Употреблять раствор, осадок выбрасывать. Курс лечения — 2 мес. Его можно повторить после перерыва в 1 мес.
- ❖ В эмалированную кастрюлю налить стакан молока и положить 1 ст. л. мелко накрошенного исландского мха. Смесь вскипятить, накрыть фарфоровой тарелкой. Процедить, мох выбросить. Затем снова подогреть, отвар пить как можно более горячим только на ночь, перед сном и после приема необходимо находиться в постели. Следить за тем, чтобы не было сквозняков. Исландский мох можно заменить шалфеем, но это менее эффективно. Кто не любит молоко, может пить водный настой исландского мха как обыкновенный чай с добавлением меда.
- ❖ 500 г кашицы лука, 50 г меда, 300 г сахара и варить в 1 л воды на слабом огне 3 ч. Приготовленный раствор хранить в плотно закрытой емкости в холодильнике. Принимать в теплом виде по 1 ст. л. 4 раза в день за час до еды.

- ❖ 300 г меда смешать с 50 мл кипятка, добавить измельченный лист золотого уса и варить на слабом огне 1 ч. Затем смесь охладить и хранить в холодильнике. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 40—60 мин до еды.

### *При пневмонии*

- ❖ Прекрасным лекарством при тяжелых пневмониях (особенно у ослабленных малокровием больных), как неудивительно, является жидкая овсяная молочная каша (геркулес) с добавлением меда.
- ❖ 1 ст. л. травы буквицы заварить 1 л кипятка, настоять 50 мин, процедить и подсластить медом по вкусу. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды в течение 3 недель.
- ❖ 4 ст. л. очищенного овса варить в 1 л воды, пока зерна не разварятся. Затем охладить, процедить, добавить мед по вкусу. Пить по 2 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды при пневмонии и плеврите. Курс лечения — 8—10 недель.
- ❖ Залить 250 г измельченного на мелкой терке лука репчатого 0,6 л белого сухого вина, затем добавить 100 г меда светлых сортов, настоять 7—10 дней в темном месте, периодически встряхивая содержимое, процедить, отжать и принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день за 30 мин до еды при экссудативном плеврите. Хранить в холодильнике. Курс лечения — до наступления устойчивого улучшения.
- ❖ Взять 2 ст. л. листьев золотого уса, по 1 ст. л. травы душицы обыкновенной, плодов малины, меда, листьев земляники садовой. Отмерить 4 ст. л. измельченной смеси и залить 3 стаканами кипятка. Настаивать 3 ч, отжать, процедить. Пить в теплом виде по 50 мл 3—4 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — до полного выздоровления.
- ❖ 1 стакан меда, 1 ст. л. сливочного масла, по 2 ст. л. тертого корня хрена и кашицы чеснока, 2 ст. л. сока золотого уса тщательно смешать, принимать по 1 ст. л. за 40—60 мин до еды. Курс лечения — 1,5—2 мес. или до полного выздоровления.
- ❖ 100 г липового меда, сливочного масла, свиного нутряного сала, 3 листа золотого уса (кашицы), 2 ст. л. порошка какао тщательно смешать. Смесь настоять сутки в темном прохладном месте. Пить по 1 ст. л., растворяя в стакане горячего молока утром и вечером за 30 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели. Хранить в холодильнике в плотно закрытой посуде.

## *При бронхиальной астме*

- ❖ Приготовить по 250 г меда, топленого коровьего масла. Разогреть их на малом огне, покрошить туда прополис размером с грецкий орех. Все время мешать. Как прополис расплавится — лекарство готово. Пить по 1 дес. л. 3 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ Взять 50 г розовых лепестков, добавить 300 г натертой тыквы, 3 измельченных листа подорожника, 2 ст. л. меда и 0,5 л красного сухого вина. Все компоненты перемешать, довести до кипения, но не кипятить. Настоять сутки, процедить и пить по 1 ст. л. 4—5 раз в день за 30 мин до еды. Улучшение наступает через 10—15 дней.
- ❖ 0,5 кг меда тщательно перемешать с 250 г молотого кофе. Полученную смесь принимать за 15—20 мин до еды по 1 ч. л. Приготовленная смесь рассчитана на 15—20 дней лечения. При улучшении состояния курс лечения через неделю повторить.
- ❖ Тщательно смешать 0,5 кг меда, 100 г сливочного масла, по 70 г кашицы хрена и 60 г чеснока. Принимать по 1 ст. л. за час до еды. Курс лечения — 6—8 недель или по рекомендации врача.
- ❖ Подорожник лесной — 1 ст. л., сосновые почки (собирать зимой) — 1 ч. л. залить 1,5 стаканами кипятка, настоять 3 ч и пить по 1/2 стакана за 20—30 мин до еды. Курс лечения — 5—6 недель, при заметном улучшении лечение желательно повторить через 4 недели.
- ❖ Корень девясила — 1 ч. л., залить стаканом кипятка, настоять 5 ч в термосе. Пить по 1 ст. л. за 20 мин до еды и за час до выхода на улицу. На ночь пить с медом. Курс лечения — месяц, при заметном улучшении повторить через месяц.
- ❖ Срезать листья алоэ древовидного в возрасте 4—5 лет, выдержать в холодильнике 2 недели, промыть, измельчить и залить кипяченой водой в соотношении 1:3, настоять 1,5 ч и отжать сок. Полстакана полученного сока смешать с 500 г измельченных грецких орехов и 300 г меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — месяц.
- ❖ 500 г меда, сок 5 лимонов и 5 натертых головок чеснока тщательно смешать. Оставить на неделю в закрытой литровой банке. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 1,5—2 мес. или по рекомендации врача.
- ❖ Приготовить сыворотку из 3 л молока, разделить ее на две части и добавить в первую 1 стакан меда, а во вторую — 100 г измель-

ченных корней девясила высокого. Принимать по 50 мл каждой смеси одну за другой 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 1,5—2 мес.

- ❖ Приготовить кашницу от 3 лимонов с кожурой, но без семян, смолоть в порошок ядра 20 грецких орехов, 300 г сока алоэ древовидного, 50 г несоленого сливочного масла, 50 г меда, 200 г «Кагора», все тщательно перемешать. Хранить в холодильнике. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 1,5—2 мес.
- ❖ Взять 100 г свежих плодов можжевельника обыкновенного и смешать с 50 г сливочного масла и 150 г меда, затем варить на кипящей водяной бане час, постоянно помешивая содержимое, процедить в горячем виде. Полученную смесь хранить в холодильнике в течение дня. При одышке слизывать по 1 ст. л. этой смеси утром и вечером за 30 мин до еды.
- ❖ Кладут под язык 20—30 мг маточного молочка 2—3 раза в день. Курс лечения — 3—4 недели. Перед приемом препарата рекомендуется выпить 0,5 стакана боржоми или другой щелочной воды. Высокая биологическая активность маточного молочка обеспечивается наличием в нем гормонов, витаминов группы В, незаменимых аминокислот, которые человек получает только с пищей, а также веществ, стимулирующих парасимпатическую и симпатическую нервную систему.
- ❖ Приготовить 20%-ную спиртовую настойку прополиса и принимать по 1 ст. л. воды, в которую добавлять 8 капель настойки прополиса 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 6—8 недель.
- ❖ Из маточного молочка фармацевтическая промышленность изготавливает препарат «Апилак» в таблетках и свечах. Однако наилучший эффект получен при приеме непосредственно молочка. При лечении маточным молочком бронхиальной астмы назначают его внутрь по 200 мг в день или в смеси с медом в соотношении 1:50.

*При лечении воспалительных заболеваний носоглотки,  
ротоглотки, гортани и трахеи*

- ❖ Больному, лежащему на спине, стеклянной палочкой поочередно в каждый носовой проход вводят натуральный мед объемом с фасолину. От температуры тела мед тает, стекает по слизистой в глотку и гортань, всасывается. После такой процедуры больной

должен находиться в помещении не менее 2 ч. Это очень хорошая, хотя и не очень приятная, процедура при остром и хроническом рините и синусите. Курс лечения — 15—20 дней.

- ❖ Употребление меда внутрь: а) суточная доза меда в чистом виде для взрослых составляет 100—140 г, для детей — 30—50 г; б) 100 г меда с добавлением сока одного лимона; в) сироп из меда и сока хрена в соотношении 1:1. Мед в чистом виде в сочетании с другими продуктами питания принимают 3—4 раза в день на протяжении всего периода лечения при различных формах ринита и синусита.
- ❖ Способ приготовления смеси сока алоэ с медом: срезанные нижние листья алоэ хорошо промыть водой и нарезать мелкими кусочками, потом отжать сок. Мед разбавить соком алоэ из расчета 1:5. Свежую смесь принимать внутрь по 1 ч. л. до еды 3 раза в день на протяжении 1—2 мес.
- ❖ При воспалении верхних дыхательных путей приготовить чай из цветов алтея с медом: 1 ч. л. алтея на стакан кипятка. Принимать по 1 ст. л. несколько раз в день.
- ❖ При разных заболеваниях верхних дыхательных путей приготовить сироп из меда и еловых почек с добавлением прополиса. Изготовленное из натуральных продуктов в домашних условиях лекарство очень эффективно. Собрать еловые или пихтовые почки, когда они отросли на 3—4 см (в апреле—мае), взвесить и промыть в холодной воде, мелко нарезать. На 1 кг почек добавить 3—4 л воды, кипятить в эмалированной посуде 10—15 мин. После варки процедить сквозь кухонное сито и дать отстояться. Затем пропустить через марлю, вновь дать отстояться и второй раз процедить через марлю. Из полученного таким образом отвара из еловых почек приготовить сироп следующим образом: на 1 кг отвара еловых почек добавить 1 кг меда (желательно липового или разнотравья) и 10 г мягкой вытяжки прополиса (концентрация спиртовой вытяжки прополиса 30 %), хорошо перемешать для получения однородной смеси отвара с медом и прополисом, а полученный сироп нагреть до 40—45 °С, не более. После охлаждения хранить в герметично закрытых бутылках. Использовать от кашля, при гриппозных состояниях, ларингитах и фарингитах и при других болезнях дыхательных путей, принимать ежедневно по 1 ст. л. до еды.
- ❖ Применять медовые ингаляции при резкой сухости слизистой гортани и наличии на голосовых связках вязкого секрета. Предварительно необходимо сделать один глоток теплой минераль-

ной воды, а затем дышать 50%-ным раствором меда в течение 5 мин. На курс достаточно 6—8 ежедневных ингаляций при ларингите и ларинготрахеите.

- ❖ 1 лимон положить на 1 мин в кипяток, затем вместе с кожурой пропустить через мясорубку и смешать со 100 г сливочного масла и 2 ст. л. меда. Хранить в холодильнике и использовать как обычное масло в виде бутербродов, запивая чаем или кофе.
- ❖ Приготовить свеженатертую чесночную кашницу и смешать ее с медом в пропорции 1:1. Принимать по 1 ч. л. утром и вечером за 30 мин до еды или один раз перед сном. Смесь запивать теплой водой.
- ❖ Взять 1 ч. л. сухих измельченных соцветий донника лекарственного и залить стаканом кипятка, затем добавить сок 1 лимона и 1 ст. л. меда, лучше светлого. Принимать по 50 мл 3—4 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — до наступления заметного улучшения или до полного выздоровления.
- ❖ 1 ст. л. сосновых почек залить 1 стаканом кипятка, нагреть на водяной бане 30—40 мин. Настоять в течение 20 мин в термосе, процедить, добавить 1 ч. л. меда и принимать по полстакана 3 раза в день через полчаса после еды.
- ❖ Приготовить 1 ст. л. кашицы лука, залить стаканом кипятка и настоять 2 ч. Затем добавить в настой 1 ст. л. меда, размешать и процедить. Готовый состав использовать для промывания носа и горла в теплом виде 4—6 раз в течение дня.
- ❖ Если к соку сырой красной свеклы добавить мед, получится хорошее средство от насморка. Приготовить 30%-ный раствор меда в соке красной свеклы — 1 ч. л. меда на 3 ч. л. сока красной свеклы. Закапывать по 5—6 капель в каждую ноздрю 4—5 раз в день, время распределить равномерно, а перед сном обязательно. Хороший эффект дает применение такой смеси при насморке у детей на фоне аденоидов, а порой это неплохо помогает и при затянувшемся насморке у взрослых. Понятно, что эти капли не избавляют ребенка от аденоидов, но до момента решения вопроса о сроках хирургического вмешательства они значительно улучшают носовое дыхание, временно прекращают выделение слизи из носа.
- ❖ Смешать по 4 ст. л. сока клюквы, свеклы, мед и водку, настоять в холодильнике 3—4 дня, периодически встряхивая. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до приема пищи. Курс лечения — 3—4 дня, до заметного улучшения.



- ❖ В фарфоровой ступке растереть 20 г измельченного прополиса вместе с небольшим количеством сливочного масла, добавить подсолнечное масло до получения общего веса 100 г. Все хорошо перемешать. Приготовленным лекарством смачивать небольшие тампоны ваты и закладывать в нос 2 раза в день — утром и вечером при хроническом насморке.
- ❖ Настоять 30 г измельченного прополиса в течение 1,5—2 недель в 100 г этилового спирта, периодически встряхивая смесь. Полученный раствор отфильтровать и смешать его с 2 частями персикового масла. Смазывать носоглотку один раз в сутки в течение 10—15 дней.
- ❖ 1 ст. л. зверобоя залить стаканом крутого кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. На одно полоскание достаточно 1/2 стакана настоя. К этому количеству добавить 20 капель настойки 30%-ного прополиса. Полоскать 2—3 раза в день. Это ароматное и приятное полоскание обладает сильным противовоспалительным действием.
- ❖ Срезать нижние листья алоэ, хорошо промыть водой и нарезать мелкими кусочками в виде пластинок толщиной 0,5 см, потом с помощью ручной соковыжималки (очень удобна соковыжималка с сеточкой для чеснока) отжать сок. Мед разбавить соком из расчета 1:5. Свежую смесь принимать внутрь по 1 ч. л. до еды 3 раза в день на протяжении 1—2 мес. Это сильное противовоспалительное средство при заболеваниях зева, ротоглотки, гортани, трахеи, ушных раковин. Его также используют для профилактики рентгеноэпителитов у больных, получающих амбулаторно-лучевое лечение.
- ❖ Для лечения ринитов, ларингитов, синуситов, фарингитов, трахеитов обязательно принимать мед и в виде аэрозольной ингаляции. В домашних условиях с этой целью можно использовать обыкновенный чайник и кофейник с небольшим количеством воды, поставленный на источник тепла. После того как вода закипит, добавить в нее 1 ст. л. меда, плитку отключить. Пары воды вместе с медом вдыхать через резиновую трубку, надетую на носик чайника или кофейника. По мере остывания воды периодически включать нагревательный прибор. Ингаляции проводить на ночь по 15—20 мин. Продолжительность лечения ингаляцией не должна превышать 10—20 дней.
- ❖ При поражении верхних дыхательных путей применять прополис на жидком вазелине в виде ингаляций или ватных тампончиков, смоченных препаратом, которые вкладываются в обе ноздри 3—4 раза в день на 5—10 мин.

- Приготовить смесь из 1 ч. л. меда и 1 ч. л. сока алоэ, обмакнуть в нее марлевые турундочки и вставить в носовые ходы. Лечь на спину, а под затылок положить мешочек с нагретым песком. Продолжительность процедуры 10—15 мин. Делать процедуру 2 раза в день, утром и на ночь перед сном. Курс лечения — до полного выздоровления.
- Для ингаляции прополисом необходимо взять 60 г прополиса и 40 г воска. Поместить их на водяную баню. Под действием кипящей воды прополис и воск растопятся, фитонциды прополиса с парами воды будут возгоняться, оказывая тем самым целебное воздействие на больные органы. Процедуру проводить утром и вечером по 15—20 мин. Курс лечения зависит от состояния больного, в среднем он занимает от 3 до 5 суток.
- При первых признаках появления насморка нужно выпить воды с 7 каплями йода. Съесть дольку чеснока. Нюхать 6—8 раз поочередно каждой ноздрей ватку, смоченную этиловым или нашатырным спиртом. Эти меры помогут вам предотвратить развитие насморка.
- Если на ночь в каждую ноздрю вложить по кусочку меда величиной с фасолину, то насморка удастся избежать.
- Порошок травы иссопа и меда смешать 1:1 по объему. Принимать по 1 ч. л., запивая водой, 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Хорошо помогает при простудах с насморком. Курс лечения — до наступления устойчивого улучшения.
- Взять по 1 ст. л. сока алоэ, чистотела, меда и приготовить раствор из расчета 1 ч. л. на стакан воды для промывания носоглотки 3—5 раз в день через 30 мин после еды. При наступлении улучшения процедуру можно прекратить.
- Смазывать слизистую оболочку задней стенки глотки 30%-ной спиртовой вытяжкой прополиса, смешанной с глицерином или персиковым маслом 1:2. Курс лечения — до наступления улучшения при хроническом фарингите.
- При хронических тонзиллитах у маленьких детей рекомендуется смазывать небные миндалины соком алоэ, смешанным с натуральным медом в соотношении 1:3. Процедуру проводить ежедневно на протяжении 2 недель, а в последующие 2 недели смазывать через день. Это лучше всего делать натошак.
- Использовать ингаляции 5%-ного спиртового раствора прополиса в виде эмульсии в масле шиповника, персика или абрикоса в концентрации 1:3, 1:2 и 1:1 для лечения фарингита и трахеита,

хронической пневмонии и бронхиальной астмы. Курс лечения — от 5 до 20 сеансов длительностью 1—3—5 мин.

- ❖ 1 стакан кашицы лука, 50 мл уксуса смешать и отжать через 3 слоя марли. Затем полученный состав смешать с 1 стаканом меда. Принимать по 1 ч. л. 6—8 раз в течение дня, но не менее чем за 30 мин до еды. Этот состав хорошо помогает при ларингите, фарингите и других заболеваниях горла.
- ❖ Взять яблок и лука поровну. Приготовить кашницу, смешать с равным по объему количеством меда. Полученную смесь принимать по 2 ч. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды при ларингите.
- ❖ 100 г свежей хвои сосны промыть и измельчить, затем залить 1 л кипятка. Настоять в термосе 1 ч, процедить и остудить. Добавить 1 ч. л. меда и принимать по полстакана настоя 4 раза в день за 30 мин до приема пищи при заболеваниях верхних дыхательных путей.
- ❖ 1 стакан сока репы тщательно размешать с 1 ст. л. меда. Смесь довести до кипения, но не кипятить. Принимать по 3 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до приема пищи.
- ❖ 100 г ягод калины варить в 200 г меда 4—5 мин. Принимать по 2 ст. л. 3—4 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ Приготовить по 1 ст. л. листьев тысячелистника, зверобоя, мяты и эвкалипта. Залить 10 г сбора стаканом кипятка и кипятить 7 мин. Процедить, охладить, добавить меда по вкусу. Пить 3 раза в день по полстакана через час после еды не спеша. Курс лечения — 2—3 дня.

- ❖ При заболеваниях верхних дыхательных путей очень эффективно полоскание водным или спиртовым раствором прополиса, а также во время болезни полезно пить чай с медом с добавлением прополисной спиртовой настойки (несколько капель).

Для приготовления спиртового раствора прополиса (его всегда необходимо иметь в домашней аптечке) нужно размельчить 10 г хорошего прополиса и смешать его со 100 мл спирта, настоять в темноте (обязательно при комнатной температуре, так как прополис теряет свои свойства при охлаждении) в течение недели. Если нужно срочно приготовить раствор, то очень мелко измельченный прополис необходимо смешать со спиртом (1:10), поместить на водяную баню и нагреть до 40 °С, не выше. Затем несколько часов периодически встряхивать бутылочку со смесью. Хранить раствор прополиса нужно в темной бутылке.

Для получения водного раствора для полоскания спиртовой раствор нужно смешать с теплой водой: 10 мл спиртовой смеси на 100 мл

воды. Для маленького ребенка количество спиртового раствора нужно уменьшить до 5 мл.

- При воспалении верхних дыхательных путей применяют настой зверобоя с прополисом: залить 1 ст. л. травы зверобоя стаканом крутого кипятка, настоять 15—20 мин и процедить. На одно полоскание нужно полстакана настоя. К этому количеству добавить 20 капель настойки прополиса. Полоскать горло 2—3 раза в день. Это полоскание обладает сильным противовоспалительным действием.
- Приготовить сок свежих листьев подорожника и смешать его с медом в пропорции 1:1 по объему. Варить не более 20 мин. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Хранить в холодильнике в банке. Процедуру продолжать до полного излечения.
- Мелко истолочь розовые лепестки (свежие или сушеные), смешать их с медом. Эту вкусную смесь длительно держать во рту, медленно глотая. Для быстрого выздоровления нужно держать эту смесь во рту во всех перерывах между едой и ночью (закладывать небольшое количество за десну).

### *При гриппе*

- Отвары мать-и-мачехи, черной бузины, липы, сухих ягод малины в сочетании с медом (1 ст. л. меда на 200 мл отвара). Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день как жаропонижающее и противовоспалительное средство.
- Взять по 1 ст. л. меда, плодов шиповника, высушенных плодов смородины, высушенных ягод малины. Все залить 1 л кипятка, выдержать 15 мин. Пить по 0,5 стакана перед едой 3 раза в день.
- Сок черной редьки — 1 часть, мед — 2 части, тщательно смешать и принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день за 30—40 мин до еды в течение 4—5 дней или по самочувствию.
- Приготовить кашичу из средней головки чеснока и смешать ее с 1 ст. л. яблочного уксуса и 1 ст. л. меда, залить стаканом кипятка. Перемешивать 3—5 мин, процедить и выпить, лучше на ночь. Больной хорошо пропотеет и вскоре пойдет на поправку.
- 2 стакана теплого молока, 1 ч. л. меда и одно свежее домашнее яйцо хорошо размешать. Выпить на ночь перед сном и хорошо укутаться. Утром почувствуете заметное улучшение.

- ☛ 1 ст. л. мяты заварить стаканом кипятка, залить в термосе на 30—40 мин, затем слить и в теплый настой добавить 1 ст. л. меда. Принимать по 30 мл 3—4 раза в день за 30—40 мин до еды.

### *Рецепт доктора А.М. Ильина от гриппа*

В эмалированной кастрюле нашинковать 1 кг крупного репчатого лука, залить его 1250 мл холодной кипяченой воды. Посуду закрыть крышкой. На умеренном огне кипятить в течение часа. Добавить в емкость 1 стакан сахара, перемешать и вновь поставить на огонь на час. Затем влить 1 стакан меда, перемешать и кипятить еще 30 мин. После этого в кастрюлю засыпают сбор — по 1 ст. л. душицы, зверобоя, чабреца, цветков липы, ромашки аптечной, листьев кипрея, 2 ст. л. листьев мать-и-мачехи, по 1 дес. л. травы марьянника дубравного, листьев мяты, цветков тысячелистника, по 1 ч. л. корня девясила и цветков лаванды.

Сбор хорошо перемешать с массой в кастрюле и кипятить в течение 30 мин. Дать остыть, отстояться в течение 45—50 мин, после чего раствор, не взбалтывая, профильтровать через марлю. Оставшуюся массу также положить на фильтр и отжать ложкой. Полученную микстуру слить в бутылку темного стекла. Хранить в холоде, но не более 7 дней. Перед употреблением настой подогревать. Применять микстуру 4—6 раз в день, минут за 30 до еды. Доза одного приема: взрослым — полстакана, детям до 16 лет — 2 ст. л., до 10 лет — 1 ст. л., до 5 лет — 1 дес. л., малышам до 1 года достаточно 1 ч. л.

### *При простудных заболеваниях*

- ☛ Плоды рябины измельчить, добавить воду в двукратном количестве, прокипятить в течение 4—6 ч на маленьком огне, убрать осадок, затем снова пропарить, чтобы получилась тянучка, и разделить на порции по 1—1,5 г. Принимать по 5—6 г в день.
- ☛ 18 г семян горчицы сарептской слегка обжарить, растереть в порошок и, смешав с медом, приготовить пилюли размером с фасоль. Принимать по 10 пилюль, запивая обязательно отваром имбиря.
- ☛ 1 ст. л. листьев мать-и-мачехи заварить стаканом кипятка. Остудить, процедить и добавить 1 ст. л. меда, принимать по 1 ст. л. в день за 30 мин до еды. Лечение продолжать до выздоровления.
- ☛ При простуде с головной болью приготовить отвар плодов калины с медом. 1 стакан плодов калины залить 1 л кипятка, кипятить 10 мин, процедить и добавить 2 ст. л. меда. Принимать по

полстакана 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 3—4 дня. Это средство помогает также при сильном кашле и потере голоса.

- ❖ Смешать 2 ст. л. мать-и-мачехи, 2 ст. л. сушеных ягод малины и 1 ст. л. травы душицы. Отмерить 1 ст. л. сбора и залить 1 стаканом кипятка, настоять 10 мин, процедить, охладить и добавить 1 ст. л. меда. Приготовленный настой пить как чай. Он является хорошим потогонным и отхаркивающим средством.
- ❖ 2 ст. л. бузины черной залить 2 стаканами кипятка. Нагреть на водяной бане в течение 20 мин, снять с огня. Через 30 мин настой процедить и добавить 2 ст. л. меда. Принимать по 50 мл 3 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ 1 ст. л. цветков липы сердцевидной залить 1 стаканом кипятка. Настоять 20 мин, процедить и добавить 1 ст. л. меда. Принимать на ночь по 50 мл до полного излечения.
- ❖ Заварить 1 ст. л. цветов липы мелколистной в стакане кипятка. Через 20 мин процедить и добавить 1 ст. л. меда. Принимать как потогонное по 1/4—1/2 стакана.
- ❖ Приготовить по 1 ст. л. травы земляники лесной, зверобоя продырявленного и тысячелистника обыкновенного, смешать. Заварить 2 ст. л. смеси 500 мл кипятка. Дополнительно прокипятить 7 мин, затем настоять 20 мин. Процедить и пить теплым по 5—6 раз в течение дня, добавляя мед по вкусу.
- ❖ 2 ст. л. сушеных ягод малины и 1,5 ст. л. плодов рябины засыпать в термос и залить 1 л кипятка. Настоять 5 ч, процедить и пить 4—5 раз в течение дня по 1 стакану теплого настоя, предварительно растворив в нем 1 ст. л. меда. Перед сном обязательно.
- ❖ Смешать по 1 стакану морковного сока, кипяченого горячего молока и 2 ст. л. меда. Настоять 5 ч. Пить теплым по 50 мл 3—4 раза перед едой.
- ❖ Кипяченый сок репы с медом, смешанный в пропорции 5:1, очень полезен при болях в груди, от простуды и кашля. Принимать по 1 ч. л. 5—6 раз в день.
- ❖ Заварить 2 ст. л. сухих (или 100 г свежих) ягод малины в стакане кипятка. Через 10—15 мин добавить 1 ст. л. меда и в теплом виде принимать как потогонное средство перед сном.
- ❖ Заварить 1 ст. л. высушенных плодов бузины черной в стакане кипятка. Настаивать 20 мин, процедить, добавить 1 ст. л. меда. Принимать как потогонное по 1/4 стакана.

- ❖ Смешать по 1 ст. л. цветов липы, ягод малины и меда. Добавить стакан кипятка. Настоять, охладить. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день до наступления улучшения.
- ❖ Взять ягоды малины — 2 части, листья мать-и-мачехи — 2 части и душицы — 1 часть. Все смешать и сделать отвар. К стакану отвара добавить 1 ст. л. меда. Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день до наступления улучшения.
- ❖ При простудных заболеваниях рекомендуется мелко нарезанный чеснок, смешанный с медом 1:1. Употреблять по 1 ч. л. каждый час.
- ❖ Для профилактики простудных заболеваний приготовить смесь меда, сока лука и хрена, взятых в равном количестве. Принимать смесь по 1 ч. л. 3 раза в день перед едой.
- ❖ Взять по 1 ст. л. цветков липы и плодов малины, залить их 2 стаканами кипятка и оставить кипеть еще 5—7 мин, дать настояться, процедить и растворить в отваре 2 ст. л. меда. Принимать настой теплым по полстакана 3—4 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 2—3 дня или по самочувствию. Данный рецепт хорошо снижает температуру и показан при простудных заболеваниях и как противовоспалительное средство.
- ❖ При простудных заболеваниях хорошо принимать липовый или донниковый мед, дающий наилучший положительный результат. Мед эффективен с малиной и другими лекарственными растениями, обладающими потогонным или отхаркивающим действием. При этом наблюдается взаимоусиливающий лечебный эффект меда и лекарственного растения.
- ❖ Более эффективен липовый мед, обладающий, кроме целебных свойств, сильным потогонным действием. При простудных заболеваниях, сопровождающихся ознобом, высокой температурой, кашлем, очень полезно в горячий чай или молоко добавлять 1 ст. л. меда.

### *При гайморите*

- ❖ Взять по 1 стакану сока калины и меда, хорошо размешать и принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день за полчаса до еды и перед сном. Смесь хранить в холодильнике, но принимать комнатной температуры. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ По 2 ст. л. сока алоэ, травы чистотела и меда тщательно смешать и закапывать 4—5 раз в течение дня по 8—10 капель теплой смеси

в каждую ноздрю при хроническом гайморите. Смесь, стекающую в рот, обязательно сплевывать.

- ❖ Нагреть воду объемом 2 л в кастрюле или чайнике до кипения, влить в нее 1/2 ч. л. 40%-ной настойки прополиса, накрыться с головой пледом или одеялом и дышать 20 мин, при остывании воды в нее добавляют кипяток и настойку прополиса. Курс лечения — 6—8 процедур.
- ❖ При хроническом гайморите в течение дня 4—6 раз жевать забрус (крышечки с сотов) по 15—20 мин. Эта процедура предупредит рецидивы болезни.
- ❖ При воспалении придаточных пазух взять сотовый мед и по 2 капли вводить в одну, а затем в другую ноздрю через каждые 3 ч в течение всего дня. Лечение проводить 3—4 недели до полного выздоровления.
- ❖ 1 ч. л. измельченного прополиса смешать с 3 ч. л. растительного масла, обмакнуть в эту смесь турундочку и заложить ее в нос на 5—7 мин утром и вечером перед сном. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Сделать из прополиса лепешки и прикладывать их между бровями, чуть выше гайморовых пазух на 30—40 мин, а если нет раздражения, то можно и на ночь. Курс лечения — до устойчивого облегчения. При необходимости процедуру можно повторить лишь через месяц.
- ❖ Медовая ингаляция. Нагреть полчайника воды до кипения, положить в него 1 ст. л. меда, накрыться пледом или одеялом и дышать то одной, то другой ноздрей, пока вода не остынет. Курс лечения — 8—10 процедур.

### *При воспалении голосовых связок*

- ❖ 2 ст. л. травы крапивы и 1 ст. л. стеблей и цветков марьиного корня залить 2 стаканами кипятка, настоять 1,5 ч. Приготовленным теплым настоем полоскать горло 4—5 раз в день.
- ❖ В стакан горячего молока добавить 1 ч. л. меда и выпить не спеша. Процедуру повторять 3 раза в день за час до еды, но не перед выходом на улицу.
- ❖ 1 ст. л. цветков алтея залить стаканом кипятка, добавить 1 ч. л. меда и выпить не спеша. Процедуру повторить 3 раза в течение дня за час до еды или через час после, но не перед выходом на улицу.



- ❖ Смешать по 2 ст. л. кашицы хрена и меда. Принимать по 1 ч. л. через 1—1,5 ч в течение дня. Через день-два недуг отступает.
- ❖ стакан сухой малины, 2 ст. л. меда, 2 ч. л. подсолнечного рафинированного масла, 5 г порошка имбиря тщательно перемешать, затем полученную смесь залить 1,5 стакана кипятка в термосе и оставить настаиваться на 8—10 ч, после чего процедить. Пить в теплом виде 2—3 раза в течение дня за 1,5—2 ч до еды, а перед сном обязательно.

***Средство от болезни горла для профессиональных певцов,  
лекторов, учителей и преподавателей***

- ❖ Взять 1 стакан воды, 1/2 стакана плодов аниса, 50 г меда (лучше липового), 2 ст. л. коньяка. Влить в кастрюлю воду, насыпать туда плоды аниса. Кипятить 15 мин на медленном огне. Затем плоды выбросить, а отвар прокипятить вместе с медом и коньяком. После охлаждения лекарство готово к употреблению. Пить по 1 ст. л. через каждые полчаса.

*Примечание.* Описанное русское народное средство иногда позволяет восстановить голос за один день.

***Смягчающие и отхаркивающие средства при кашле***

- ❖ Общим положением при лечении болезней органов дыхания является прием соответствующих настоев трав горячими и обязательно на ночь. При сильном кашле часть настоя или отвара трав следует ставить в термосе на ночь и принимать его не меньше 2—3 раз за ночь с медом или вареньем.
- ❖ В 500 г кашицы репчатого лука добавить по 50 г меда и сахара, залить 1 л кипятка и варить на слабом огне в течение 2—3 ч. Охладить и принимать по 6 ст. л. в течение дня. Время распределить равномерно, последний раз перед сном обязательно. Данное средство хорошо помогает при навязчивом кашле.
- ❖ 3—4 листа алоэ пропустить через мясорубку, смешать с 1 стаканом меда и поставить в холодильник. Принимать по 2 ч. л. 3—4 раза в день за 30 мин до еды. Препарат хранится долго и использовать его надо до полного выздоровления при простуде и кашле.
- ❖ Репа действует на организм слабее, чем редька, ее сок, смешанный с медом, помогает при кашле, а вареный растертый корень прикладывают к больным местам при подагре.

- ❖ Приготовить смесь из 1 ст. л. меда, 1 ст. л. спирта и 10 капель йода. Полученной смесью хорошенько натереть больному спину и грудь, на ночь обязательно укрыть его платком или махровым полотенцем. Через 2—3 дня кашель проходит.
- ❖ В 1 л воды сварить кусочек клея от белой черешни, величиной с грецкий орех. Охладить, процедить и добавить 200 г меда, 3 зернышка гвоздики и на кончике ножа имбиря. Тщательно размешать. Принимать по 1 ст. л. за 30 мин до еды утром и вечером. Курс лечения — 3—4 дня.
- ❖ 1 кг однолетних веток ели или пихты измельчить, а затем сварить их в 3 л воды, процедить. К 1 л отвара добавить 1 кг меда и 10 г 30 %-ной вытяжки прополиса. Нагреть до 40 °С, охладить и разлить по бутылкам. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Хранить приготовленный состав в холодильнике. Курс лечения — до полного выздоровления.
- ❖ Взять 1 ст. л. хрена и по 1 ч. л. натертого чеснока и меда и смешать в стакане теплой воды. Пить эту смесь по 50 мл за 30 мин до еды медленно, помешивая, чтобы хрен не оседал на дно. Курс лечения — до наступления устойчивого улучшения.
- ❖ При сильном кашле, если в доме нет нужных лекарств и трав, можно облегчить положение больного обильным питьем с медом, малиной, липовым цветом, теплым молоком. Лучше пить 3—4 раза в день по 50 мл за 30 мин до еды.
- ❖ 2 ч. л. свежего сливочного масла, 2 сырых желтка, по 2 дес. л. муки и меда тщательно перемешать и принимать по 1 дес. л. 3—4 раза в день за 30 мин до еды при сильном кашле.
- ❖ С целью облегчения выведения мокроты нужно приготовить сироп из брусничного сока в соотношении 10:1. Пить по 50 мл медленно за 30 мин до еды.
- ❖ Приготовить отвар черничного чая с молоком и добавить 1 ч. л. меда. Пить за 30 мин до еды. Этот способ позволит избежать кашля.
- ❖ Очень хорошо принимать особый чай от кашля, для этого взять 2 ст. л. корня алтея, по 1 ст. л. солодки, язвенника и анисовых семян, смешать все компоненты. Отмерить 1 ч. л. смеси и залить стаканом кипятка. В теплый настой добавить 1 ч. л. меда и пить как чай после еды.
- ❖ Взять по полстакана меда, свежего капустного сока, хорошо смешать. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды.

- ❖ По полстакана сока редьки, сока моркови и 1 ст. л. меда тщательно смешать. Принимать по 1 ст. л. через 1—1,5 ч и перед сном обязательно.
- ❖ 1 ч. л. меда, 2 ст. л. семян аниса и 1 ч. л. соли залить стаканом кипятка, довести до кипения, но не кипятить, затем процедить и в теплом виде принимать по 2 ст. л. через каждые 1,5 ч в течение всего дня, перед сном обязательно.
- ❖ Приготовить огуречный сок и смешать его с медом в соотношении 1:1, принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ 1 ст. л. корня девясила высокого залить 1 стаканом кипятка, довести до кипения и кипятить в течение 15 мин, остудить и процедить. В теплый отвар добавить 1 ст. л. меда и пить через каждые 2 ч, а перед сном обязательно. Кашель станет значительно мягче и вскоре успокоится.
- ❖ Порошком из корня гравилата городского лечатся в народе от кашля с обильной мокротой, утверждая, что это средство быстрее изгоняет мокроту, чем другие средства. Принимать порошок корня гравилата городского по 1 г 3—4 раза в день, лучше с медом или вареньем.
- ❖ В качестве отхаркивающего и смягчающего средства рекомендуется взять сок одного или половины лимона на 100 г меда. Употреблять перед сном по 1 ст. л. с горячим чаем или молоком.
- ❖ 3 ст. л. свежих измельченных листьев подорожника смешать с 3 ст. л. меда. В закрытом сосуде поставить на теплую плиту, а зимой на батарею на 3—4 ч. Готовый сироп принимать по 1 ч. л. 4 раза в день за час до еды. Через день-полтора уже наступает улучшение.
- ❖ 1 ст. л. сухих цветков бузины черной залить в термосе 1/2 л кипятка. Настоять 30—40 минут, процедить. Пить на ночь по полстакана в теплом виде, можно добавить 1 ст. л. молока.
- ❖ Нарезать сырую редьку очень тонкими ломтиками (6—8 штук). Посыпать каждый ломтик сахарным песком. Появившийся сладкий сок принимать по 1 ст. л. каждый час. Это средство излечивает самый тяжелый кашель в короткое время.
- ❖ Смешать 2 ст. л. семян аниса и щепоточку соли, добавить 1 ст. л. меда. Все это залить стаканом воды и довести до кипения, затем процедить и охладить. Принимать по 2 ст. л. каждые 2 ч. Это очень хорошее средство от сильного кашля.

- ❖ Взять смесь (100 г очищенного лука, 50 г меда, 40 г сахара), сварить в 1 л воды в течение 3 ч. Употреблять по 4—6 ст. л. в день.
- ❖ Сок редьки или моркови смешать с молоком или медовым напитком в равных частях. Принимать по 1 ст. л. 6 раз в день.
- ❖ Маленьким детям при коклюше можно рекомендовать следующее средство: 1 часть меда смешать с 1 частью теплого оливкового масла. Давать ребенку по 1 ч. л. несколько раз в течение дня.
- ❖ Проварить 1 лимон на медленном огне в течение 10 мин. Разрезать его пополам, выжать сок. Слить сок в стакан (200 г), добавить 2 ст. л. глицерина. Тщательно размешать и долить стакан доверху медом (вместо лимона можно использовать яблочный уксус). При резком кашле принимать по 1 ч. л. в течение дня (перед употреблением смесь взбалтывать). Если кашель беспокоит и ночью, то нужно принять 1 ч. л. на ночь и еще одну ночью.

При сильном кашле: 1 ч. л. утром, встав с постели, одну до обеда, одну после обеда, одну под вечер, после ужина и на ночь. При уменьшении кашля число приемов сокращают.

Лечение имеет ряд преимуществ. Не расстраивает желудок, одинаково помогает как взрослым, так и детям. Оно эффективно даже тогда, когда другие средства не помогают.

- ❖ С редьки, тщательно вымытой щеткой, ножом снять верхнюю часть и вырезать углубление с таким расчетом, чтобы в него вошли 2 ст. л. жидкого меда. Редьку поставить в какой-нибудь сосуд в вертикальном положении, накрыть плотной бумагой и настоять 3—4 ч. Взрослым и детям давать при кашле по 1 ч. л. сока 3—4 раза в день до еды. Это средство хорошо принимать и перед сном.
- ❖ 1 стакан воды с 1 ст. л. измельченных корней девясила кипятить 10 минут, отфильтровать, добавить 1 ст. л. меда, перемешать. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды. Это эффективное отхаркивающее средство при кашле.
- ❖ Смешать сок редьки или моркови с молоком или медовым напитком напополам: половина сока и половина молока или медового напитка. Доза: по 1 ст. л. 6 раз в день, запивая водой.
- ❖ Для облегчения отделения мокроты полезно принимать внутрь сироп брусничного сока с медовым сиропом. Принимать по 1 ст. л.

5—6 раз в день. Во время лечения этим средством полезно пить вместо воды или чая отвар из полевой клубники.

- ❖ По 10 г пастушьей сумки (травы), можжевельника (плоды), толокнянки (лист), шиповника (цветы), донника (травы с цветами) — 3 г, крапивы (траву) — 20 г, шиповника (толченые плоды) — 60 г тщательно перемешать, заварить 1 ч. л. смеси 300 мл кипятка. Принимать горячим с медом 2 раза в день.
- ❖ Приготовить настой мать-и-мачехи, добавить мед по вкусу. Принимать по 1 ст. л. 4 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ Взять укропное семя — 60 г, семена тыквы — 30 г, спаржу (корень) — 50 г, петрушку (семя) — 15 г, смородину (лист) — 20 г, рябину (плоды) — 20 г. Все ингредиенты хорошо измельчить, особенно ягоды и семена. Заварить 200 г сухой смеси 1 л кипятка. Настаивать час и пить по 200 мл теплым с сахаром или медом 2—3 раза в день.
- ❖ Взять ромашку (цветы) — 30 г, смородину (лист) — 20 г, татарник колючий (траву) — 50 г, хмель (шишки) — 20 г, подмаренник (траву) — 10 г, кукурузные рыльца — 30 г. Смешать и заварить 1 ст. л. смеси 300 мл кипятка. Настаивать 20 мин, выпить в 2 приема вечером с медом.
- ❖ Алтей (корень измельченный) — 50 г, барбарис (корень измельченный) — 30 г, березу (лист) — 20 г, землянику (лист) — 40 г, кукурузные рыльца — 30 г, заварить 1/2 стакана смеси 1 л кипятка. Настаивать, укутав, целый день. Пить, подогрев, по 200 мл с медом 2—3 раза в день.
- ❖ Мелко нарубленные стебли полыни горькой, срезанной в мае до цветения, настоять на водке в соотношении 1:2 по объему. Настаивать 1,5—2 недели. Принимать по 1 дес. л. 3 раза в день за 30—40 мин до приема пищи. Можно подсластить медом.
- ❖ Приготовить 50 мл сока звездчатки средней (мокрицы) из наземных частей растения. Смешать его с 40 г меда и развести в стакане теплой воды. Использовать в качестве отхаркивающего средства по 1 ст. л. 3—4 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ Приготовить смесь порошка ядер лесных орехов, лещины с медом в равных частях по объему. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день во время еды. Кашель вскоре проходит.
- ❖ По 1 ст. л. меда, сливочного масла положить в стакан молока, все смешать, настоять 3 ч, затем добавить 2 ч. л. сока золотого уса.

Принимать 3 раза в день по 2 ст. л. за 30—40 мин до еды. Средство способствует быстрому отхождению мокроты. Лечение продолжать до полного выздоровления.

### *Старинные народные средства при туберкулезе легких*

❖ Взять 10 лимонов, 6 яиц, 300 г липового меда, 75 г коньяка.

*Приготовление кальциумита:* хорошо вымытые яйца, целые и свежие, кладут в банку (яйца должны быть непременно с белой скорлупой). Лимоны выжимают и их соком заливают яйца. Банку ставят в прохладном, сухом и темном месте, но не холодном, накрывают марлей и обертывают темной бумагой. Держат до растворения яичной скорлупы, около 5—8 дней.

По истечении этого времени надо подогреть мед до состояния текучести, остудить его и влить в общую смесь. Затем влить коньяк. Перелить лекарство обязательно в темную банку или бутыл, хранить в прохладном темном месте.

Принимать по 1 дес. л. 3 раза в день сразу после еды.

*Примечание.* При болезни легких советуют есть как можно больше фруктов и жиров, а также консервированные сливки с какао, чаем и фруктами.

Иногда у человека, совершенно здорового и вовсе не предрасположенного к туберкулезу, появляется на теле сыпь в виде мелких прыщиков, которые сильно чешутся. Появление прыщиков — весьма характерный показатель недостатка кальция в организме.

❖ Взять 100 г воды, 300 г меда, 1 лист алоэ. Налить воду в кастрюлю, в нее положить мед и мелко нарезанный лист алоэ и варить на очень медленном огне 2 ч. Принимать по 1 ст. л. 2 раза в день.

❖ Взять 3 ст. л. шиповника, 4 ст. л. плодов калины, 1 ст. л. плодов красной рябины, 1 ст. л. крапивы двудомной, засыпать в термос и залить 1,5 л кипятка, добавить 1 ст. л. меда, закрыть и оставить настаиваться на 6 ч. Принимать по 50 мл через 1,5—2 ч в течение дня. Через 1,5—2 дня наступает заметное улучшение.

❖ Прополисное масло 15%-ной концентрации на сливочном масле принимать внутрь по 10—15 г 2—3 раза в день за 1—1,5 ч до еды или через 1,5 ч после еды с теплым молоком до полного выздоровления. В процессе лечения не следует делать большие перерывы.

❖ Взять по 200 г меда, кураги, пропущенного через мясорубку листа алоэ, тертого с кожурой лимона, 5 сырых яиц, 500 мл коньяка, 300 г сливочного масла, все компоненты тщательно смешать и поставить в холодильник на 5—6 дней. Принимать по 1 ст. л.

вечером через 1,5—2 ч после еды или перед сном. Лечение длительное.

- ❖ Приготовить по 100 г свиного нутряного сала, сливочного масла несоленого, липового меда, 150 г сока алоэ (перед срезанием не поливать 2 недели), по 50 г сока золотого уса и какао в порошке. Растопить в эмалированной кастрюле сало, масло, мед. Снять кастрюлю с плиты, добавить остальные компоненты и тщательно перемешать.

Хранить в стеклянной закрытой банке в холодильнике. Принимать по 1 ст. л. на стакан горячего молока утром и вечером за 40 мин до приема пищи.

Применять при туберкулезе легких и хроническом бронхите. Лечение длительное. Сердечникам принимать это лекарство не рекомендуется.

### *При воспалении легких*

- ❖ Использовать отвар чины луговой. Для лечения применять легкий отвар: 1 ч. л. сухой травы на 200 мл кипятка, пить сразу весь отвар горячим с медом или виноградным сахаром.
- ❖ Приготовить липовый мед — 0,5 стакана, оливковое масла — 1 стакан, водку — 2 стакана. Все компоненты смешать миксером. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды. Курс лечения — пока не закончится приготовленный состав. Затем необходима консультация врача.
- ❖ Взять по полстакана истолченных почек березы, собранных весной, и спирта, затем добавить 2 стакана меда. Все компоненты тщательно смешать и настоять в теплом темном месте 2 недели, периодически помешивая, готовый настой процедить, остаток отжать. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды. Курс лечения по согласованию с врачом.
- ❖ Для приема внутрь приготовить прополисную мазь следующим образом: в 100 г сливочного масла, разогретого до 5—60 °С, добавить 10 г размельченного прополиса. Смесь профильтровать через слой марли. Остудить также при непрерывном помешивании. Принимать по 1 ч. л. 2—3 раза в день за 1—1,5 ч до еды с теплым молоком на протяжении 2 мес. Перерыв — 2—3 недели. Количество прополиса с каждым разом увеличивают на 5 г и доводят до 30 г.

*Примечание.* Противопоказана при заболеваниях печени.

- ❖ Взять по 1 стакану сока моркови, сока свеклы, топленого масла, меда и водки. Все ингредиенты слить в керамический горшок, закрыть крышкой, замазать края тестом и поставить томить в печь или в духовку. Готовую смесь принимать по 0,5 стакана натощак за час до еды утром. По окончании состава необходима консультация врача.
- ❖ Приготовить 500 г чистого топленого коровьего масла, разогреть его до кипения и добавить прополиса: на 500 г масла — 25 г. Кипятить на слабом огне, помешивая, пока не разойдется прополис. Снять с осадка — и лекарство готово. Принимать по следующей схеме: первые 3 дня — по 1 ч. л. за час до еды, затем по 2 ч. л., при больной печени оставить первоначальную дозу. При открытой форме туберкулеза нужно приготовить этот состав и принять еще дважды. А при ее отсутствии достаточно одной банки. Во время лечения ограничить употребление жиров и исключить спиртное и курение. Лечение лучше провести летом, когда меньше простудных заболеваний и больше овощей и фруктов, так необходимых в это время ослабленному организму. После курса лечения обязательна консультация врача.
- ❖ 100 г сока алоэ, 200 г меда, 300 г кагора тщательно смешать. Настоять приготовленную смесь в холодильнике в течение недели. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды.
- ❖ 1 ст. л. сухих плодов шиповника залить 2 стаканами кипятка и кипятить 10 мин. Затем процедить, охладить и добавить в отвар 1 ст. л. меда. Принимать по полстакана 3 раза в день за 40 мин до приема пищи.

### *При саркоидозе легких*

- ❖ Мед — 300 г, сок алоэ — 200 г, вино красное без сахара — 500 мл тщательно смешать, выдержать неделю в холодильнике, периодически помешивая. Принимать 3 раза в день за 40 мин до еды по 1 ст. л., затем сделать месячный перерыв и лечение повторить. Нужно пройти 3—4 курса в год в зависимости от течения болезни.
- ❖ Приготовить 20%-ную настойку прополиса. Пить по 15—20 капель в теплой воде за час до еды 3—4 раза в день. На курс лечения необходимо 100 мл настойки.
- ❖ Взять по 2 ст. л. коры дуба, цветов липы, ромашки и приготовить отвар. Для полоскания горла взять стакан отвара, добавить в него 1 ст. л. меда, хорошо размешать и полоскать 4—6 раз в день после еды.



- ❖ Взять сок одного лимона и 3 ст. л. меда. Хорошо размешать и залить 2 стаканами кипятка. Полоскать горло теплой смесью каждые 3—4 ч через 15—20 мин после еды в течение всего дня и на ночь перед сном.

## **Средства лечения при заболеваниях сердечно-сосудистой системы**

Глюкоза — необходимый энергетический материал в первую очередь для мышечной ткани, в том числе для мышцы сердца. Поэтому мед рекомендуется при ослаблении сердечной мышцы как диетическое питательное средство.

### *При ослабленной сердечной деятельности*

- ❖ Мед можно употреблять небольшими порциями: 1 ч. л. или 1 ст. л. 2—3 раза в день с молоком, творогом, фруктами или другими пищевыми продуктами.
- ❖ Залить 1 ст. л. сухих плодов шиповника 2 стаканами кипятка, кипятить 10 мин. После охлаждения процедить и добавить 1 ст. л. меда. Принимать по 1/4—1/2 стакана 2—3 раза в день. Напиток хранить в хорошо закрывающейся посуде.
- ❖ Сложный химический состав меда и наличие в нем глюкозы обеспечивают сердечную мышцу большим количеством энергии, улучшают обезвреживающую функцию печени и нормализуют нервную деятельность, что благотворно сказывается при ухудшении или ослаблении сердечной деятельности: 100—140 г меда в сутки распределяют на небольшие порции и принимают 1—2 мес. по 50 г меда в сутки. Курс лечения — 1—2 мес.
- ❖ Приготовить кашу из 5 головок чеснока и 5 лимонов с кожурой без семян. Полученную смесь соединить с 0,5 л меда и тщательно смешать, настоять в темном месте 5—7 дней, периодически помешивая. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за час до еды 1,5—2 мес. В зависимости от действия состава и при необходимости лечение повторить через 2—3 недели. Хранить лекарство в холодильнике.
- ❖ 100 г сухой травы зверобоя залить 2 л кипятка и варить при слабом кипении 10 мин. Затем снять с огня и охладить, добавить 200 г меда и размешать до полного растворения. Хранить в холодильнике в закрытом виде. Принимать по полстакана 3 раз в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — по рекомендации врача.

- ❖ Измельчить корень хрена и смешать его с медом в пропорции по объему 1:1. Принимать по 1 ст. л. за 30—40 мин до завтрака. Курс лечения — 3—4 недели или до устойчивого улучшения.

### *При гипертонической болезни*

- ❖ Взять стакан сока столовой свеклы, стакан сока моркови, стакан сока хрена или редьки (натертый хрен предварительно настаивают на воде в течение 36 ч) и сок одного лимона со стаканом меда, все хорошо перемешать. Принимать по 1 ст. л. 2—3 раза в день за час до еды или через 2—3 часа после еды. Курс лечения — 1,5—2 мес. Хранить такие соки нужно в хорошо закрывающейся стеклянной посуде в прохладном месте.
- ❖ Для лечения гипертонической болезни рекомендуется применение цветочной пыльцы в смеси с медом в соотношении 1:1 или 1:2 по 1 ч. л. 3 раза в сутки. Курс лечения — 15—20 дней.
- ❖ Мед благотворно действует на сердечную мышцу. Он способствует расширению венозных сосудов и благодаря этому улучшает коронарное кровоснабжение. При гипертонической болезни больным показана смесь меда с равным количеством пропущенной через мясорубку клюквы. Принимают ее по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.
- ❖ 500 г ягод черной смородины протереть, добавить 5 ст. л. меда и тщательно перемешать. Принимать по 1 ст. л., добавляя кусочек пищевого льда, 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — по самочувствию.
- ❖ Взять по стакану сока красной моркови, столовой свеклы, хрена, меда, 130 г водки и добавить сок 2 лимонов. Смесь перемешать деревянной лопаткой в эмалированной посуде в течение 30 мин. Принимается по 1 ст. л. при гипертонической и язвенной болезни, гепатите за 20—30 мин до еды в течение месяца. Через 2 мес. курс можно повторить.
- ❖ Перемешать 1 стакан сока редьки, 1 стакан сока свеклы, 200 г клюквы, 200 г меда майского, 20 г коньяка. Все это пить по 1 ст. л. за час до еды при высоком давлении. Пить только сок, а жмых выбросить.
- ❖ Для лечения гипертонии с успехом можно использовать смеси овощных соков, приготовленных с медом и алкоголем. 2 стакана свекольного сока, 300 г цветочного меда, сок 1 лимона, 1,5 стакана клюквенного сока, 1 стакан водки тщательно смешать. При-

нимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды. Курс лечения — 1 мес. Хранить в холодильнике.

- ❖ 1 стакан лукового сока смешать с 6 ст. л. меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды или через 2 ч после еды. Курс лечения — до устойчивого облегчения.
- ❖ Приготовить смесь из 150 г толченых грецких орехов и 2 ст. л. меда. Принимать полученное лекарство в течение дня в 3 приема за час до еды. Курс лечения — 1—1,5 мес. или по рекомендации лечащего врача.
- ❖ Взять по 1 стакану яблочного сока, сока лимона, все компоненты тщательно перемешать и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды в течение 1,5—2 мес. или до наступления устойчивого улучшения.
- ❖ Взять по 200 г морковного сока, свекольного сока, меда и по 100 г клюквы и спирта. Все компоненты тщательно смешать, настоять 3—4 дня в темном месте и принимать в течение дня за час до еды. Курс лечения — 1 мес. Хранить в холодильнике.
- ❖ Подскочившее кровяное давление можно нормализовать путем регулярного приема следующего напитка. Взять 2 чашки теплой воды, приготовить кашницу из 15—16 средних зубчиков чеснока и смешать их с 2 ст. л. уксуса и 2 ст. л. меда. Проварить на медленном огне эту смесь в течение 30—40 мин, остудить и принимать 3 раза в день по 2 ст. л. за час до еды.  
В Индии, в течение нескольких веков такое лекарство используют для понижения кровяного давления и лечения сопровождающих его болей в груди и головокружения. Курс лечения — 3—4 недели или по самочувствию.
- ❖ Взять в равных частях по объему цветочную пыльцу и мед, тщательно смешать. Принимать по 2 ч. л. смеси 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 1 мес. При необходимости после недельного перерыва лечение можно повторить. Смесь хранить в холодильнике.

### *При гипотонии*

- ❖ Взять 6 лимонов средней величины, порезать их, не снимая кожуры, удалить семена и пропустить через мясорубку. Полученную кашницу переложить в трехлитровую банку и залить 1 л холодной кипяченой воды. Настоять 2—3 суток, затем добавить 600 г жидкого меда, тщательно перемешать и вновь поставить в холодильник на 2,5 суток, периодически встряхивая. Готовую смесь принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды.

Курс лечения — 1—1,5 мес. Через 2—3 недели перерыва лечение при необходимости можно повторить.

### *При ишемической болезни сердца*

- ❖ Полезен мед с чесноком: 200 г очищенного, натертого или размятого в ступе чеснока залить 350 г жидкого меда, тщательно перемешать и настаивать в течение недели. Принимать по 1 ст. л. за 40 мин до еды 3 раза в день в течение 1—2 мес.
  - ❖ Взять равное количество по объему настойки плодов боярышника и прополиса. Лучше купить в аптеке и принимать по 15—20 капель, разведенных в 50 мл теплой кипяченой воды, 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Применять при болезнях сердца, головокружении, бессоннице. Курс лечения — 3—4 недели.
  - ❖ Смесь из 1 стакана сока шиповника и 1 стакана меда принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды.
  - ❖ Взять 125 г измельченных плодов инжира, 250 г меда и 50 г водки и тщательно размешать. Хранить в холодильнике. Принимать по 1 ч. л. через час после обеда и ужина. Курс лечения — 4—6 недель.
  - ❖ 1 ст. л. очищенных семян шиповника залить 2 стаканами кипятка, варить 10 мин, охладить, процедить, добавить 1 ст. л. меда. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30—40 мин до еды.
  - ❖ Взять по 1 стакану меда и морковного сока и тщательно смешать. Принимать приготовленную смесь по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели. После месячного перерыва при необходимости лечение можно повторить.
  - ❖ Протирают свежий хрен, сколько вмещается в ложку, смешивают с 1 ст. л. акациевого меда до получения однородной массы, затем съедают до завтрака. У смеси приятный вкус, час спустя можно завтракать. Лечение не применяется дольше 30 дней. Нужно помнить, что смесь хрена с медом изготавливают только ежедневно. Если больной жалуется на боли в желудке из-за хрена, рекомендуют уменьшение дозы до 1 ч. л. (вместо 1 ст. л.), затем дозу постепенно увеличивают до первоначальной ложки.
- До начала лечения необходимо сделать анализы (кровь на сахар и анализ желудочного сока) для установления пределов потребления меда и хрена. Такое лечение можно провести в любой месяц года при болезнях сердца, ишемической кардиопатии, грудной жабе. После 30 дней лечение прерывают на 2 мес. и возобновляют, если к больным возвращаются кардиональные боли.

Во время лечения медом и хреном следует избегать применения синтетических медикаментов, запрещаются курение, прием спиртных напитков, сильное физическое и умственное напряжение, бег, ходьба в холодный ветер, дождь и чрезмерную жару. Рекомендуется легкая прогулка (вначале мелкими шагами, затем немного быстрее), легкие гимнастические упражнения. Следует избегать нервного напряжения, волнения. Курс лечения — 5—6 мес.

### *При варикозном расширении вен*

- ❖ Приготовить 250 г кашицы чеснока и тщательно смешать с 350 г жидкого меда, настоять в холодильнике неделю, периодически помешивая содержимое. Принимать при тромбофлебите по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 1,5 мес.
- ❖ 1 стакан сока белого репчатого лука и 1 стакан меда тщательно смешать. Настоять 3 дня при температуре 18—22 °С, затем поставить на 8—10 дней в холодильник. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Рецепт эффективен при тромбозах глубоких вен ног. Курс лечения — 1,5—2 мес.
- ❖ Приготовить настой березовых почек в соотношении 1:10 и смешать с 2 ч. л. яблочного уксуса и 2 ч. л. меда. Готовую смесь принимать утром и вечером по 150—200 г за 30—40 мин до еды. Из меню больного исключить кондитерские изделия и сладости, кроме этого, необходимо смазывать вены ног яблочным уксусом утром и вечером по направлению снизу вверх.
- ❖ Кроме сложных рецептов при этом недуге можно использовать и чистый мед. Нанести слой меда, приложить его к больному месту, закрыть сверху вошеной бумагой и закрепить лейкопластырем. В первый день компресс оставить на 2 ч, во второй — на 3, в третий день — на 4, а на 5-й и далее на всю ночь. Курс лечения — 1—1,5 мес.

### *При стенокардии*

- ❖ Приготовить кашлицу из 0,5 кг лимонов и залить ее медом. Принимать утром и вечером по 1 ст. л. за 30—40 мин до еды. Курс лечения 3—4 недели.
- ❖ Рекомендуется смесь: сок алоэ — 100 г, меда — 300 г, измельченные грецкие орехи — 500 г и сок 1—2 лимонов. Принимают по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения — 1 мес.
- ❖ Взять 2 листа алоэ, срезанных ниткой, выжать из них сок с помощью соковыжималки. Добавить сок 2 лимонов и 400 г меда.

Все компоненты смешать, деревянной лопаткой переложить в стеклянную банку, закрыть и поставить в холодильник на неделю. Перед приемом состав перемешивать деревянной ложкой или лопаткой. Принимать 3 раза в неделю по 1 ст. л. за час до еды. Курс лечения — 1,5–2 мес., после месячного перерыва лечение можно повторить.

### При аритмии

- ❖ Для лечения аритмии из 2–3 листьев золотого уса выжимают сок и смешивают его с 250–300 г меда и 2 ст. л. лимонного сока. Полученную смесь принимают по 1 ст. л. 2 раза в день за 40 мин до еды. Курс лечения — 10 дней.

## Сосудистые заболевания

Благодаря ряду натуральных биологически активных веществ, содержащихся в растениях и продуктах пчеловодства, препараты, получаемые из их комплекса, обладают особыми целебными свойствами при определенных недомоганиях человеческого организма. Препараты, приготовленные на основе вытяжки из чеснока и других растений с медом и вытяжкой прополиса применяются при сердечно-сосудистых заболеваниях, для предупреждения склероза.

**Способ изготовления вытяжки из чеснока:** 200 г долек чеснока, очищенных от кожуры, 2 раза пропускают через мясорубку. В измельченный таким образом чеснок выливают 100 г 96 %-ного спирта. Полученную смесь хранят в закрытой посуде из темного стекла в прохладном месте, защищенном от света, в течение 20 дней. Затем смесь фильтруют через полотно. Полученную вытяжку хранят еще 3 дня в таких же условиях, затем добавляют 50 г акациевого меда и 10 г 30%-ной спиртовой вытяжки прополиса. Смесь хорошо перемешивают и получают препарат для лечения. Принимают капли за полчаса до еды 3 раза в день, придерживаясь следующей схемы (капли принимать с небольшим количеством воды).

Дни лечения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Доза в каплях каждый раз до еды															
Утром	1	4	7	10	13	15	12	9	6	3	25	1	4	7	10
В обед	2	5	8	11	14	14	11	8	5	2	25	2	5	8	11
Вечером	3	6	9	12	15	13	10	7	4	1	25	3	6	9	12

Таким образом, дозировка, вначале возрастающая от 1 до 15 капель, затем убывающая в обратном порядке до 1 капли. На 11-й день следует принимать по 25 капель 3 раза в день, а в последующие дни дозировка вновь возрастает от 1 до 12 капель.

## *После инсульта и инфаркта миокарда*

- ❖ Приготовить кашицу из очищенных от кожуры 5 лимонов, смешать с кашицей из 2 головок чеснока и 0,5 л меда, настаивать месяц в холодильнике. Готовую смесь принимать путем рассасывания по 1 ч. л. за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 4—5 недель.

### *При лечении атеросклероза*

- ❖ Взять по 10 г мяты (травы), буквицы (травы), вероники (травы), боярышника (цветы или плоды) — 40 г, земляники (травы) — 30 г. Заварить 1 ст. л. смеси 250 мл кипятка и пить как чай с медом или сахаром. Смесь очень вкусная, ее можно добавлять в чай.
- ❖ Взять по 30 г клевера (травы с цветами), кипрея (травы с цветами) и по 10 г зверобоя, пустырника (травы), березы (листа). Настоять 2 ст. л. смеси в 300 мл кипятка 20 мин и пить вместо чая с медом.
- ❖ Приготовить сок лука и смешать его с медом в пропорции 1:1. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Приготовить 1/2 стакана лимонного сока и смешать с 5 ст. л. меда и 2 ст. л. растительного масла. Принимать по 1 ст. л. утром за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Цветочную пыльцу принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели, после месячного перерыва прием пыльцы можно повторить, но не более 4 раз в год.
- ❖ Приготовить 200 г сока черной редьки, добавить в него 200 г меда и 4 ст. л. сока золотого уса. Все компоненты тщательно перемешать и принимать от 50 мл до 1 стакана в день. Увеличивать дозу каждый день на 25 мл. Курс лечения — 4 недели.

## **Средства лечения при заболевании суставов**

### *Лечение ревматизма и заболеваний суставов пчелиным ядом*

При лечении ужалением одну пчелу прикладывают на наружную поверхность плеч, бедер или поясницу, ежедневно меняя места. Затем в каждый последующий день необходимо прибавлять по пчеле. Так в течение 10 дней, после чего делается перерыв на 4 дня, затем

курс снова повторяется. Лечение следует проводить только по назначению и под наблюдением врача.

Русские знахари и лекари с давних пор врачевали своих пациентов ужаливанием пчел. Врачи современной официальной медицины как в России, так и за рубежом стали применять этот метод лечения при различных формах ревматизма. Методика лечения этим способом отличается своей простотой. Ловят пчелу, берут ее за крылья или грудку и сажают на больное место. Пчела почти мгновенно жалит, ее еще несколько секунд держат и отпускают. В следующий раз эту процедуру производят через сутки, в 5—6 см от места первого ужаления по схеме, показанной в первом разделе книги. Первый день делают ужаление одной пчелы, на следующий день — двух, на третий — трех, и так до пяти. Затем дают больному 2 дня отдыха и производят ужаление в обратном порядке, т.е. начинают от пяти пчел и, убавляя каждый день по пчеле, сводят на нет.

Если пациент вылечился не до конца, то через неделю курс повторяют. Как правило, двух курсов бывает достаточно, чтобы недуг отступил.

### *При остеохондрозе*

- Отрезают бритвой пластинку прополиса, накладывают на болевую (триггерную) зону и заклеивают большим по площади куском лейкопластыря для обезболивания при остеохондрозе. Данная процедура длится 1—2 суток.

### *При подагре (отложение солей)*

Подагра — заболевание, которое развивается постепенно. Будьте терпеливы при лечении, за несколько дней приема отвара трав с медом выздоровление не наступит. Принимать отвары надо длительное время. Чтобы соли отходили безболезненно, не следует ограничивать прием жидкости.

- При подагрическом артрите издавна употребляется отвар бузины черной, причем используют любую часть этого кустарника — цветы, кору, листья, корни. Нельзя путать бузину черную (кустарник) с бузиной травянистой (вонючей). Растения похожи, но бузина травянистая ниже, имеет очень неприятный запах. Цветы ее белые с красными пыльниками, а у бузины черной — беложелтые. Бузина травянистая считается токсичной.

Отвар бузины черной готовится из расчета 20 г цветов на 200 мл кипятка. Употреблять по 1/3 стакана 3—4 раза в день перед едой. Пить отвар лучше с медом. Последнюю порцию горячего отвара принять на ночь.



- ❖ Взять в равных частях по весу порошок ряски водяной и мед и тщательно их смешать, сделать пилюльки размером с фасолину и принимать по 2 штуки 3 раза в течение дня за 30 мин до еды.

### *При радикулите*

- ❖ Приготовить 1,5 стакана сока редьки черной, стакан меда, 100 мл водки и 1 ст. л. поваренной соли, все компоненты тщательно смешать. Использовать полученный состав для втирания в больные места.
- ❖ 2 стакана меда, 3 стакана растительного масла, 2 ст. л. настойки золотого уса перемешать и настоять 5 дней. Затем на марлевую салфетку нанести слой мази, положить на больное место, накрыть вошеной бумагой и закрепить лейкопластырем. По окончании процедуры оставшуюся мазь удалять теплым ватным тампоном. Курс лечения — 5—7 дней, при необходимости лечение можно повторить через 3—4 дня.
- ❖ При радикулите хорошо помогает мазь из свежего сока чистотела с вазелином, приготовленная в соотношении 1:4. Она эффективно снимает боли, дает быстрое улучшение. После снятия боли процедуру приостанавливают.
- ❖ Приготовить 50 мл раствора фурацилина, добавить в него 1 ч. л. меда, хорошо размешать и на 5—6 с опустить в этот раствор горчичники, после чего наложить их на больное место. Через 4—6 мин снять. Остатки горчичников не стирать, а накрыть больное место вошеной бумагой или пленкой и завязать шерстяным платком. Оставить повязку на ночь. Наутро больной почувствует заметное улучшение.

### *При заболеваниях суставов*

- ❖ Приготовить обезболивающее средство из 1 стакана меда, 1,5 стакана сока редьки и 1/2 стакана водки. Все тщательно перемешивают и втирают в больные места. После чего на этот сустав накладывают теплую повязку.

### *При артрите*

- ❖ При этом заболевании необходимо в течение 3—4 недель принимать в день по 2 г прополиса или добавлять в виде порошка в пищу, а также можно чистый прополис просто долго жевать. При лечении прополисом в меню следует включать продукты, выводящие из организма соли и мочевые кислоты.

- ❖ Взять 2 стакана цветочного меда, 6 лимонов без кожуры, 5 средних головок чеснока, 3 листа золотого уса. Из лимонов отжать сок, превратить в кашицу чеснок. Листья золотого уса измельчить, соединить все компоненты и тщательно перемешать, положить в стеклянную емкость и поставить в холодильник на 5—7 дней. Принимать 1 раз в день, лучше утром, за 30 мин до еды, по 3 ч. л., с интервалом между приемами 6 мин, ежедневно. Курс лечения — 3—4 недели проводить регулярно, не пропуская ни одного дня.

### *При остеомиелите*

- ❖ Взять по 5 г следующих компонентов: воск, лук репчатый (кашица), мыло дегтярное, деготь, сметана, мед. Все смешать, потопить на медленном огне полчаса, пока масса не станет однородной. Нанести мазь на соответствующее место, накрыть вошеной бумагой и наложить теплую повязку.

### *При полиартрите*

- ❖ Приготовить 1/2 л сока из корней сельдерея и смешать его с 0,5 кг цветочного меда. Хранить в холодильнике. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели. При необходимости лечение можно повторить. Во время лечения ежедневно полезно съесть 2 яблока и 5 грецких орехов. Описанная схема лечения особенно эффективна при деформирующем полиартрите.
- ❖ При лечении обменного полиартрита на больное место нанести тонкий слой меда, затем горчичник, опустить в теплую воду и положить сверху на мед, закрыть вошеной бумагой, сделать теплую повязку. Оставить на 1,5—2 ч. Лечение проводить с двухдневным перерывом. Курс лечения — 3—4 недели.

## **Средства лечения при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и других заболеваниях**

### *При желудочно-кишечных заболеваниях*

- ❖ Ежедневное умеренное употребление меда действует регулирующе на кишечник, поэтому рекомендуется принимать внутрь 50—100 г меда в чистом виде или в смеси с водой; ставить клизму, для

чего растворить 1 ст. л. меда в стакане кипяченой воды, добавить 1 ст. л. лимонного сока. Введя жидкость в кишечник, задержать ее на 10—15 мин. Использовать как легкое слабительное.

- ❖ Мед растворить в стакане теплой кипяченой воды (утром и вечером 30—60 г, днем — 40—80 г), принимать за 1,5—2 ч до завтрака и обеда и через 3 ч после ужина. Растворенный мед разжижает слизь в желудке, снимает боль, устраняет тошноту, изжогу.
- ❖ Смешать вместе 100 г меда, 100 г гусиного (свиного) сала, 100 г какао и 15 г сока алоэ, принимать по 1 ст. л. на стакан горячего молока. Сало можно заменить сливочным маслом, исключить какао. Принимать по 1 ст. л. 2 раза в день (утром и вечером). Смесь эффективна и при желудочно-кишечных заболеваниях.
- ❖ При болях в желудке и кишечнике взять 2 ст. л. семян укропа, 2 ст. л. меда и залить 2 стаканами кипятка. Настоять 2—3 ч в термосе, процедить, охладить, принимать по полстакана 3 раза в день за 30 мин до приема пищи. Курс лечения — 2—3 недели или до наступления устойчивого улучшения.
- ❖ При желудочно-кишечных заболеваниях взять 1 ст. л. сушеницы болотной и залить стаканом кипятка, настоять 30—40 мин и добавить 1 ст. л. меда. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день. С низкой кислотностью принимать за 2 ч до еды, с высокой — через 2 ч после еды. Курс лечения — до наступления устойчивого улучшения.

### *При заболеваниях желудка*

- ❖ В старинных русских лечебниках сок подорожника с медом рекомендуется при заболеваниях желудка. Причем он показан только при пониженной и нормальной секреции желудочного сока. Готовят смесь так: 500 г меда смешивают с 500 г сока подорожника и варят на очень слабом огне в течение 20 мин. Охлажденную смесь принимают перед едой по 1 ст. л. 3 раза в день.

### *Хронический гастрит*

- ❖ Прополис настаивают на 95%-ном спирте (1:5) при комнатной температуре в течение 2 суток. Фильтруют через марлю. Разбавляют водой до 30 %. После определения реакции организма на прополис препарат назначают внутрь по 40 капель на стакан теплой воды или молока 3 раза в день за час до еды при обязательном соблюдении диеты (по Певзнеру). В процессе лечения на 5—10-й день отмечается улучшение.

- ❖ В течение 20 дней принимать 20 г пыльцы за 20—30 мин до еды. После лечения улучшаются общее самочувствие, работоспособность, аппетит, исчезают недомогание, слабость, очищается язык, исчезают и уменьшаются боли в правом подреберье, эпигастральной области, кишечнике, головная боль, потливость и раздражительность, нормализуются сон и кровяное давление.
- ❖ Взять по 100 г меда и сока алоэ, добавить 1 ст. л. натертой на мелкой терке моркови. Принимать 3 раза в течение дня по 1 ч. л. за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Взять по стакану меда, сока из листьев каланхоэ, водки и тщательно смешать, настоять в темном месте 40—45 дней. Принимать по 1 ст. л. только утром за 30 мин до еды ежедневно. Курс лечения — пока не закончится приготовленный состав. Хранить в холодильнике.
- ❖ Приготовить 100 г сока алоэ древовидного, добавить 250 г меда и залить смесь стаканом кагора, настоять в течение 4 ч и принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — пока не закончится смесь.
- ❖ Приготовить 100 г сока алоэ и смешать его со 100 г меда. Принимать по 2 ч. л. утром и вечером за полчаса до еды. Курс лечения — 4—6 недель. Хранить в холодильнике.

### *При язвенной болезни желудка*

- ❖ Необходимо принимать мед за 1,5 ч до приема пищи или через 3 ч после еды. Лучше всего мед принимать за 1,5—2 ч до завтрака и обеда, а затем через 3 ч после полдника. Рекомендуется принимать мед, разбавленный теплой водой, что способствует уменьшению тонуса мускулатуры желудка и лучшему всасыванию меда. Желательно утром и вечером принимать по 30 г меда, а днем — 40 г. Курс лечения — 1,5—2 мес. Больным с язвенной болезнью с пониженной кислотностью рекомендуется принимать мед за несколько минут до приема пищи.
- ❖ Взять 60 г прополиса, положить в морозилку на сутки, затем быстро измельчить и залить стаканом медицинского спирта. Периодически взбалтывать бутылочку, пока прополис не растворится. Настоять неделю. Принимать за час до еды по 1 ч. л. на полстакана горячей воды. Во время лечения исключить спиртное. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Смешать маточное молочко с медом в соотношении 1:100. Приготовленную смесь принимают по 2 ч. л. 3 раза в день. Для

предупреждения инактивации маточного молочка желудочным соком необходимо за 10 мин до приема выпить 0,5 стакана минеральной воды (боржоми) или раствор соды (1 ч. л.) в кипяченой воде (0,5 стакана). При повышенной чувствительности к маточному молочку (нарушение сна) необходимо отказаться от его применения.

- ❖ Взять 1 кг измельченного алоэ в возрасте от 3 до 5 лет (за 5 дней до срезания растение не поливать), 0,8 кг майского меда, 1,5 л красного крепкого вина (16—18°). Все компоненты смешать, поместить в стеклянную банку и поставить в холодильник на 5 дней. Банка должна быть плотно закрыта. Принимать по следующей схеме: первые 5 дней по 1 ч. л. 1 раз в день утром за 30 мин до еды, а в последующие дни по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды. Курс лечения — 2—3 недели.

### *При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки*

- ❖ При этом заболевании очень эффективно лечение медом. В первые четыре дня утром за 2 ч до еды принимать по 100—150 г меда, днем еще 2 раза по 50—100 г также за 2 ч до приема пищи. На 5-й день только утром, 50 г за 2 ч до завтрака. В дальнейшем такую дозу принимать в течение месяца. По истечении 2 недель с начала лечения боли исчезают, а через месяц язва заживает. Для закрепления лечения употребление меда можно продолжить еще неделю или две.
- ❖ Листья алоэ 3—5-летнего возраста выдержать в темноте при температуре 4—8°С в течение 12—14 дней, затем листья промыть в воде, измельчить и залить кипяченой водой в соотношении 1:3. Эту смесь оставить на 1—1,5 ч. Затем сок отжать, 100 г сока алоэ смешать с 500 г измельченных грецких орехов и добавить 300 г меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ Взять 100 г сливочного масла и 10 г измельченного прополиса. Хорошо перемешать и поставить на водяную баню на 10 мин. Нагреть смесь, не доводя до кипения. Профильтровать ее в горячем виде. Принимать по 1 ч. л. на 200 г теплого молока за 2 ч до еды. Курс лечения — 2—3 недели. Применение этого рецепта при заболеваниях печени не рекомендуется.
- ❖ При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки мед лучше принимать за 1,5—2 ч до завтрака и через 3 ч после полдника, разбавляя его теплой водой. Принимать мед желательнее утром и вечером по 30 г, а днем — 40 г. Курс лечения — 1,5—

2 мес. Больным язвенной болезнью с пониженной кислотностью мед рекомендуется принимать за 5—10 мин до еды. По указанию врача медолечение можно сочетать с медикаментозными средствами. При непереносимости одного сорта меда необходимо перейти на другой.

- ❖ Взять 10 г измельченного прополиса и залить 100 г 70%-ного спирта, затем настоять в течение суток, периодически взбалтывая, и поставить в холодильник на 2—3 ч, после чего профильтровать и принимать по 20 капель на 100—150 мл воды, 3 раза в день за 2 ч до еды. Курс лечения — 2—3 недели. По окончании приготовленной настойки сделать недельный перерыв и при необходимости курс лечения повторить.
- ❖ Взять 1 ч. л. 10—20%-ной спиртовой настойки прополиса и смешать с 50 мл 0,25%-ного теплого раствора новокаина и принимать 3 раза в день при язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Курс лечения — 4—6 недель.
- ❖ Взять 1 ст. л. болотной сушеницы и залить стаканом кипятка, настоять полчаса и добавить 1 ст. л. меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Взять 0,5 кг меда, 0,5 л оливкового масла, сок 2 лимонов и все компоненты смешать. Смесь хранить в холодильнике. Перед приемом перемешивать деревянной ложкой. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения — 3—4 недели. Одновременно с лечением желательно съедать ежедневно по 5 шт. ядер грецкого ореха. Весной и осенью курс лечения можно повторить.
- ❖ Взять 1 кг сушеных, пропущенных через мясорубку абрикосов, 1 кг изюма, 1 кг ядер грецкого ореха, кашу от 5 лимонов с кожурой, без семян и 1 кг меда. Смешанные компоненты хранить в холодильнике. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели. При необходимости лечение можно повторить только через месяц.
- ❖ Взять сушеницу топяную — 1 дес. л. на 1 стакан кипятка, кипятить 3—4 мин, настоять 30—40 мин. Пить по 1/4 стакана за час до еды 3—4 раза в день. Можно в конце кипячения добавить 1 ч. л. меда — это ускоряет заживление язв. Курс лечения — 1—1,5 мес., повторить через месяц.

### *При гастрите с повышенной и пониженной кислотностью*

- ❖ Рекомендуется принимать мед за 1,5—2 ч до еды 3 раза в день при гастрите с повышенной кислотностью, растворив 1 ст. л. в стакане теплой воды, а с пониженной — непосредственно перед едой,

растворив в холодной воде. В обоих случаях суточную дозу (120—150 г) меда распределяют равномерно. Курс лечения — 1,5—2 мес.

- 500 г меда залить 500 мл сока подорожника большого, нагреть до кипения и варить 10—15 мин. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за 10 мин до еды, разбавляя сироп в 100 мл холодной воды, при гастрите с пониженной кислотностью, и по 2 ст. л. 3 раза в день через 1,5—2 ч после еды, растворяя сироп в 100 мл теплой воды, — с повышенной. Курс лечения — 2—3 недели.

### *При хронических запорах*

- Мед очень эффективен при запорах. Для приготовления смеси 15 г засахаренного меда разводят в стакане теплого молока. Детям в возрасте 5—8 лет дают по 1 дес. л. перед сном.
- Срезанный лист алоэ положить на 2 недели в холодильник (биостимуляция). Потом отжать сок и смешать его поровну с медом, если мед засахарился, немножко подогреть. Принимать по полстакана утром натощак. Через 2 дня дозу можно уменьшить.
- Приготовить 150 г свежих листьев алоэ, срезать с них колючки, измельчить и залить 300 г меда, нагреть полученный состав, не доводя до кипения. Затем настоять 36 ч, периодически помешивая. Разогреть и процедить. Принимать по 10 мл утром за 40—60 мин до еды. Курс лечения — 2—3 недели.
- Отвар молодых листьев бузины черной с медом — хорошее слабительное средство: 20 г листьев на стакан кипятка, добавить 1 ст. л. меда. Принимать по 1/4 стакана после еды.
- Смесь цветов и листьев терна является мочегонным и слабительным средством. Заваривать довольно густо: 2 ст. л. на стакан кипятка. Пить, как чай с медом.
- Взять 3 ст. л. толочна и смешать с 2 ст. л. меда и 1 ч. л. поваренной соли. Принимать приготовленную смесь всю сразу, запивая водой. Курс лечения — 1—2 недели.
- Взять 1 ст. л. касторового масла, 1 яичный желток, 1 ст. л. меда и все это тщательно размешать в 1 стакане воды. Принимать по 1 ст. л. через каждые 1,5—2 ч. Курс лечения — до полного избавления от недуга.
- Приготовить 150 г сока алоэ (перед этим растение не поливать 2 недели), смешать с 50 г сока золотого уса, 300 г жидкого меда. Смесь хранить в холодильнике. Принимать по 1 ст. л. 2 раза — утром и на ночь за 30 мин до еды. Запивать водой. Хранить

состав в холодильнике. Курс лечения — до наступления устойчивого улучшения.

- ❖ Взять 20 г листьев терна и залить 0,5 л кипятка, настоять при комнатной температуре 1 ч. Настой принимать по 100 мл горячим, добавив к нему 1 ст. л. меда, 3 раза в день через час после еды. Курс лечения — 2—3 недели.
- ❖ Тыквенная каша с медом улучшает моторную функцию кишечника, усиливает мочеотделение и выведение солей из организма. На 500 г тыквы — 0,5 стакана воды, 60 г манной крупы, 2 ст. л. меда и 50 г сливочного масла. Очистить тыкву от кожи и семян, нарезать маленькими кубиками, припустить ее со сливочным маслом, затем засыпать манную крупу или пшено, предварительно распаренное, добавить мед, соль и варить до готовности.
- ❖ Для предупреждения запоров у детей делают клизму из 15 г светлого меда и 100 г теплого молока.

### *При геморрое*

- ❖ Мед принимают внутрь как нежное послабляющее средство, не вызывающее метеоризма кишечника (вздутия живота), а также местно. При наружном геморрое местно смазывают жидким медом или смесью его с равным количеством сока свеклы и делают марлевую прокладку. При внутреннем геморрое смесь меда с бальзамом Шестаковского вводится внутрь при помощи 25—30-граммовой детской клизмочки. Для того чтобы раствор было легко набрать в клизмочку, к этой смеси добавляют небольшое количество кипяченой теплой воды.
- ❖ Приготовить 2 л сока из свежих ягод рябины красной, добавить 1 ч. л. меда, принимать по 50 г 3 раза в день за 30 мин до еды всю осень. Курс лечения — 2—3 недели.
- ❖ В течение всего весенне-летне-осеннего сезона пить по 1 ч. л. свежий сок тысячелистника пополам с медом 3 раза в день за 15—20 мин до еды. Это радикальное средство, если проводить его длительное время.
- ❖ Приготовить порошок из семян горца птичьего, смешать в соотношении 1:1 по весу с медом и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды, запивая холодной кипяченой водой. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Взять по 2 ст. л. пчелиного воска и канифоли. Растопить их на водяной бане, снять с огня и добавить к ним 2 ст. л. облепихового



масла и 1,5 ст. л. прополиса. Когда состав остывает, сформовать свечи и положить их в холодильник. Вставлять ежедневно по 1 свече в прямую кишку перед сном. Курс — до полного излечения недуга.

- ❖ 15 г прополиса измельчить и залить остуженной кипяченой водой на 5 см выше слоя прополиса, настоять 3 дня, периодически встряхивая при комнатной температуре. Затем смочить ватный тампон в настое и закладывать его в анальное отверстие несколько раз в день и обязательно на ночь. Курс лечения — 2—3 недели или по рекомендации врача.
- ❖ Приготовить смесь: сварить 1 головку чеснока, размять ее и смешать с 1 ч. л. меда и 0,25 ч. л. уксуса. Смазывать больные места приготовленной смесью 4—5 раз в течение дня и обязательно на ночь. Зуд и неприятные ощущения вскоре пройдут.

### *При колитах и энтероколитах*

- ❖ Заварить 1 ст. л. высушенных цветов ромашки в 1 стакане кипящей воды на 1—2 ч, отфильтровать, добавить 1 ч. л. меда; использовать внутрь по 1 ст. л. 3 раза в день после еды или в виде клизм.
- ❖ Применяют в чистом виде пергу по 1 ч. л. 3 раза в день. Курс лечения 1—1,5 мес. Побочные эффекты отсутствуют.
- ❖ Хорошие результаты дает при лечении этих заболеваний, не поддающихся терапии антибиотиками и другими медикаментозными средствами, применение смеси из 180 г меда и 50 г перги. Для приготовления смеси мед растворяют в 800 г холодной воды и при постоянном помешивании добавляют пергу. Смесь на несколько дней оставляют при комнатной температуре до появления признаков брожения. Принимают по 1/2—2/3 стакана перед едой. Курс лечения — 1—1,5 мес. Побочные явления отсутствуют.
- ❖ При остром и хроническом воспалении тонких кишок (энтерите) хорошо помогает отвар шишек ольхи, собираемых с сентября по март. Взять по 20 г ольхи серой (шишки), солодки (корень), ромашки (цветы) и калган дикий (корень) — 10 г. Заварить 1 ст. л. смеси стаканом кипятка, дать настояться 40 мин и принимать теплым с медом после еды или на ночь.
- ❖ Приготовить 20%-ный раствор прополиса на 70%-ном этиловом спирте. Принимать по 40 капель спиртовой настойки прополиса на стакан воды 3 раза в день за час до еды. Необходимо соблюдать диету. Курс лечения — 3—4 недели.

- ❖ Приготовить смесь из 180 г меда, 50 г цветочной пыльцы и 800 мл воды. Мед растворить в холодной воде и при постоянном помешивании добавлять в раствор пыльцу. Смесь оставляют при комнатной температуре на 3—5 дней. Затем принимают по 1/2 стакана за час до еды. Курс лечения — 4—6 недель.
- ❖ Приобрести пергу и принимать в чистом виде по 1 ч. л. 3 раза в день за час до еды. Курс лечения — 2—3 недели.
- ❖ Приготовить раствор из 100 г меда в 1 л свежеприготовленного яблочного сока. Принимать по стакану 3—4 раза в день за 30—40 мин до еды в течение 4—6 недель. После двухмесячного перерыва курс лечения можно повторить.

### *Глистогонные средства*

- ❖ Готовится каша из семян тыквы с медом следующим образом. Высушенные и очищенные от кожуры семена тыквы, сохраняя при этом зеленую оболочку зерен, в которых содержится наибольшее количество глистогонных веществ (300 г), небольшими порциями растереть в ступке, добавляя по каплям воду (не более 50 мл) и мед (15 г). Взрослому принимать натощак по 1 ч. л. с перерывами на протяжении часа. Через 3 ч следует принять слабительное (например, 20 г сульфата магния), а через полчаса поставить очистительную клизму. Детям 2—3 лет дают на прием 50 г семян, 3—4 лет — 70 г, 5—7 лет — 100 г, 10—12 лет — 150 г. Обычно медово-тыквенная каша дается несколько раз с перерывом в 2—3 дня.
- ❖ 1 ч. л. семян цитварной полыни смешать с медом в соотношении 1:1, затем эту смесь соединить с 200 г воды и выпить утром натощак. После ничего не есть. Через час повторить прием семян в том же количестве, а еще через час принять любое слабительное. Курс лечения — 3—5 дней. Подобное лечение желательно провести одновременно всем членам семьи.
- ❖ При лечении плоских и длинных глистов нужно есть в неограниченном количестве измельченные грецкие орехи, смешанные с медом в соотношении 1:1. Принимать ежедневно за 30—40 мин до еды по 2—3 ст. л. смеси до полного излечения.
- ❖ Взять стакан свежих измельченных зеленых корок плодов грецкого ореха и смешать с 3 стаканами меда, варить в закрытой посуде на слабом огне 1 ч, постоянно помешивая. Затем сироп процедить, остаток отжать. Принимать по 1 ч. л. на стакан чая 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 3—5 недель.

## **Средства лечения при заболеваниях печени и желчевыводящих путей**

### *Гепатиты различной этиологии*

- ❖ Компоненты, входящие в мед, способствуют активизации всех процессов, происходящих в печени, повышают защитные функции организма и устраняют дегенеративные изменения клеток печени. С лечебной и профилактической целью утром и вечером рекомендуется принимать смесь, состоящую из 1 ч. л. меда и 0,5 стакана яблочного сока.
- ❖ Очень хорошие результаты получают при лечении больных хроническим гепатитом пергой. Им ежедневно дают по 30 г перги при соответствующей диете на протяжении 30 дней.
- ❖ Приготовить смесь из 10 ст. л. меда, 500 мл оливкового масла и сока 2 лимонов. Хранить в холодильнике и принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Взять 300 г лука и протереть через сито, добавить 2 ст. л. сухой травы полыни горькой и полстакана меда, залить 700 мл белого вина, все компоненты тщательно смешать, настоять 3 недели в холодильнике, периодически встряхивая состав. Затем процедить и принимать по 50 мл 3 раза в день за 40 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели или по рекомендации врача.

### *При заболеваниях печени*

- ❖ Смешать 1 кг меда с 1 кг ягод черной смородины, употреблять по 1 ч. л. за 30 мин до еды. Курс лечения — до наступления улучшения.
- ❖ Взять 2 ст. л. цикория и 1 лист золотого уса. Залить 1 л кипятка и кипятить 5 мин. К полученному отвару добавить 3 ст. л. меда и 1 ч. л. лимонного сока. Принимать полученный состав по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 2 недели.
- ❖ Купить цветочную пыльцу. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 2—3 недели или по рекомендации врача.
- ❖ Приготовить сок травы буквицы лекарственной. Смешать его с равным объемом меда. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Хранить в холодильнике. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Смешать в равных частях по объему сок хрена и мед, настоять сутки. Принимать при заболевании печени по 1 ст. л. 3 раза в день за 20 мин до еды. Хранить в темном прохладном месте.

- ❖ Смешать в равных частях по объему сок из травы полыни горькой и мед. Пить по 1 ч. л. 3—4 раза в день при инсульте, желтухе, геморрое. Смесь хранить в темном прохладном месте.
- ❖ Взять по 200 г водки, оливкового масла, меда, лимонного сока, все слить в стеклянную банку. Настоять в темном месте 10 дней. Перед употреблением состав взболтать. Принимать 3 раза в день за 30—40 мин до еды по 1 ст. л. в течение 2 недель, затем столько же дней перерыв. Курс лечения при необходимости можно повторить. При сахарном диабете употреблять этот состав нельзя.
- ❖ Смешать по 1 ст. л. травы сушеницы топяной, крапивы двудомной, пустырника пятилопастного, горца птичьего (спорыша), травы тысячелистника. Залить 1 ст. л. сбора 500 мл кипятка и настаивать в термосе в течение ночи. Утром процедить и принимать настой в течение дня по 1/2 стакана 4—5 раз в день, добавляя 1 ст. л. меда. Этот фитосбор оказывает мочегонное действие, ускоряет восстановление клеток печени и весь процесс выздоровления.
- ❖ Взять 1 ч. л. перги и принимать 2 раза в день, утром и днем за 30 мин до еды. Курс лечения — 2—3 мес. Параллельно принимать 1 ст. л. меда, разведенную в 50 мл кипяченой воды, также 2 раза в день, но за 20 мин до еды. Этот рецепт поможет при холециститах, циррозе печени и гепатитах.

### *При заболеваниях желчного пузыря и желчевыводящих путей*

- ❖ Жареные початки кукурузы с медом народная медицина советует употреблять при лечении этих заболеваний до наступления улучшения.
- ❖ Приготовить 2 ст. л. кашицы из черной редьки и тщательно смешать с 2 ст. л. меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 2—3 недели. Консультация врача необходима.

### *Желчнокаменная болезнь*

- ❖ При желчнокаменной болезни, которой обычно предшествуют холециститы, дискинезии желчевыводящих путей, нельзя принимать желчегонные средства сильного действия, которые могут вызывать истощение печеночных клеток (например, бессмертник или корень одуванчика), без смешивания с другими травами.

Бессмертник не рекомендуется людям с повышенным артериальным давлением.

- ❖ Вахта трехлистная (трава) — 10 г, ромашка (цветы) — 20 г, мальва (корень) — 30 г, зверобой (трава) — 30 г, репешок (трава) — 30 г. Залить 1 ст. л. смеси 1 л кипятка, настоять полчаса, укутав, и пить с медом теплым по 200 мл за 30 мин до еды в течение месяца.
- ❖ Взять ястребинку волосистую (трава) — 20 г, зверобой (трава) — 20 г, репешок (трава) — 20 г, тмин (раздробленное семя) — 10 г, крушину (раздробленную кору) — 10 г. Эта смесь применяется при запорах, часто сопровождающих дискинезию желчных путей. Заварить 1 ст. л. смеси 500 мл кипятка, настаивать полчаса с медом (2 ст. л. меда на 500 мл воды). Курс лечения — до наступления улучшения.
- ❖ Пижма (цветы) — 10 г, подсолнечник (цветы) — 20 г, жостер (плоды) — 10 г, мята (трава) — 10 г, тысячелистник (трава, цветы) — 10 г, донник (трава) — 5 г, укроп (раздавленное семя) — 20 г, тмин (раздавленное семя) — 20 г. Заварить 1 ст. л. смеси 500 мл кипятка. Настаивать 20 мин, принимать с сахаром или медом по 150 мл теплым за 30 мин до еды. Курс лечения — до наступления улучшения.
- ❖ Приготовить чистотел (траву) — 50 г, Melissa (траву) — 10 г, бессмертник (цветы) — 20 г, шиповник (плоды толченые) — 60 г, крушину (кору) — 20 г, мяту (траву) — 20 г. Эта смесь применяется при сильных болях в области печени и желчного пузыря. Заварить 1 ч. л. 300 мл кипятка и после 15 мин настаивания выпить за один прием с медом.
- ❖ Смешать стакан меда и стакан сока черной редьки, принимать по 2—3 ст. л. 3 раза в день. Смесь при систематическом употреблении предупреждает образование камней в желчном пузыре, повышает гемоглобин крови, в печени улучшает процессы тканевого обмена, благоприятно влияет на процессы пищеварения в кишечнике и предупреждает появление атеросклероза.

### *При хроническом холецистите и холангите*

- ❖ Приготовить 1 кг меда, 200 мл оливкового масла, 4 лимона (причем 2 из них без кожуры). Все лимоны пропустить через мясорубку, добавить к ним остальные компоненты, тщательно перемешать весь состав. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 1,5—2 мес. Хранить в холодильнике, перед применением перемешивание обязательно. При необходимости после двухмесячного перерыва лечение можно повторить.

- ❖ Взять по 500 г сока свеклы красной, сока моркови, меда и коньяка. Принимать по 100 мл 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 1,5—2 мес. Хранить в холодильнике, перед применением перемешать.

## Средства лечения при женских заболеваниях

### *При эрозии шейки матки*

- ❖ При лечении эрозии шейки матки натуральный мед используют местно (см. лечение трихомонадного кольпита) или с помощью метода влагалищного электрофореза. Лечение состоит в том, что во влагалище вводят на 24 ч тампон из марли, смоченный смесью меда и воды в соотношении 1:2. Курс лечения — 15—20 дней. После 5—6 процедур самочувствие больной значительно улучшается, прекращаются выделения. После 10—15 процедур исчезают неприятные ощущения, нормализуется состав секрета, начинается заживление эрозии.
- ❖ Для лечения используют прополис, эффект от которого обусловлен его противомикробными и противовоспалительными свойствами. Применяют его в виде мази. Для ее приготовления прополис очищают от воска и измельчают. В чистой эмалированной посуде расплавляют 100 г медицинского вазелина или свиного очищенного жира, доводят его до кипения, охлаждают до 50—60°C и добавляют 10 г прополиса. Смесь нагревают до 70—80°C, постоянно помешивая в течение 10 мин. Затем процеживают в горячем виде через марлевый фильтр и охлаждают, постоянно помешивая. Хранят мазь в темной стеклянной банке с плотной крышкой в сухом прохладном месте.
- Лечение заключается в очистке пораженного участка оболочки влагалища от секрета и введении тампона с прополисной мазью. Через 10—12 ч тампон вынимают. Процедуру делают ежедневно в течение 10—15 дней. По истечении этого срока в большинстве случаев воспалительные реакции исчезают, наступает эпителизация язвочки.
- ❖ 3 ст. л. сока каланхоэ аптечного и 1 ст. л. меда тщательно перемешать. Обильно пропитать смесью тампон и ввести во влагалище на ночь при эрозии шейки матки, а в течение дня спринцеваться настоем календулы. Курс лечения — 1—2 недели или по рекомендации врача.

- ❖ Приготовить 10 г прополиса, измельчить и растопить на водяной бане. Затем смешать его до однородной массы со 100 г сливочного масла. Пропитать этой мазью тампон и ввести его во влагалище на ночь, а в течение дня спринцеваться настоем ромашки. Курс лечения — 10—12 дней. Это хорошо помогает при эрозии шейки матки. После лечения нужна консультация врача.
- ❖ Купить аптечную настойку календулы и смешать ее с 10%-ным раствором прополиса в соотношении 1:1. Взять 1 ч. л. смеси и развести в 1 стакане теплой кипяченой воды. Использовать для спринцеваний. Курс лечения — 1,5—2 недели или до полного излечения.

### *При влагалищных и цервикальных белях*

- ❖ Для лечения применяют натуральный мед как в домашних условиях, так и с помощью электрофореза в физиотерапевтическом кабинете.

Местно мед вводят глубоко во влагалище по 20—25 г и закладывают тампон. Курс лечения — 10—15 дней. После 2—3 процедур жжение и зуд прекращаются, секрет влагалища очищается. После десятой процедуры слизистая оболочка обычно приобретает нормальный вид, нормализуется и цитологическая картина влагалищного секрета.

### *При лечении трихомонадного кольпита*

- ❖ Рекомендуется использовать натуральный цветочный мед. После очистки влагалища от секрета медом смазывают шейку матки, стенки, выход влагалища и вульву. Курс лечения — 10—15 дней. Неприятные ощущения (зуд, жжение) постепенно исчезают, уменьшаются выделения. После курса лечения наступает выздоровление большинства больных.

Более эффективно комбинированное лечение медом и трихополом. Мед применяют в течение недели местно, трихопол — внутрь. В любом случае трихомониаза у женщин обязательно проводить лечение партнера. При трихомониазе у мужчин мед назначают внутрь по 100—120 г в сутки. Курс лечения 10—15 дней. Кроме того, промывают уретру и мочевого пузыря 20—30%-ным водным раствором меда через катетер.

- ❖ При лечении трихомониаза применяют влагалищные и уретральные спринцевания 10%-ной спиртово-водной эмульсией прополиса ежедневно в течение 15—20 дней. Эмульсия готовится путем взбалтывания 10%-ного спиртового раствора прополиса с 9-кратным количеством свежeproкипяченной воды.

### *При нарушении менструального цикла*

- ❖ Приготовить следующий сбор: 200 г листьев алоэ, 3 ст. л. корневища горца змеиного, по 2 ст. л. цветков зверобоя и кошачьих глазок, 1 ст. л. листьев крапивы двудомной. Добавить 500 г меда и 0,5 л кагора. Тщательно смешать. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды при менноррагии. Курс лечения — 2—3 недели или по рекомендации врача.
- ❖ 1 ст. л. листьев конского щавеля заварить 1 стаканом кипятка, настоять в термосе 2 ч. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день, добавляя 0,5 ч. л. меда за 30 мин до еды. Этот рецепт применяют при отсутствии менструаций. Курс лечения — 3—4 недели.

### *При воспалении придатков*

- ❖ Взять по 1 ст. л. травы донника лекарственного и цветков мать-и-мачехи. Залить 1 ст. л. сбора стаканом кипятка в термосе и настоять 3 ч. Пить по 50 мл за 30 мин до еды 3 раза в день. Курс лечения — 4 недели. От половой жизни придется воздержаться.
- ❖ Взять по 1 ст. л. ржаной муки и меда натурального, желток от деревенского яйца, все компоненты взбить. В течение дня спринцеваться, а на ночь вставлять тампон. Подмываться простым мылом. Курс лечения — 2—3 недели. После лечения консультация врача обязательна.

### *При заболеваниях матки*

- ❖ 100 г порошка плодов аниса тщательно смешать с 0,5 кг меда. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды, запивая водой, при сальпингите. Курс лечения — 1,5—2 недели.
- ❖ Кожуру от 7 апельсинов уварить в 1,5 л воды до 0,5 л отвара, добавить 2 ст. л. меда. Пить по 2 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Отвар является хорошим кровоостанавливающим средством. Курс лечения — 2—3 недели.
- ❖ Взять по 50 г листьев шалфея, розмарина, траву чабреца и залить 1,5 л кагора. Добавить 100 г меда, настоять в холодильнике 3 суток, периодически встряхивая состав, затем содержимое поставить на кипящую водяную баню и прогреть 30—40 мин, охладить, процедить. Принимать по 50 мл 3 раза в день через час после еды. Курс лечения — 1,5—2 недели.
- ❖ 1,5 кг алоэ в возрасте от 3 до 5 лет измельченного (алоэ за 5 дней до срезания не поливать), 2,5 кг майского меда, 5 л красного



крепкого вина поместить в стеклянную посуду, желательно темного цвета, перемешать и поставить в прохладное место на 5 дней. Банка должна быть плотно закрыта. Принимать в следующем порядке при раке матки: первые 5 дней по 1 ч. л. в день, а все последующие дни 3 раза в день за час до еды по 1 ст. л. Минимальный срок лечения — 2—3 недели. В первые дни приема появляется необычный аппетит.

- ❖ Взять одинаковое количество по весу следующих компонентов: плоды калины, инжира, лепестки розы, цветки зверобоя. Все их смешать, а затем смешать 1 ст. л. смеси с 2 ст. л. меда. Принимать в течение дня по 1 ч. л. за 30 мин до еды, запивая чаем или водой. Данный рецепт использовать при онкологических заболеваниях половой сферы женщин. Курс лечения — 1,5—2 мес. или по рекомендации врача.
- ❖ Взять в равных частях по объему порошок цветков яблонь и мед. Принимать при онкологических заболеваниях женской половой сферы по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды, запивая водой или чаем. Курс лечения — 1,5—2 мес. Консультации врача в это время обязательны.

### *При фибромах, кистах и миомах*

- ❖ При фиброме матки утром, днем и вечером за 20 мин до еды принимают 1 ст. л. сиропа из алоэ. Берут 200 г листьев алоэ, удаляют с них колючки, размалывают в кашу, добавляют один мелко изрезанный с кожурой плод каштана конского, 3 ст. л. измельченных корней буквицы лекарственной, 600 г меда, 600 г натурального красного вина. Все это варят в закрытой посуде на кипящей водяной бане в течение 30 мин, охлаждают, процеживают. Смесь отжимают.
- ❖ Взять утром кусочек белого лука, положить на блюдце, залить его медом так, чтобы он скрылся, и оставить на целый день. Вечером пропитанную медом луковицу положить на марлю и вставить на ночь во влагалище. Утром достать и выбросить. Курс лечения — 8—10 дней. После лечения показаться врачу.

### *При бесплодии*

- ❖ 2 ст. л. плодов боярышника кроваво-красного залить 2 стаканами кипятка, настоять в термосе 4 ч. Принимать по 100 мл, добавляя по 1 ч. л. меда 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 2—3 мес.

- ❖ Взять в равных частях по весу сухие измельченные плоды малины, шиповника, лимонника, семена подорожника большого, повилики. Все компоненты тщательно перемешать. Изготовить из полученной смеси медовые шарики весом по 10 г каждый. Принимать при бесплодии по 3 шарика 3 раза в день за 30—40 мин до еды, запивая водой или чаем. Курс лечения — 2—3 недели.

### *При климаксе*

- ❖ Взять 100 г сока листьев алоэ и смешать с 200 г меда, нагреть на водяной бане, не доводя до кипения, настоять, периодически встряхивая содержимое, затем вновь разогреть до температуры 50—60°C и процедить. Принимать при запорах во время климакса по 10 г за час до завтрака. Курс лечения — до наступления устойчивого улучшения.
- ❖ Взять мяту перечную (листья) — 1 часть, боярышник кроваво-красный (плоды) — 1 часть, омелу белую (траву) — 2 части, мелиссу лекарственную (листья) — 2 части. Залить 1 ст. л. смеси 200 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день перед едой при головной боли, бессоннице, подавленном настроении.
- ❖ Взять крушину ольховидную (кору) — 1 часть, мяту перечную (листья) — 1 часть, тысячелистник обыкновенный (траву) — 1 часть, крапиву двудомную (листья) — 1 часть. Залить 1 ст. л. сырья 1 стаканом кипящей воды, настоять 30 мин, процедить. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день или стакан на ночь при задержке или нерегулярных менструациях.

### *При мастопатии*

- ❖ Приготовить 100 г кашицы из свежего корня лопуха, смешать с медом, касторовым маслом (все по 100 г) и соком 2 лимонов. Наложить приготовленную смесь на плотную тряпочку и приложить к груди на ночь. Утром снять. Днем смазывать больное место мазью с апилаком. Курс лечения — 1,5—2 недели.
- ❖ Приготовить 100 г кашицы из красной свеклы, смешать ее с 1 ст. л. меда. Выложить приготовленную смесь на капустный лист и приложить его к больному месту. Курс лечения — до полного выздоровления.
- ❖ Взять 1 яичный желток из деревенского яйца, по 1 ст. л. меда и растительного масла, тщательно смешать, добавить муку и сделать лепешку. В теплом виде приложить ее к больному месту,

сверху укрепить тряпочкой из плотной ткани и обвязать шерстяным платком или шарфом. Менять лепешки по мере высыхания при мастите. Курс лечения — до полного выздоровления.

### *При беременности и кормлении грудью*

- ❖ Смешать 500 г меда, 50 г зажаренного и смолотого кофе, сок 1 лимона. Перед употреблением смесь перемешивать. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин до еды, запивая глотком отвара плодов шиповника или свежезаваренного чая. Рецепт хорош при гипотонии у беременных и кормящих женщин. Курс лечения — 1,5—2 недели или до нормализации давления.
- ❖ Тщательно смешать по 200 г сока свеклы красной и меда. Принимать полученную смесь по 2 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды при гипертонии у беременных и кормящих женщин, а также при других заболеваниях женской половой сферы, в том числе и при онкологии. Курс лечения — по согласованию с врачом.
- ❖ Приготовить отвар из 1 кг тертой моркови, смешать его с медом по вкусу, давать роженице для ускорения лактации, а кормилицам от «нагрублости», возникающей в груди. Курс лечения — 8—10 дней.
- ❖ 3 ст. л. меда растворить в 1,5 стаканах настоя листьев березы. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 мин до еды при токсикозах у беременных женщин. Курс лечения — 1,5—2 недели.
- ❖ Смесь из 300 г сока лука репчатого, 100 г меда, 1 ст. л. измельченных листьев розмарина залить 700 мл белого виноградного вина, настоять в темном прохладном месте или в холодильнике 3—4 недели, периодически встряхивая содержимое. Затем процедить и принимать по полстакана 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели при обнаружении белка в моче у беременных женщин.

## **Средства лечения при мужских заболеваниях**

### *При хроническом простатите*

- ❖ Рекомендуется использовать суппозиторий, изготовленный из 0,1 г экстракта прополиса и 2 г масла какао. Свечи вводят в задний проход раз в сутки на ночь. Курс лечения — 30 дней. Повторяют его 2—3 раза с перерывом 1—2 мес.

## *При аденоме предстательной железы*

- ❖ Известно, что пчелы с приближением смерти выползают из улья и падают рядом с ним. Эти пчелы называются подмором. Берут 10—15 г подмора, кипятят на медленном огне в 500 г воды в течение часа, затем жидкость процеживают через марлю, хранят в темном месте. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день после еды в течение месяца, затем месячный перерыв и повторение курса. Размер железы уменьшается, мочеиспускание улучшается.
- ❖ Смешать 200 г козьего жира с 40 г измельченного прополиса. Растопить на водяной бане и кипятить на слабом огне 3 ч, процедить и сделать из полученного состава свечи. На ночь после клизмы вставить свечу. Курс лечения — 1 мес. При отсутствии улучшения сделать перерыв в 1,5—2 недели и лечение повторить.
- ❖ Взять по 10 г сухих листьев березы и сушеные перья лука репчатого, все смешать. Отмерить 2 ст. л. сбора и залить 0,5 л крутого кипятка, настоять в термосе, процедить. Пить в теплом виде утром и в обед по полстакана за 30 мин до еды. Одновременно принимать по 1 ч. л. цветочной пыльцы. Курс лечения — 1,5—2 мес.
- ❖ Смешать по 5 г цветочной пыльцы и меда и залить их 100 мл боржоми. Курс лечения — 2—3 недели.
- ❖ Смешать по полстакана свежотжатого сока сельдерея и меда и принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 2 недели или до наступления устойчивого улучшения.
- ❖ Смешать в равных частях по объему порошок семян сельдерея и мед. Принимать при аденоме предстательной железы, затрудненном мочеиспускании по 1 ч. л. 3—4 раза в день, запивая настоем из листьев березы.

## *Для укрепления потенции*

- ❖ С незапамятных времен русские знахари лечили половую слабость более чем доступными средствами: репой, сваренной в молоке, или морковным соком, который в смеси с медом (1:1) принимался по 1/3 стакана 3—4 раза в день до еды.
- ❖ Имбирный порошок, смешанный в равных частях по объему с медом, следует принимать по 1/2 ч. л., запивая водой, 2—3 раза в день до еды для укрепления памяти, как средство, возбуждающее похоть, при импотенции. Эта смесь возвращает потерянное здоровье.

- ❖ Лук известен как средство, возбуждающее половое влечение, стимулирующее выработку спермы. Паренный на картофельном пару лук помогает при импотенции. С этой же целью полезны его семена. Порошок семян смешать в равных частях по объему с медом и принимать по 1 ч. л. 3—4 раза в день. Это одно из лучших средств для лечения простатита, даже если болезнь вызвана венерическими заболеваниями (сифилис, гонорея).
- ❖ Установлено, что орехи благотворно влияют на сперматогенез — гармонично идет созревание и рост половых органов, повышаются защитные силы молодого организма. Полезно применять ореховое молоко: 10 грецких орехов надо измельчить, добавить 1/2 стакана холодной кипяченой воды, настоять 2 ч, процедить, смешать с 1—2 ч. л. меда.
- ❖ Смешать 1 ч. л. порошка ряски с 1 ч. л. меда. Съесть утром или в первой половине дня. Смесь — прекрасное средство при лечении импотенции
- ❖ Тщательно размешать 300 г измельченных ядер грецкого ореха, 100 г измельченных лесных орехов (фундука), 100 г сваренного на пару и размятого чеснока, 50 г порошка плодов укропа, 50 г порошка корневищ родиолы розовой, 100 г порошка плодов шиповника, 1 кг меда. Принимать при половой слабости из-за возрастных изменений по 1 ст. л. через каждые 2 ч после еды, запивая отваром из листьев подорожника большого.
- ❖ Тщательно смешать 3 желтка от свежих куриных яиц, сок от 3 лимонов, 200 г меда и 200 г коньяка или натурального красного вина. Принимать при мужском бесплодии по 1 ст. л. 3 раза в день за 20 мин до еды.
- ❖ Смешать 1:1 по весу мед и цветочную пыльцу. Принимать при потенции по 1 чайной или десертной ложке 2—3 раза в день с одновременным приемом 10 капель настойки родиолы розовой. Курс лечения — 4—6 недель.
- ❖ Взять в равных частях по весу свежеприготовленные соки моркови, яблок и мед. Принимать при потенции 1/4 стакана 3 раза в день за 30—40 мин до еды.
- ❖ Вследствие общего истощения организма у некоторых мужчин наступает временная импотенция. Как общеукрепляющие народные средства, излечивающие половое бессилие, следует применять следующие рецепты:
  1. 150 г сока алоэ, 250 г меда, 350 г натурального красного вина, 100 г порошка из плодов шиповника, 30 г порошка из семян петрушки тщательно размешать. Настаивать 1—2 недели, периодически

встряхивая содержимое. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды.

2. Взять 100 г сока алоэ, 500 г измельченных (грецких) орехов, 300 г меда, 50 г порошка из корней пастернака посевного. Все смешать, хранить в темном прохладном месте. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за полчаса до еды.

## **Средства лечения при заболеваниях почек и мочевыводящих путей**

### *Заболевания почек*

Заболевания почек и мочевыводящих путей весьма болезненны и коварны, например, пиелонефрит и мочекаменная болезнь. Заболевания могут быть как воспалительного, так и бактериального характера.

Это случается чаще у женщин за 50 лет. Болезни незаметно могут перейти в хроническую форму.

Поэтому нужно начать своевременное лечение. Пиелонефрит может развиваться как самостоятельное заболевание, так и в виде осложнения при других недугах мочеполовой системы. Это может быть и аденома предстательной железы, и мочекаменная болезнь, и даже осложнение после гриппа.

- ❖ Рекомендуется употреблять ежедневно 80—120 г меда с соком лимона и шиповника, что улучшает диурез и уменьшает интоксикацию. При лечении заболеваний почек мед назначают внутрь с рекомендованной нефрологом или урологом минеральной водой, лучше теплой. Мед хорошо сочетать с приемом пыльцы, прополиса, маточного молочка. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день. Комплексное лечение весьма эффективно. Курс лечения — 3—4 недели.
- ❖ Заваривают 1 ст. л. сухих плодов шиповника, 100 г свежих плодов 1 стаканом крутого кипятка. Кипятят 10 мин, оставляют настаиваться на 12—24 ч, затем процеживают, отжимают ягоды, к отвару добавляют 1 ст. л. меда и перемешивают. Принимают по полстакана 2—3 раза в день. Использовать напиток в течение первых суток. Он полезен для детей и взрослых.
- ❖ Смешать 100 г меда и 200 г сока граната. Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день. Уменьшаются отеки, депрессия и увеличивается диурез благодаря этой смеси Авиценны.
- ❖ 3 ст. л. измельченных листьев брусники залить 2 стаканами кипятка. Настоять в термосе 3 ч. Процедить и в теплый настой

добавить 2 ст. л. меда. Принимать по полстакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

- ☛ Пить по 1 стакану березового сока с 1 ст. л. меда.
- ☛ Взять на один раз 1 ст. л. сока клюквы и смешать его с 1 ст. л. меда. Принимать 3 раза в день за 30 мин до еды при заболевании почек. Курс лечения — 1—1,5 мес.
- ☛ Приготовить по 1 стакану меда и ягод калины, все смешать. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели.

### *При камнях в почках и мочевом пузыре*

Пиелонефрит, мочекаменная болезнь и еще целый ряд других заболеваний почек и мочевого пузыря причиняют больным множество беспокойств и страданий. При первых же признаках того или иного недуга мочеполовой сферы больному следует обратиться за консультацией или помощью к врачу, который на основании результатов анализов сможет квалифицированно определить способ избавления от недуга. В настоящее время в арсенале врачей имеется множество терапевтических, хирургических, а также аппаратных методов борьбы с заболеваниями этой сферы. Не следует отвергать и помощь народной медицины, которая предлагает множество эффективных рецептов, способных вылечить без химии множество заболеваний почек и мочевыводящих протоков.

- ☛ Стакан настоя листьев брусники (для настоя залить 20 г высушенных листьев стаканом кипятка и настоять 3—4 ч в термосе, затем отфильтровать и охладить), добавить 1 ст. л. меда, тщательно смешать. Принимать по стакану 3 раза в день за 30—40 мин до еды до полного излечения или по рекомендации врача. Данный рецепт применять при мочекаменной болезни и подагре.
- ☛ Смешать по 30 г меда, соки лимонный и морковный. Принимать 3 раза в день за 30 мин до еды по 150 г. Курс лечения — 3—4 недели.
- ☛ Взять по 200 г сока лимона и меда, варить в закрытой посуде на водяной бане 30—40 мин. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели. Рецепт применять при мочекаменной болезни и подагре.
- ☛ Приготовить 2 ст. л. порошка корневища аира и варить их в течение 15—20 мин на кипящей водяной бане. Затем отфильтровать, охладить и тщательно смешать с 2 стаканами светлых сортов меда. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды,

чередую с настоем сока черной редьки, меда и водки, взятых по 3 ст. л. и тщательно смешанных вместе. Эту смесь настоять 3 дня, периодически встряхивая содержимое. Принимать по 3 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды и по 1 ст. л. при камнях в почках. Курс лечения — 3—4 недели или по рекомендации врача.

- ❖ Взять 200 г ольховой коры и смешать с 250 г меда, прокипятить 15 мин, добавить соды на кончике ножа. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день через 20—30 мин после еды. Рецепт использовать при камнях в почках. Курс лечения — 3—4 недели или по согласованию с врачом.

### *При ночном недержании мочи у детей*

- ❖ Хорошо принимать мед перед сном (1—2 ч. л.). Более эффективно употребление меда вместе с настоем тысячелистника и полевого хвоща (по 1 ч. л. каждой травы на стакан кипятка, настаивать 2 ч, процедить, принимать по 0,5 стакана).
- ❖ 1 ст. л. травы репешка обыкновенного залить стаканом кипятка. Настоять в термосе 1 ч, процедить. Принимать по 50 мл 3 раза в день за 30 мин до еды с добавлением 1 ч. л. меда. Курс лечения — 3—4 недели при энурезе.
- ❖ При непереносимости пчелиного яда организмом ребенка начинают лечение по следующей схеме: берут пчелу и приставляют на 2,5 см ниже пупка и на 2,5 см в любую сторону от белой линии. Спустя 5—10 с жало вынимают пинцетом. Через 2—3 дня процедуру повторяют, но жало вынимают через 15—20 с. При появлении белка и сахара в моче лечение прекращают. Эффективность наступает после 3—25 сеансов.

### *При воспалении мочевого пузыря*

- ❖ Заварить чай с кукурузными рыльцами и стебельками вишни, добавить мед по вкусу. Принимать вместо чая.
- ❖ Смешать 0,5 л сухого виноградного вина и 1 стакан меда. Принимать по 50 г 3 раза в день за 30 мин до еды. Курс лечения — 3—4 недели. Является прекрасным мочегонным средством.
- ❖ 30 ядер горького миндаля смолоть и смешать с 850 г сока редьки черной и 150 г меда. Принимать 3 раза в день по 40 г смеси за 30 мин до еды. Является хорошим дополнительным средством к другим рецептам при уролитиазе. Перед приемом смесь размешать. Хранить в холодильнике. Курс приема — 3—4 недели.



## Средства лечения при заболеваниях нервной системы

### *При ревматических поражениях нервной системы*

- ❖ Маточное молочко содействует обменным процессам. Его рекомендуют класть под язык по 20—30 мг 3 раза в день. Курс лечения — 2—3 недели. Можно также использовать смесь в соотношении 1:20 из маточного молочка и 45%-ного этилового спирта. Принимают ее по 5 капель 4 раза в день за час до еды.

### *При невралгии*

Рекомендуется комплексное лечение пчелиным ядом и маточным молочком по схеме и в дозах, общепринятых для лечения. При этом фармакологический эффект значительно усиливается, повышаются защитные силы организма.

Наиболее эффективным средством при лечении названных заболеваний является пчелиный яд. Апитоксикотерапия (лечение пчелиным ядом) должна проводиться только под наблюдением врача. Введение пчелиного яда в организм человека осуществляется посредством ужаления пчелами, внутрикожным и подкожным введением или местно, втиранием мазей, содержащих пчелиный яд.

Для ужаления рекомендуется использовать наружные поверхности плеч и бедер. В первый день больного подвергают ужалению одной пчелой, на второй — двумя, на третий — тремя. Курс лечения 18 дней (примерно 50 ужалений). Через 3—4 дня перерыва делают ежедневно по 3 ужаления в течение 1,5 мес., или 135 ужалений. Всего за два курса лечения больной принимает около 200 ужалений. Более точная дозировка достигается при внутрикожном введении пчелиного яда по 0,1, 0,2 и 0,3 мг, что соответствует 1, 2 и 3 ужалениям.

### *При неврастении, истерии*

- ❖ Принимать 100—120 г меда в сутки в течение 1—2 мес. — утром и вечером по 30 г, а после обеда 40—60 г. Мед необходимо разбавлять в стакане воды комнатной температуры. Спустя 1—2 недели после начала лечения у больных наступают хороший крепкий сон, чувство бодрости, повышается работоспособность.
- ❖ При этом заболевании сок малины с медом оказывает укрепляющее действие. При подавленном настроении принимают смесь из 1 ст. л. боржоми, 1 ст. л. меда и 1/2 ст. л. мелко нарезанного лимона для повышения жизненного тонуса.

- ❖ Смесь из 1 ст. л. мяты и 1 ст. л. ромашки заливают 0,5 л кипятка, закрывают крышкой на час, а затем процеживают. Мед добавляют по вкусу. Принимают по 1—2 ст. л. 3 раза в день до наступления улучшения (2—3 недели).

### *При заболеваниях нервной системы*

- ❖ Хороший лечебный эффект оказывает применение смеси, состоящей из 1 ст. л. меда и 1 ч. л. перги, которую разбавляют в стакане воды комнатной температуры. Применяют утром и после обеда по 30—50 г. Через 1—2 недели наступает улучшение.
- ❖ Взять по 1 ч. л. травы мелиссы и измельченных корок апельсина. Эту смесь залить стаканом кипятка. Настаивать 10 мин, процедить, добавить 1 ч. л. аптечного препарата валерианы. Принимать по стакану 2—3 раза в день вместе с натуральным медом (мед не растворять в настойке, а есть так). Этот чай оказывает успокаивающее действие.

### *При головной боли*

- ❖ Настоять 20 г прополиса в 100 г спирта и принимать по 40 капель, которыми пропитывают хлеб и съедают.
- ❖ Взять измельченные корневища марьяна корня, залить водкой в пропорции 1:10 и настаивать 8—10 дней. Процедить и принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 15—20 мин до еды вместе с 1/2 ч. л. цветочной пыльцы.
- ❖ Залить 1 ст. л. цветков бузины сибирской стаканом кипятка, настаивать 20 мин. Процедить и пить по 1/4 стакана с 1 ст. л. меда 3—4 раза в день за 5 мин до еды.

### *При бессоннице*

- ❖ Принимать на ночь раствор меда как успокаивающее средство. Для этого взять 1 ст. л. меда и растворить ее в стакане теплой воды с лимоном или в кефире. Через 1—2 недели наступает улучшение.
- ❖ Если бессонница вызывается приливом крови к голове, то весьма полезно прикладывать горчичники или натертый хрен к икрам ног. Одновременно рекомендуется принять стакан огуречного рассола с 1 ст. л. меда, который за счет послабляющего эффекта способствует отливу крови от головы. При заболевании почек огуречный рассол противопоказан.
- ❖ При бессоннице на почве невроза и повышенного психоэмоционального возбуждения за 30—45 мин до сна рекомендуется вы-

пить  $\frac{2}{3}$  стакана теплой воды с 1 ст. л. меда. Употреблять до нормализации сна.

### *При нервной депрессии и возбуждении*

- ❖ Пыльцу принимать как в натуральном виде (комочками), так и в смеси с маслом, вареньем, медом и т.д. за четверть часа до завтрака и перед ужином. Дневная доза взрослым: поддерживающая — 20 г, лечебная — 32 г, соответственно детям до 12 лет — 12 и 16 г. Перга в 3 раза эффективнее пыльцы.
- ❖ Залить 1 ч. л. сухой измельченной травы пустырника пятилопастного стаканом кипятка. Настаивать под крышкой, остудить и процедить. Добавить 1 ст. л. меда и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.
- ❖ Взять по 2 части травы пустырника, травы сушеницы болотной, травы душицы, по 1 части листа шалфея, плодов боярышника кроваво-красного. Все хорошо смешать. Залить 5 г смеси стаканом кипятка, 10 мин нагревать на водяной бане, настаивать 20 мин, остудить. Принимать по  $\frac{1}{2}$  стакана 2 раза в день. Курс лечения — 6—8 недель при повышенной нервной возбудимости, жалобах на сердечные перебои, головокружении.

## **Средства лечения при заболеваниях кожи, ранах, язвах, ожогах и обморожениях**

При лечении инфицированных ран и язв мед применяют в виде мазей, так как мед обладает противомикробным действием, избирательно воздействуя на многие кокки, кишечную, дизентерийную палочки и усиливая в ране кровоток и отток лимфы, что ведет к быстрому очищению ее от гноя и способствует грануляции и эпителизации раны. Хорошие результаты дает применение меда с рыбьим жиром, содержащим большое количество витамина А, который принимает активное участие в восстановлении эпителиальной ткани.

### *Вялозаживающие раны*

В народной медицине для повышения лечебного эффекта мед часто добавляют к отварам лекарственных растений, сокам овощей и картофеля для заживления ран и язв.

- ❖ При этих недугах хорошие результаты дает мазь Конькова, содержащая большой процент меда. Ее накладывают на рану с марлевой повязкой и меняют через каждые 2—4 дня. Курс лечения — 2—3 недели. Фармацевтическая промышленность выпускает мазь

Конькова № 1, 2 и 3. Возможно и другое сочетание: мед, спермацет и 10%-ная мазь календулы, взятые в равных количествах.

❖ Для лечения длительно не заживающих ран и трофических язв нижних конечностей в домашних условиях можно приготовить следующие эффективные мази:

1) пенициллин — 500 тыс. ед., рыбий жир — 5 г, натуральный мед — 10 г. Смешать, наложить на язву и забинтовать. Менять повязки каждые 2—3 дня. Курс лечения — 2—3 недели;

2) мед — 80 г, рыбий жир — 20 г и ксероформ — 3 г. Мазь накладывают на очищенную рану с марлевой повязкой каждые 2—3 дня. Курс лечения 2—3 недели.

### *Лечение ран и порезов*

❖ Данное средство считается одним из лучших. Надо взять 100 г растительного масла, 8 г желтого воска, 5 г белого воска, 20 г сосновой смолы (канифоли), 1 г ладана, 1 ст. л. несоленого свежего сливочного масла. Если канифоль и ладан в кусочках, то размельчить эти кусочки и превратить в мелкий порошок. Положить все в кастрюлю и кипятить 10 мин. Все время мешать смесь и снимать сверху всю пену, появляющуюся на поверхности. Сложить все в стеклянную банку. Намазывать эту мазь тонким слоем на марлю или тряпочку и прикладывать к ране или порезу. Известно, что мазь излечивает всякие раны и порезы, даже очень старые и запущенные.

❖ Залить 1 ст. л. сухой травы сушеницы топяной стаканом кипятка, поставить на 10—15 мин на водяную баню. Остудить, процедить и добавить 1 ст. л. меда. Такой состав можно использовать для промывания при раневых и язвенных поражениях кожи.

❖ Залить 50 г листьев эвкалипта 500 мл кипятка, поставить на 10—15 мин на водяную баню. Остудить, процедить и добавить 2 ст. л. меда. Смесь используют для лечения длительно не заживающих ран и язв в виде примочек и ванночек.

### *При экземе*

❖ Тщательно обмыв и очистив картофель, натереть его на мелкой терке, чтобы получить кашу. К 0,5 стакана кашицы добавить 1 ч. л. меда и перемешать. Смесь слоем не менее 1 см наложить на марлевую салфетку и приложить к пораженному участку кожи, зафиксировать бинтом, держать не менее 2 ч. Сняв салфетку, осторожно уберите просочившуюся на рану смесь. Такие повязки

в течение дня можно делать несколько раз. На ночь на пораженную поверхность можно наложить повязку с прополисной мазью, а днем вновь наложить аппликацию из картофеля и меда.

- ❖ Сделать мазь: 50 г меда нагреть, добавить 10 г чистого березового дегтя, тщательно перемешать. Хранить при температуре 4 °С. После электрофореза с натуральным медом на очаг поражения наложить повязку с мазью. Процедуру делать ежедневно в течение 15—20 дней. Можно провести 2—3 курса лечения. Кроме того, следует ежедневно принимать мед внутрь по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.
- ❖ При потливости и мокнушей экземе рук готовят отвар дубовой коры: 1 часть коры, 5 частей воды. К стакану отвара из коры добавляют 1 ч. л. 30—40%-ной спиртовой настойки прополиса. Эту смесь наносят на кожу. При потливости ног делают ножные ванночки, но из более слабого отвара дубовой коры (1:10). К 1 л отвара прибавляют 10 г спиртовой настойки прополиса. Температура ванночки — не более 38 °С, а продолжительность процедуры — 20 мин. Курс лечения — 10 дней.
- ❖ 2 ст. л. дегтя, 1 ст. л. меда, 1/2 ч. л. пчелиного воска, 1 ст. л. растертого медного купороса, 1 ст. л. уксусной эссенции, 4 ст. л. подсолнечного масла тщательно перемешать, наносить мазь тонким слоем на пораженную кожу. Лечение до полного выздоровления.
- ❖ Взять растительное масло (лучше конопляное, можно подсолнечное, только не промышленного производства), лук репчатый, натуральный пчелиный воск. Почистить много лука, мелко его порезать, залить маслом и жарить на слабом огне до золотистого цвета. Потом лук удалить, масло слить в воск, чтобы получилась мазь. Прогреть, чтобы воск растопился, остудить, мазь готова. Несколько раз смазать больные места. При мокрой экземе через некоторое время появляются темные корочки. Их не надо снимать — сами отвалятся. Но и после этого пораженное место надо смазывать.

### *При экземе ушей, ушной зуд*

При этих заболеваниях больных, склонных к аллергическим реакциям на антибиотики и другие лекарственные препараты, с успехом можно лечить смесью из настойки прополиса и настойки скорлупы грецких орехов. Средство эффективно и его легко приготовить в домашних условиях. Известно, что в скорлупе незрелого (зеленого) грецкого ореха наряду с большим количеством аскорбиновой

кислоты содержится вещество юглон, которое обладает очень сильным бактерицидным свойством и почти полностью уничтожает грибковую флору. Особенно к нему чувствительны грибы рода кандиды — бич современной антибиотикотерапии.

Для приготовления настойки скорлупу незрелого грецкого ореха (рекомендуется работать в резиновых перчатках) измельчают и настаивают на 70%-ном этиловом спирте (10 г измельченной скорлупы на 100 мл спирта). Через 4—5 дней процеживают через 2—3 слоя марли и добавляют равное количество 30%-ной настойки прополиса. При зуде протирают кожу наружных слуховых проходов орехово-прополисовой настойкой, а при экземе вставляют в уши марлевые турундочки (жгутики), смоченные в этой смеси, на 30—40 мин 2—3 раза в день. Обычно лечение продолжается не более 10 дней. В случае установленного грибкового заболевания после 7—10-дневного курса лечения делают перерыв на 2 дня и берут посев из ушей для лабораторного анализа на грибок.

### *При лечении ожогов и обморожений*

- ❖ В небольшую емкость выдавить немного крема (детский, питательный, для рук), добавить 1 мл экстракта алоэ (например, содержимое 1 ампулы), 1 мл настоя зверобоя (из расчета 15 г зверобоя на стакан воды) и 0,5 ч. л. меда. Добавить щепотку пшеничной муки и все хорошо перемешать. Смазывать поврежденную поверхность не менее 2 раз в день. Применять при I—II степенях ожога в качестве первой помощи и при обморожениях легкой степени.
- ❖ Взять полстакана картофельной кашицы и добавить 1 ч. л. меда, перемешать и нанести слой 1 см на марлевую салфетку. Приложить ее к обожженному месту и слегка забинтовать. Через 2—3 ч повязку сменить. Рекомендованное средство дает прекрасный эффект не только при ожогах, но и при угрях, застарелых язвах, экземе и других заболеваниях кожи.

### *При ушибах*

- ❖ Применяют прополисную мазь 15%-ной концентрации на вазелине. Прикладывают марлевые салфетки с этой мазью. При ушибах прополисную мазь применяют в виде втираний.
- ❖ Смешать кашицу одной луковицы репчатого лука с 1 ст. л. порошка листьев подорожника и добавить равное по объему количество меда. Применять для компрессов. Делать их 3 раза в день при ушибах и кровоподтеках, держать по 2 ч.

- ❖ Смешать виноградный уксус с медом. Делать примочки при темных пятнах под глазами, а также на тех местах кожи, где застыла и затвердела (в виде темного пятна) кровь.

### *При псориазе*

- ❖ Взять по 100 г сока корней анра, уксуса столового и меда, все это перемешать, дать постоять 3—4 ч. Перед накладыванием лекарственных повязок хорошо взболтать. Накладывать на 2—3 ч. Сняв повязку, смазать ланолином или солидолом при псориазе.

## **Средства лечения при ослабленной иммунной системе, обмене веществ, физической усталости**

### *При истощении и ослаблении организма*

- ❖ Мед как пищевое и лечебное средство применяют при истощении и ослаблении организма, рекомендуется принимать его по 100—150 г в день с молоком.
- ❖ Разогреть (но не кипятить) вместе 10 г меда, 100 г сливочного масла, 100 г смальца или гусиного жира, 15 г сока алоэ (столетника) и 100 г какао. Принимать по 1 ст. л. на стакан горячего молока 2 раза в день (утром и вечером).
- ❖ Смешать 150 г сока алоэ с 250 г меда и 350 г вина (кагор), настаивать в темноте при температуре 4—8 °С в течение 4—5 дней. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 минут до еды.
- ❖ Листья алоэ в возрасте 3—5 лет выдержать в темноте при температуре 4—8 °С в течение 12—14 дней. Затем листья промыть в воде, измельчить и залить кипяченой водой в соотношении 1:3, настаивать 1—1,5 ч, полученный сок отжать; 100 г сока алоэ смешать с 500 г измельченных грецких орехов и добавить 300 г меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды.
- ❖ Взять 2 стакана подсолнечных семечек, промыть, высушить, помешивая на сковороде. Затем все смолоть на кофемолке. В 1 л горячей воды высыпать молотые семечки и довести до кипения, добавить при этом 3 ст. л. меда (можно 2). Потом все процедить. Пить с утра по 100—150 г до еды для восстановления энергетики, потенции и работоспособности. Сколько пить, решите по своему здоровью.

## *Для улучшения обмена веществ*

- ❖ Залить водой измельченные плоды шиповника (1:20), нагревать на водяной бане 15 мин, настаивать 12 ч, процедить. Принимать по 1/2 стакана 1—2 раза в день. Курс лечения — в течение месяца. Не рекомендуется при повышенной свертываемости крови и тромбфлебите.
- ❖ Смешать по 1 ч. л. молодые листья березы, листья земляники и листья черники. Залить 1 ч. л. сбора стаканом кипятка в термос на 3—4 ч. Пить по 1/4 стакана утром до еды и на ночь. Курс лечения — 1—2 мес. Повторить через 1—3 мес.
- ❖ Смешать семена укропа — 0,5 ч. л., цветки ромашки — 1 ч. л., липовый цвет — 1 ст. л. Залить 1 ст. л. сбора 1 стаканом кипятка в термос на 3—4 ч. Пить по 0,5 стакана утром и на ночь. Курс лечения — 1—1,5 мес. Повторить через 1—3 мес.
- ❖ Смешать по 1 ст. л. траву черники, траву земляники, траву брусники (собирать при сходе снега). Залить 1 ст. л. сбора стаканом кипятка в термос на 3—4 ч. Пить по 1—1/2 стакана утром до еды и на ночь. Курс — 1—1,5 мес., повтор через 1—3 мес.

## *При авитаминозе*

- ❖ Смешать плоды шиповника (измельченные) — 20 г, траву зверобоя — 5 г, цветки ромашки — 5 г. Залить 20 г сбора кипятком, добавить кусочек свежей лимонной корки, настаивать 1 ч. Принимать с медом по 200 мл раз в день после еды.
- ❖ Смешать листья крапивы — 10 г, плоды шиповника — 5 г, корень девясила — 3 г. Залить 10 г сбора холодной водой, кипятить на слабом огне 12—15 мин, настаивать 1 ч. Добавить перед употреблением 10—12 капель облепихового масла (в каждую порцию). Пить горячим по 200 мл 1 раз в день после еды.
- ❖ Смешать плоды шиповника — 3 части, плоды малины — 1 часть, листья смородины черной — 2 части, листья крапивы — 1 часть, ягоды рябины — 2 части. Залить 2 ст. л. сбора 200 мл кипятка, настоять в термосе 2 ч, процедить и пить 2 раза в день по 100 мл.

## *Средства, укрепляющие иммунную систему*

- ❖ Взять по 100 г измельченной травы бессмертника, березовых почек, травы зверобоя и цветков ромашки. Положить смесь в стеклянную банку и плотно закрыть крышкой. Перед сном залить



1 ст. л. смеси 0,5 л кипятка, настаивать 20 мин, процедить. На стакан отвара взять 1 ч. л. меда, размешать, выпить на ночь. Утром разогреть отвар, растворить в нем 1 ч. л. меда и выпить натощак при снижении защитных сил организма. Завтракать через 0,5—1 ч после приема. Курс лечения — до полного использования смеси. Лечение можно повторить только через 5 лет.

- ❖ Положить в литровую банку 100—150 г мелко нарезанного лука, добавить 100 г меда, залить 0,5 л хорошего виноградного вина, дать настояться 2 недели, изредка взбалтывая. Профильтровать или отжать через марлю. Принимать ежедневно по 3—4 ст. л. для укрепления иммунитета.
- ❖ Смешать 500 мл боржоми, 1/2 стакана меда, сок одного лимона. Тщательно перемешать и поставить на сутки в прохладное темное место. Принимать по 2 ст. л. утром и вечером. Курс лечения — 2 недели.
- ❖ Взять по 1 стакану кураги, ядер грецких орехов, изюма. Измельчить все компоненты на мясорубке, перемешать и добавить 1,5 стакана меда. Хранить смесь в прохладном темном месте. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды (детям по 1 ч. или 1 дес. л. в зависимости от возраста). Курс лечения — пока не кончится смесь. После перерыва курс лечения можно повторить. Этот рецепт пригодится тем, кто хочет повысить сопротивляемость организма инфекциям в холодное время года, прибавить ему сил и энергии.
- ❖ Залить по 5 ст. л. сухих измельченных листьев крапивы двудомной и травы тысячелистника 1 л кипящего сухого красного вина, настоять, укутав, 2 ч, процедить, подсластить медом. Пить для укрепления сил после тяжелой болезни каждые 3 ч по 50 г в течение недели. Хранить в холодильнике.
- ❖ Смешать в равных частях по весу измельченные в порошок семена льна и корни окопника. В 1 ч. л. смеси добавить 1 ст. л. меда. Детям при худобе давать 6 таких порций в день.

## **Средства лечения при не названных ранее заболеваниях**

### *При анемии (малокровии)*

- ❖ Маточное молочко стимулирует функцию костного мозга и ретикуло-эндотелиальную систему, способствует развитию эритроци-

тов и увеличению в них количества гемоглобина. Оптимальная доза приема маточного молочка составляет 5—10 мг 3 раза в день. Курс лечения — 3 недели.

- ❖ Хорошим средством при лечении малокровия является чай из цветов липы с медом с добавлением 2 ст. л. красного виноградного вина на стакан чая.
- ❖ Мед чрезвычайно полезен детям. Добавленный в молоко, он является хорошим средством при лечении малокровия. Кроме того, 1 ст. л. меда содержит 100 калорий, а стакан молока — 124 калории. Таким образом, получается высококалорийный напиток. Истощенные дети, получающие дополнительно мед, быстрее прибавляют в весе и лучше развиваются. Поэтому мед рекомендуется давать детям с учетом возраста и рациона питания по 1 ч. л.—1 ст. л. 3 раза в день.
- ❖ Перга имеет горький вкус, поэтому ее часто смешивают с медом. Взрослым рекомендуется принимать по 20 г перги, детям старше 10 лет — по 10 г, детям 5—10 лет можно давать 2,5 г в день. При лечении анемии у детей перга вызывает очень быстрое повышение количества гемоглобина в крови. Отмечается улучшение общего состояния и настроения, наблюдается быстрая прибавка массы тела. Побочных явлений при употреблении пыльцы, в том числе и аллергических реакций, не отмечено.
- ❖ Взять 180 г меда, 50 г перги и 800 мл воды. Сначала в разогретой воде растворяют мед. Затем при непрерывном помешивании добавляют понемногу перги. Полученную смесь оставляют на несколько дней при комнатной температуре до начала ферментации. Употребляют настой по 3/4 стакана перед едой. При необходимости смесь готовят снова.
- ❖ Помещают 50 г меда, 10 г пыльцы и 100 г простокваши в чистую посуду, все компоненты тщательно смешивают до получения однородной массы. Принимают внутрь 3 раза в день по 1 ч. л. или намазывают на хлеб.
- ❖ Размешивают 30 г пыльцы и 250 г меда в чистой посуде до получения однородной массы. Через 4—5 дней смесь принимают по 1 ст. л. 2—3 раза в день за полчаса до еды.
- ❖ Смешать 200 г пудры листьев крапивы двудомной с 1 кг меда. Принимать при анемии беременных, вторичной и железодефицитной анемии, при аритмии по 1 ст. л. 1—3 раза в день до еды, запивая теплой водой.

## *При диабете*

- ❖ При сахарном диабете рекомендуется принимать маточное молочко, так как в нем содержатся антитела к инсулину. Курс лечения — 6 месяцев, после чего отмечается значительное снижение уровня сахара в крови. В период лечения прекращают или уменьшают применение инсулина. Наблюдение эндокринолога при использовании маточного молочка обязательно.

## *При болезнях глаз*

- ❖ При конъюнктивитах, кератитах и язвах роговицы орошают слизистую оболочку глаз медовым раствором или закладывают за нижнее веко натуральный мед стеклянной палочкой. Иногда ощущается жжение, которое вскоре проходит одновременно с болью и неприятными ощущениями.
- ❖ Измельчить в порошок прополис, приготовить 20%-ный водный раствор, тщательно его профильтровать через стерильную ватку. Начиная с пробуждения через каждые 3 ч закапывать теплый раствор в глаза. Это позволит вылечить самый застарелый хронический конъюнктивит.
- ❖ Залить 1 ч. л. меда стаканом воды, кипятить на слабом огне 5 мин, процедить. При воспалении глаз, а также в начальной стадии катаракты делать примочки на глаза на 15—20 мин 3—4 раза в день.
- ❖ Смешать сок травы чистотела 1:1 по объему с медом, варить на слабом огне, пока не прекратится выделение пены и смесь не сгустится до концентрации меда. Смазывать ею веки глаз при трахоме, бельме.
- ❖ Взять 5 ст. л. мелко измельченных иголок ели или сосны (желательно молодых), 2—3 ст. л. измельченных плодов шиповника, 2 ст. л. луковой шелухи. Все залить 0,7 л воды, довести до кипения. Варить на малом огне 10 мин, настоять ночь, завернув во что-нибудь теплое. Процедить и пить вместо воды в течение дня (от 0,5 до 1 л в сутки) при отслоении сетчатки глаза. Курс лечения — 4 мес.
- ❖ Смешать 1:1 по объему сок лука и мед. Смазывать веки 2—3 раза в день при лечении бельма. Закапывать перед сном в глаз 1—2 капли смеси.
- ❖ При снижении остроты зрения, а также для профилактики принимать по 1/2—1 ч. л. цветочной пыльцы 2—3 раза в день в течение месяца.

- ❖ Залить 100 г свежей измельченной травы чабреца 0,5 кг жидкого меда, настоять 2 мес. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день до еды при начинающейся катаракте.
- ❖ Для улучшения остроты зрения необходимо в меню включить мед с черникой, рябиной, облепиховым соком и сырой морковью. Перечисленное сочетание компонентов лучше чередовать через 3—4 дня.
- ❖ 2 ст. л. сока золотого уса смешать с 250 г меда и принимать ежедневно утром по 1 дес. л. за 30 мин до завтрака в течение недели.

### *Болезни уха*

- ❖ Острый гнойный отит среднего уха лечат введением на ночь в больное ухо турунд (узкие полоски марли) с прополисной мазью после обычного туалета уха. Не исключена и физиотерапия одновременно. Обладая анестезирующим свойством, прополис очень быстро избавляет больных от болей, а в случаях острых отитов выделение гноя прекращается на 4—5-й день.
- ❖ Приготовить 30%-ный спиртовой раствор прополиса на 70%-ном спирте, затем тщательно очистить ухо от гноя, смочить в растворе прополиса марлевые турундочки и осторожно ввести их в слуховой проход, прижимая к барабанной перепонке. Проводить ежедневно, меняя турундочки. Курс лечения — 1,5—2 недели или по рекомендации врача. Этот рецепт рекомендуется при хронических заболеваниях и воспалениях среднего уха.
- ❖ Приготовить кашицу из 3 больших зубчиков чеснока и залить ее 30 г настойки прополиса. Настаивать 7 дней. Этой жидкостью натирать 2 раза утром и вечером заушную область при шуме в ушах. Курс лечения — 1,5—2 недели.
- ❖ При неврите слухового нерва приготовить масляно-спиртовую настойку прополиса: 40 г измельченного прополиса залить 100 мл чистого спирта и настаивать в темном месте одну неделю. Необходимо взболтать готовую настойку, процедить и смешать с кукурузным маслом в пропорции 1:4. Перед использованием эмульсию обязательно взбалтывать. Для лечения необходимо пропитать смесью марлевый жгутик, ввести его в слуховой проход и держать 2 суток. Повторить процедуру через сутки. Курс лечения — 12—14 процедур.

- ❖ При отите жевать в течение всего дня 2 г прополиса, а из 1 г приготовить порошок и добавить в пищу. Кроме этого, закапывать на ночь в больное ухо 1 каплю 5%-ного водочного настоя прополиса. Курс лечения — 1,5—2 недели.

### *При переломах и заболеваниях костей и позвоночника*

- ❖ Местно на увеличенные косточки больших пальцев стоп можно накладывать компресс из прополиса. Кусочек прополиса размягчают рукой, придают форму косточки и накладывают сухую повязку на всю ночь.
- ❖ Для лечения больного позвоночника можно воспользоваться алоэ-медовыми аппликациями. Для этого необходимо смешать 100 г меда с 50 мл сока алоэ и 150 мл воды, настоять 2—3 дня в холодильнике и принимать в виде компресса на ночь.

### *Лечение лимфангоита, лимфаденита*

- ❖ Готовят 10%-ный раствор прополиса на 70%-ном спирте. На больные места накладывают обильно смоченные салфетки, которые в течение дня меняют через каждые 2—3 ч. В дальнейшем лекарство прикладывают 3 раза в сутки. Обычно спустя 8 ч уменьшаются болезненность и краснота по ходу лимфатических узлов, начинают восстанавливаться функции конечностей. Чтобы ликвидировать воспалительный процесс в лимфатических узлах, например, в области локтевого или плечевого суставов, нередко достаточно трехсуточного лечения.

### *При злокачественных образованиях с целью облегчения общего состояния*

- ❖ Взять 100 г измельченных листьев золотого уса, 100 г гречишного меда, 1 ст. л. цветного каштана, 1 л кипятка, 2 л кагора. Золотой ус смешать с медом, залить кагором и настоять 5—6 недель в темном месте (первые 10 дней перемешивать). Цветки каштана залить кипятком и довести до кипения, остудить, процедить. Принимать по 10 капель настоя на кагоре, разбавляя его 30 мл воды, 3 раза в день за 30 мин до еды. Запивать 100 мл отвара цветков конского каштана. Применять под наблюдением врача.
- ❖ Взять мед (майский) — 630 г, алоэ — 370 г, измельчить на мясорубке (возраст алоэ — 3—5 лет, до срезания не поливать 5 дней). Принимать по 1 ч. л. 5 дней, в последующие дни — по 1 ст. л. за

час до еды 3 раза в день. Срок лечения — 2—3 недели. Эта смесь может быть использована в такой же дозировке при раке легких, желудка и других органов.

❖ В целях профилактики рентгеноэпителитов у онкологических больных применяют смесь сока алоэ с медом. Эта смесь наносится на кожу тех зон, которые подвергаются лучевой терапии. Мед разбавляют соком алоэ из расчета 1:5. Для употребления внутрь рекомендуют принимать свежую смесь по 1 ч. л. 3 раза в день до еды на протяжении 1—2 мес.

❖ При лечении истощенных онкологических больных:

1. 100 г сока алоэ смешать с 500 г грецких орехов, добавить 300 г меда. Смесь настоять в холодильнике в течение месяца.

2. Взять 150 г сока алоэ, 100 г сока из листьев майской земляники, 250 г кленового сока, 250 г меда, 350 г кагора. Все компоненты тщательно смешать и настоять в течение 3—4 недель в холодильнике.

Обе смеси принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды в течение 2 мес.

### *При алкоголизме*

❖ Доза 125 г меда, данная пьяному в 2 приема с промежутком между ними в полчаса, вызывает отрезвление. Причиной этого является высокое содержание фруктозы в меде, которая способствует нейтрализации действия алкоголя.

❖ Еще один способ отрезвления разработала народная медицина. Случай из лечебной практики. (Д.С. Джарвис. Мед и другие естественные продукты).

*Мужчина в возрасте сорока с лишним лет пил с 27 декабря по 10 января. При осмотре он был мертвецки пьян. Ему дали 6 ч. л. меда; через 2 мин еще такую же дозу и затем еще. Всего он получил 18 ч. л. меда в течение 40 мин. Лечение продолжили: 3 дозы по 6 ч. л. каждая давали через 20 мин. На следующее утро пациента осмотрели в 8.30 утра. Он спал до 7.30 утра. Такого с ним не было в течение 20 лет.*

*Однако он выпил оставшийся у него в бутылке обнаруженной у него в постели глоток спиртного. Сначала ему дали еще 3 дозы по 6 ч. л. с интервалом в 20 мин, затем яйцо всмятку. Через 10 мин он получил 6 ч. л. меда. Перед завтраком он съел 4 ч. л. меда, затем стакан томатного сока и кусочек нежирного мяса. На десерт он получил еще 4 ч. л. меда.*

*Друг принес ему бутылку спиртного и поставил на стол за ужином, но он отодвинул ее и сказал, что больше не хочет пить. Он больше никогда не брал в рот спиртного.*

Считается, что страстное желание пить (пристрастие к спиртному) связано с недостатком калия в организме. Являясь прекрасным источником калия, мед значительно уменьшает сильную жажду спиртного (отвращает от спиртного) и успешно выполняет процесс отрезвления.

- ❖ При лечении абстинентного синдрома алкоголиков, наркоманов рекомендуется принимать по 1 ч. л. пыльцы 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 1,5—2 мес. или по рекомендации врача.
- ❖ При опьянении принять в два приема 100—120 г меда.

### *Как бросить курить*

- ❖ Новейший рецепт профессора, д. м. н. А. Л. Филатова. Залить 1 ст. л. листьев эвкалипта 0,5 л кипятка, настоять час, добавить 1 ст. л. меда и 1 ст. л. глицерина. Принимать по 1/4 стакана 7 раз в день. Курс лечения — 30 дней.
- ❖ 0,5 кг свежей зелени овса залить 1 л горячей воды, довести до кипения, охладить, процедить. Пить по стакану 3 раза в день за 30 мин до еды, добавляя мед. Этот рецепт применяют как средство против курения.

### *При лейкозе*

- ❖ 0,5 л сока пятилетнего алоэ, 0,5 кг меда разнотравья, 200 г корня аира (предварительно измельчить) и 0,5 л коньяка тщательно перемешать, настоять в холодильнике 12—14 дней. Принимать за 1—1,5 ч до еды, запивая молоком, 3 раза в день. Курс лечения — 1,5—2 мес.

### *При болезнях щитовидной железы*

- ❖ Взять в равных частях по объему гречишный мед, порошок гречневой крупы, измельченные плоды грецкого ореха и все тщательно смешать. Хранить в холодильнике. При болезни щитовидной железы II—III степени один день в неделю есть эту смесь, чай и воду пить по потребности. Курс лечения — 6 недель. При необходимости по рекомендации врача лечение повторить через месяц.
- ❖ Приготовить состав из 300 г смолотых ядер грецкого ореха, 100 г сваренного на пару и размятого в кашу чеснока, 50 измельченных в порошок плодов аниса, 1 кг меда. Все компоненты разме-

шать деревянной ложкой. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Перед употреблением смесь перемешивать. Хранить в холодильнике. Смесь принимать при гипотиреозе. Курс лечения — 2 мес. или по рекомендации врача.

### *При склерозе*

- ❖ Приготовить стакан лукового сока и смешать его со стаканом меда. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды. Принимать при атеросклерозе и склерозе мозга. Курс лечения — 4—6 недель.

### *Лечение болезней поджелудочной железы*

- ❖ Приготовить отвар овса по следующей схеме. Промыть 3 стакана овса, проварить его 15 мин до разбухания зерен, затем смолоть на мясорубке. Получившуюся кашу варить полчаса в 4 л чистой воды, затем добавить 3 ч. л. меда, поварить еще 10 мин, добавить 2 ст. л. цветков календулы лекарственной и настоять, хорошо укутав кастрюлю, 40—60 мин. Затем процедить через сито, хорошо протереть жмых деревянной ложкой или лопаточкой. Полученный кисель пить по 1 стакану 4—5 раз за час до еды. Курс лечения — 2—3 мес. или по совету врача.

### **Средства для очищения организма от шлаков и солей**

- ❖ Мед и лимон помогут вывести токсины из организма. Взять 1 ст. л. меда, развести в стакане теплой воды и добавить в него 4—5 капель лимона. Пить утром за 30 мин до завтрака.
- ❖ Укроп, валерьяна и мед помогут очистить сосуды. Нужно взять стакан укропного семени, 1 ст. л. молотого корня валерьяны и 2 стакана меда, все компоненты смешать, залить 2,5 л кипятка, перелить в термос, настоять сутки. Принимать по 2 ст. л. за 30—40 мин до еды 4—5 раз в день.
- ❖ Приготовить сок черной редьки, смешать в равных частях с медом. Хорошо размешать деревянной ложкой в эмалированной посуде, затем разлить в бутылки из темного стекла и поставить на 4 недели в темное место. Через 6 недель принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды весной и осенью в течение 3 недель. Эта смесь избавит ваш организм от шлаков.



- ❖ Приготовить сбор из листьев смородины черной — 10 г, цветков календулы — 10 г, травы буквицы — 10 г, травы душицы — 15 г, травы Melissa — 15 г. Взять 1 ст. л. сбора и залить на ночь стаканом кипятка, укутав до утра. Утром долить стакан горячей воды и кипятить 3 мин. После этого процедить, добавить 2 ст. л. меда, размешать и выпить за день в 3—4 приема за 30—40 мин до еды. Курс лечения — 2—3 недели.

## **Лечебные ванны и компрессы при некоторых заболеваниях**

### *При нарушениях функций нервной системы*

Наблюдения показали, что мед, всасываясь в кожу, способствует усвоению лекарственных веществ, например, анальгина, валокордина и др. Наблюдались случаи, когда у больных после смазывания кожи в области сердца медом вместе с валидолом, валокордином через 10—15 мин исчезали сердечные боли.

- ❖ Развести 2 ст. л. меда (60 г) в пол-литровой банке горячей воды, затем смесь вылить в ванну, наполненную водой температурой 37—37,5 °С. Медовую ванну можно сочетать с хвойными или шалфейными пенообразующими жидкостями. Пена улучшает проникновение меда через кожу.

Больной погружается в ванну так, чтобы жидкость не закрывала область сердца, а лишь туловище и шею. Длительность ванны — 20—30 мин. После ванны закутаться в простыню или халат на 15—20 мин, затем вытереть кожу и одеться. Курс лечения — 12—15 ванн, ежедневно или через день. Повторить через 4—5 мес. Особенно эффективна эта методика для детей с различными двигательными невротическими расстройствами.

Сразу после окончания процедуры появляется своеобразное ощущение комфорта, умиротворенности.

**Противопоказания:** непереносимость меда, сердечно-сосудистая и легочная недостаточность, опухолевый процесс, активный воспалительный очаг, заболевания крови, сахарный диабет.

### *При ночном недержании мочи у детей*

- ❖ Медово-пенистые ванны очень полезны для детей с ночным недержанием мочи, судорожными подергиваниями и неустойчивостью характера. На курс лечения применяют 12—15 ванн с температурой воды 37—37,5 °С длительностью 15—30 мин. Курс лечения можно повторять через 2 мес.

## *При заболеваниях суставов и костей*

- ❖ Приготовить для компресса состав из кашицы тертого сырого картофеля с медом в соотношении (1:1). Держать компресс на больном месте 1,5—2 ч, лучше перед сном. Данный состав полезен при остеохондрозе.
- ❖ При наличии болевого синдрома и для восстановления двигательной системы можно применять компрессы с медом. Методика компресса предусматривает два варианта: мед либо наносят непосредственно на кожу, либо накладывают смоченную раствором меда марлю, а сверху компрессную бумагу, вату и укрепляющий бинт. Сочетание корсетирования с медовым компрессом позволяет быстро (в течение 3—4 ч) снимать болевой синдром при радикулите.
- ❖ В медицинской практике разработана методика лечения медом радикулитов. При появлении острого болевого синдрома кожу смазывают подогретым медом, затем поясничную область туго затягивают льняным полотенцем в 4—5 оборотов так, чтобы верхний край касался ребер, а нижний — верхнего края тазовой кости. После этого больного кладут на спину, подложив под область кожи, смазанную медом, электрогрелку. Тепло от грелки нагревает мед, ускоряя всасывание его, расширяет кровеносные сосуды. Интенсивность боли уменьшается.
- ❖ Приготовить состав из 300 г меда, 300 г водки, 100 г алоэ, все компоненты хорошо перемешать и использовать в виде противовоспалительного компресса. Этот рецепт рекомендуется применять при артритах и миозитах. Курс лечения — 1,5—2 мес.
- ❖ Больным с остеохондрозом и острым болевым синдромом можно использовать компресс: к меду добавить 5 мл 50%-ного раствора анальгина или 5 мл 4%-ного раствора амидопирин, наложить в месте проекции боли. Кроме того, назначается электрофорез, при котором один из электродов, чаще анод, используется для 20%-ного раствора меда; с катода вводится никотиновая кислота или калиййодид.

## *При заболеваниях носа, глаз, ушей, стоматитах*

- ❖ 20%-ный раствор меда можно вводить посредством электрофореза, используя оба полюса.
- ❖ 20—30%-ный раствор меда в каплях назначается больным с заболеваниями придаточных пазух носа, глаз, ушей.

- ❖ Орошение полости рта 20%-ным раствором меда очень полезно при стоматитах грибкового происхождения. Для этого раствор меда набирают в 20-граммовый шприц и впрыскивают в полость рта.
- ❖ Очищенную и нарезанную дольками свеклу варить в меду. Использовать в виде согревающего компресса на ухо.
- ❖ Перед сном подогреть мед и делать из него компрессы. Мед завернуть в марлю и положить на область носа и пазух. Сверху можно положить вату или махровую салфетку.
- ❖ На ночь больному накладывают небольшую порцию меда (1/2 ч. л.), это место заклеивают лейкопластырем так, чтобы его края заходили за пределы медовой лепешки. К утру мед всасывается. У больных уменьшается выделение гноя, исчезают насморк и раздражение. Большой эффект может быть достигнут при лечении гайморита и фронтита, если на мед наложить пластинку из прополиса.

### *При заболеваниях легких и верхних дыхательных путей*

- ❖ Полезны медовые компрессы и при различных заболеваниях легких. Мед помещают на кожу спины между лопатками, компресс укрепляют на коже полосками лейкопластыря. При этом больший эффект достигается при использовании меда из одуванчика и мать-и-мачехи, в том числе полученного экспрессным методом. Можно применять липовый и разнотравный мед.
- ❖ Приготовить из черной редьки на терке кашицу, разложить на марле и положить компресс на спину и грудь. Держать по времени столько, сколько сможете. После его снять, покрасневшие места смазать растительным маслом, лечь в постель и тепло укрыться. Кроме этого, взять в рот 1 ч. л. меда и не глотать его, а медленно рассасывать, чтобы медом покрылась вся полость рта. Ничем до утра не запивать.

### *При лечении различных ран*

- ❖ Компрессами из мазей пользуются при лечении ран: 1) смешать 80 г меда, 30 г рыбьего жира и 3 г ксероформа; 2) смешать 500 тыс. ед. пенициллина, 5 г рыбьего жира, 10 г меда. Повязки менять через 2—3 дня. Курс лечения — 2—3 недели.

### *При геморрое, простатите, дисбактериозе*

- ❖ Эффективно введение меда как чистого, так и в виде смесей в прямую кишку способом клизмы и свечей, а также сидячие

ванны. Для клизмы чаще применяют 50—100 мл 20—30%-ного раствора меда в теплой воде (38—40 °С), приготовленного непосредственно перед введением. Сначала делается очистительная клизма. Если эта процедура больному неприятна, раствор меда вводят посредством детской клизмы (тоже в положении лежа, после стула).

Целесообразность введения меда в прямую кишку обусловлена его положительным влиянием при сосудистых заболеваниях (геморрой), противовоспалительным эффектом (простатит, аднексит, колит), наблюдается, кроме того, антигрибковое и антибактериальное действие при дисбактериозе.

Мед можно вводить и в смеси с различными лекарственными веществами и отварами трав (танин, зверобой, ромашка, тысячелистник и т.д.). Лечебный эффект при этом значительно усиливается.

### *При истощении, малокровии, импотенции*

- ❖ Введение меда в виде свечей используют довольно редко, однако этот метод перспективен при истощении, малокровии, воспалительных заболеваниях органов малого таза, а также для восстановления потенции мужчин.

### *При женских болезнях*

- ❖ Сидячие ванны применяют при воспалительных заболеваниях женских половых органов. Проводят их следующим образом: в таз наливают 50 мл отвара ромашки, мяты, мать-и-мачехи или зверобоя (можно пользоваться румынским препаратом ромазулан), добавляют 30—50 г меда и 4—5 л теплой воды. Больной усаживается в таз, при этом медово-лекарственная смесь оказывает лечебное действие. Процедуры проводят ежедневно. Курс лечения — 12—15 сеансов.

## Медовые биостимуляторы

Медовые биостимуляторы — это народные средства укрепления здоровья, нетрадиционные активаторы иммунной и других защитных систем организма. Их можно приготовить в домашних условиях из меда, доступных продуктов питания и разных растений.

Общие показания к их применению — различные астенические состояния, нервные переутомления, весенние авитаминозы, быстрая усталость и снижение работоспособности, состояния после перенесенных различных заболеваний и операций, профилактика сезонных эпидемий гриппа, ОРЗ, а также специфические (особые) показания — половая слабость, снижение защитных сил при старении, ухудшение зрения, склероз и др.

### «Милок»

*Мед (лучше майский) — 1,5 стакана, изюм (без косточек) — 1 стакан, лимон (с кожурой) — 2 шт., орехи (грецкие) — 1 стакан ядер, курага (лучше урюк) — 1 стакан.*

Все компоненты перемолоть и залить 1,5 стакана меда, перемешать. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за час до еды, детям — по 1 ч. л., 1 дес. или 1 ст. л. в зависимости от возраста. На курс — 1–2 такие порции.

**Противопоказания:** аллергия или непереносимость компонентов.

### «Овсяная сила»

*Овес — 1 стакан, мед — по вкусу.*

*Отвар овса:* 1 стакан зерна заливают 1 л воды. Томят до выпаривания 1/4 части жидкости. Процеживают. Принимают слизистый отвар (можно со сливками, медом — по вкусу по 1/2 стакана 3 раза в день до еды при воспалительных заболеваниях кишечника, гастрите, явлениях астении после тяжелых заболеваний и др.). Отвар овса хорошо снимает боль в суставах при обменных артритах.

**Противопоказания:** аллергия или непереносимость компонентов.

### **«Омоложение»**

*Бессмертник (трава) — 100 г, почки березовые — 100 г, зверобой (трава) — 100 г, ромашка (цветы) — 100 г.*

Все компоненты перемолоть на мясорубке, смешать, уложить в стеклянную банку и закупорить ее крышкой. Вечером залить 1 ст. л. сбора 1/2 л кипятка, настоять 20 мин, процедить через ткань (не через марлю), слегка отжав. Выпить вечером 1 стакан настоя в теплом виде, растворив в нем 1 ч. л. меда. После этого не есть и не пить. Утром разогреть остаток (1 стакан), растворить в нем 1 ч. л. меда и выпить натощак. Завтракать через 0,5—1 ч. Курс лечения — пока не закончится весь приготовленный сбор. Повторить лечение не ранее чем через 5 лет.

Усиливает обмен веществ, очищает организм от холестериновых отложений. Рекомендуется для профилактики атеросклероза, инфаркта, гипертонии. Исчезают шум в ушах, головокружение, восстанавливается зрение, омолаживается весь организм.

**Противопоказания:** аллергия или непереносимость компонентов.

### **«Возрождение»**

*Сок алоэ — 100 г, ядра грецких орехов — 500 г, мед из разнотравья — 300 г, сок из 3 лимонов.*

Срезать листья у алоэ 3—5 лет при помощи нитки, выдержать их в холодильнике, завернув в бумагу в течение 2 недель, затем листья промыть, измельчить и залить водой в соотношении 1:3, настоять 1—1,5 ч, отжать сок. Взять 100 г сока, хорошо смешать с грецкими орехами, медом и соком 3 лимонов. Настоять 2—3 ч и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30—40 мин до еды, пока состав не закончится. Особенно полезен при истощении организма.

### **Биостимулятор лимонно-чесночный**

*Мед — 1 кг, лимон — 7 шт., чеснок — 7 головок (не зубчиков).*

Взять мед из разнотравья, выжать лимоны, почистить и измельчить чеснок. Смешать все компоненты и настоять в закрытой банке 7—10 дней. Принимать ежедневно утром по 4 ч. л. один раз в день за 30—40 минут до завтрака, не торопясь. Курс лечения — 6—8 недель.

### **Напитки, муссы, чай, варенья и другие целебные составы с медом**

Издавна на Руси славились легкие и сладкие напитки, главным компонентом которых был пчелиный мед.

Чудесными напитками славянских племен восхищались многие, как свидетельствует история, и даже древнегреческие путешествен-

ники, знающие в них толк. Эти напитки не меньше ценятся и сейчас за свои вкусовые, питательные и целебные свойства. Их составы самые разнообразные: фруктовые, ягодные, овощные, пряные. А главное, они несложны по составу и просты в приготовлении.

### **Тоник Диброва**

*Сок черноплодной рябины — 200 г, сок черной смородины — 100 г, лимонная кислота — 2 г, мед — 90 г и минеральная вода — 100 г.*

Все смешать. Напиток охладить. Подавать к столу с кусочками пищевого льда.

### **Медово-малиновый коктейль Диброва**

*Натуральный мед — 75 г, сок малины — 100 г, лимонная кислота — 1,5 г и газированная или минеральная вода — 130 г.*

Все смешать. Охладить. Подавать к столу с добавлением к каждой порции 20 г пищевого льда.

### **Холодный напиток из меда (татарская кухня)**

*На 1 стакан напитка — 20–25 г меда, 1 г лимонной кислоты.*

В горячую воду добавить мед и кипятить 3–4 мин. Можно добавить по вкусу лимонную кислоту. Напиток должен быть прозрачным — его надо процедить. Подавать охлажденным.

### **Яблочная вода с медом**

*На 100 г яблок — 200 г воды, 1 ст. л. меда и 1/2 лимона.*

Нарезанные дольками яблоки (без семян) залить водой. Для запаха и придания кислотности можно добавить лимонную цедру. Затем добавить мед и кипятить на слабом огне 20 мин. Охладить и процедить отвар.

### **Яично-медовый напиток**

*Желток — 2 шт., мед — 2 ч. л., вода — 200 г и сок 1 апельсина или не менее 20 г апельсинового сока бутылочного или баночного разлива.*

Яичные желтки смешать с медом и развести горячей водой (обязательно кипяченой). Горячую воду следует прибавлять очень медленно, чтобы не «заварить» желтки. Смесь охладить и добавить сок апельсина.

### **Молочно-медовый напиток с кофе и мороженым**

*На 140 г молока: 1 ст. л. меда, 5 г кофе и 50 г мороженого.*

В стакан холодного пастеризованного молока добавить кофейный экстракт и хорошо перемешать. Сверху положить порцию моро-

шенного. Способ получения экстракта: заварить крепкий кофе и довести его до кипения. Настоять. Затем кофе процедить и добавить мед, вновь доведя его до кипения, а затем охладить.

### **Медово-сливочный напиток с апельсиновым соком**

*На 100 г сливок — 1 желток, 1 дес. л. меда и 40 г апельсинового сока.*

Растереть яичный желток с медом, постепенно добавляя апельсиновый сок. Хорошо размешать со сливками и разлить в бокалы. Охладить.

### **Старинные рецепты приготовления сбитня**

*1. Вода — 1 л, сахар — 150 г, мед — 150 г, лавровый лист — 2 г, гвоздика, корица, имбирь или кардамон по 5 г.*

*2. Вода — 1 л, мед — 100 г, сахар — 50 г, корица — 0,3 г, гвоздика — 0,2 г, мята — 0,2 г, хмель — 3 г.*

В воде растворяют мед и сахар, добавляют пряности и кипятят 10—15 мин, снимая пену. Напитку дают настояться около 30 мин и процеживают. Готовый сбитень наливают в самовары или в термосы.

*3. На стакан воды берут 3—4 ч. л. меда и кипятят 20—25 мин.*

По вкусу добавляют пряности — имбирь, корицу, лавровый лист, тмин и кипятят еще 5 мин. Кладут в столовую ложку 1—2 кусочка сахара и, держа ложку над огнем, растапливают сахар до образования черной жидкости, называемой жженкой. В приготовленную смесь раствора меда с пряностями добавляют жженку. Хорошо перемешивают и подают в горячем виде.

*4. Мед из разнотравья — 150 г, вода — 0,5 л, зверобой — 2 ч. л., гвоздика — 2 бутона, сахар — 100 г, черный перец — 6 зерен, корица — 1 ч. л., имбирь на кончике столового ножа.*

Развести мед в 250 мл воды и прокипятить. Отдельно прокипятить сахар, разведенный в 250 мл воды. Слить жидкости вместе, на медленном огне довести до кипения и кипятить 5—7 мин. Добавить остальные компоненты, прокипятить 15—20 мин. Дать настояться 10—15 мин в закрытом сосуде. Пить как чай через час после еды. Курс лечения — 1 мес.

### **Мед вишневый и клюквенный**

*На 10 л напитка — 1,5 л вишневого сока, 1 кг натурального меда, 5 г пряностей (корицы, гвоздики), 100 г дрожжей, 2,5 л воды.*

*На 5 л напитка — 1 л клюквенного сока, 1 кг натурального меда, 5 г пряностей, 100 г дрожжей, 2,5—3 л воды.*

Мед распустить в воде, поставить на огонь и прокипятить 10—15 мин, снимая пену. Затем снять с огня, дать немного остыть и вылить в бутыл, добавить вишневый сок, пряности и дрожжи и



поставить на 2 дня в теплое место для брожения. По истечении этого срока емкость с напитком закрыть и поставить в холодное место на 2—3 недели, после чего он готов к употреблению. Напиток следует разлить по бутылкам и закупорить. Хранить в прохладном месте.

### **Мед рябиновый**

*На 10 л напитка — 1,5 кг рябины (невеженской или обыкновенной красной), 0,5 кг побегов малины, 1,5 кг меда (или 1,5 кг красной рябины и 600—700 г яблок кислых сортов, например антоновских, 2 кг меда), 150 г дрожжей, 10 г пряностей (имбирь, кардамон, корица), 10 л воды.*

Ягоды рябины красной брать после первых заморозков. Молодые побеги малины нарубить длиной 2—2,5 см. Яблоки вымыть и мелко нарезать. Рябину перебрать, хорошо вымыть, размять деревянным пестиком, выложить в эмалированную кастрюлю, туда же положить нарубленные побеги малины или нарезанные яблоки, поставить на огонь и варить до тех пор, пока ягоды не разварятся. Затем процедить, добавить мед и пряности, вновь поставить на огонь и прокипятить, снимая пену, еще 7—10 минут. Далее снять с огня, дать немного остыть и поставить в теплое место для сбраживания. Через 2 дня напиток поставить в холодное место на 2—3 недели для дальнейшего созревания. Готовый напиток разлить в бутылки и закупорить. Хранить в холодном месте.

### **Мед черемуховый**

*На 5 л напитка — 1 кг ягод черемухи, столько же меда, 100 г дрожжей, щепотка лимонной кислоты, 4 л воды, можно добавить пакетик ванильного сахара.*

Ягоды черемухи вымыть, размять, перемешать с медом, залить водой и поставить на огонь. Кипятить минут 15, снимая пену. Далее снять с огня, немного охладить, затем процедить в бутылку, добавив туда дрожжей, по вкусу лимонной кислоты (при желании и ванильный сахар) и поставить в теплое место для брожения. Через 3—4 дня напиток выставить на холод для дальнейшего созревания. Через 2—3 недели он готов к употреблению. Если мед предназначен для хранения, его следует разлить в бутылки и закупорить. Хранить в холодном месте.

### **Мед пряный**

*На 5 л напитка — 10—15 г пряностей (перец, имбирь, кардамон, корица), 1 кг меда, 100 г дрожжей, 3,5—4 л воды.*

Мед залить водой, поставить на огонь и прокипятить, все время помешивая и снимая пену. Затем, не снимая с огня, добавить пряности и вновь прокипятить 5—7 мин, после чего снять с огня и охла-

дить. В охлажденную до температуры парного молока (26—30 °С) смесь добавить дрожжи и поставить для брожения в теплое место на 12—14 ч. После этого напиток разлить в бутылки, закупорить и поставить на холод для созревания. Через 2—3 недели он готов к употреблению.

### **Калиновый физ (английский игристый напиток)**

*На одну порцию — 2 ст. л. калинового сока, 1 лимон, 1 ст. л. меда, 1 яичный белок, 2 кубика льда, 1/2 стакана газированной воды.*

Основной частью физа является газированная вода. Подается он всегда сильно охлажденным.

В смеситель положить лед, затем выбить белок, влить калиновый сок, выжать сок из лимона, добавить мед и смешивать в течение 2 мин, чтобы смесь хорошо вспенилась. Далее процедить в высокий стакан или бокал, долить газированной воды и сразу же подать.

### **Калиновый флип (североамериканский освежающий напиток)**

*На одну порцию — 1 ст. л. калинового сока, 1 ст. л. меда, 1 яичный желток, 1/2 стакана холодного молока, 1 кубик льда, 10 г взбитых сливок.*

Вылить в смеситель желток, добавить мед, калиновый сок, молоко, пищевой лед и смешать в течение 2 мин. Дольше смешивать не следует, потому что флип может стать водянистым и потерять свой вкус. Флип можно приготовить и в миксере. Время смешивания — 40—45 с. Напиток процедить в бокал или стакан и сразу положить взбитые сливки.

### **Клюквенный морс**

*На 800 г воды — 125 г клюквы, 75 г меда.*

Клюкву перебрать, промыть, размять деревянной ложкой или пестиком в эмалированной или стеклянной посуде. Отжать через марлю сок и поставить на холод. Отжимки залить горячей водой, прокипятить 5—10 мин, процедить. Процеженный отвар смешать с отжатым соком, добавить мед, размешать и охладить.

### **Коктейль со сливками и медом (из венгерской кухни)**

*Мед — 2 ст. л., коньяк — 2 рюмки, сливки — 4 ст. л., лед.*

Заполнить четверть стакана мелко наколотым кристаллизованным льдом, полить медом, влить коньяк и добавить свежие сливки. Все компоненты тщательно взболтать, после чего продукт готов к употреблению.

### **Напиток из меда, моркови и лимона (из польской кухни)**

*Мед — 2 ст. л., морковь — 1 кг, вода — 1,5 стакана, сок лимона, соль, зелень укропа (по вкусу).*

Морковь тщательно очистить щеткой и натереть на мелкой терке, отжать сок, размешать с охлажденной кипяченой водой, приправить по вкусу солью, соком лимона и медом. К готовому напитку добавить мелко нарубленную зелень укропа.

### **Медовый напиток из черной смородины**

*Черная смородина — 600 г, мед — 5 ст. л., газированная вода — 2 стакана.*

Черную смородину вымыть, процедить, удалить стебельки, протереть через сито и смешать с медом. Подавать в небольших стаканчиках, добавив газированную воду и положив в каждый стаканчик по кусочку пищевого льда.

### **Медово-дрожжевое молоко**

*Саежие пекарские дрожжи — 1 кг, сахарная пудра — 2 стакана, мука (лучше ржаная с отрубями) — 200 г, столько же сливочного масла, незакристаллизовавшийся мед (лучше гречишный) — 300 г.*

Медово-дрожжевое молоко полноценно по аминокислотному составу белков, богато моносахаридами, витаминами, минеральными веществами, микроэлементами и т.д. Особенно оно полезно людям пожилого возраста, так как благотворно влияет на сердечно-сосудистую, нервную системы и желудочно-кишечный тракт.

В эмалированную кастрюлю положить дрожжи и энергично растереть их с сахарной пудрой до получения однородной массы, затем добавить 1 л воды и варить 2 ч. Полученную сахарно-дрожжевую пасту развести 2,6 л воды, снова кипятить 18—20 мин, затем перелить в кипящую пасту, состоящую из муки и сливочного масла. К процеженному и еще теплomu молоку добавить мед и снова тщательно размешать до получения однородной массы. Хранить его следует в холодильнике, принимать в теплом (комнатной температуры) виде по 2 ст. л. 2—3 раза в день.

### **Напиток «Золотой закат»**

*На 1 порцию — 1/4 стакана апельсинового сока, 3/4 стакана молока, 1 ст. л. меда.*

Мед растворить в молоке и охладить. Затем молоко с медом влить в апельсиновый сок и полученную смесь взбить венчиком до образования однородной массы. Напиток можно приготовить и с помощью миксера. Подавать напиток хорошо охлажденным.

### **Напиток «Полночь»**

*На 4 порции — 250 г ягод калины, 1/2 стакана сахарного песка, 3 ст. л. меда, 1 бутылка газированной или минеральной воды, кубики пищевого льда.*

Спелые ягоды калины, собранные после первых морозов, отделить от веточек, перебрать, хорошо промыть, засыпать сахарным песком и поставить в прохладное место на 6–8 ч. В течение этого времени должен обильно выделиться сок, который надо отжать и смешать с медом.

Затем сок налить в кувшин и прилить газированную воду. Соотношение сока и воды можно изменять по вкусу, оптимальным считается 1/3 к 2/3. Подавать со льдом.

### **Мусс из ревеня с медом**

*Черешки ревеня — 300 г, мед — 3 ст. л., вода — 0,5 л, желатин — 2 ч. л., 0,5 стакана воды для набухания желатина.*

Черешки молодых листьев ревеня мелко порезать, проварить в воде 2–3 мин, отбросить на сито и протереть. Пюре положить в отвар, добавить набухший желатин и прогреть до полного растворения желатина. Смесь охладить до 40 °С, добавить мед, взбить до пышной массы, разлить в посуду.

### **Напиток «Елочка»**

*Основания игл хвой сосны или ели — 300 г, сахар — 2 ст. л., мед — 1–2 ст. л., любой сироп или варенье (для цвета) — 2 ч. л., лимонная цедра и мороженое (по вкусу), вода — 1 л.*

Основания хвой промыть, немного просушить полотенцем и тщательно растереть в ступке с сахаром, поместить все в эмалированную кастрюлю, добавить лимонную цедру и залить кипящей водой. Через час после настаивания слить настой через дуршлаг, добавить мед и сироп или варенье, все перемешать, перелить в стеклянную посуду и поставить в холодильник для охлаждения и отстаивания. Для подачи на стол следует использовать верхний прозрачный слой настоя. Разлить его по бокалам и добавить по 1 ст. л. мороженого. Пить этот напиток лучше через соломинку.

### **Квас «Петровский»**

*Хрен — 70 г, мед — 150 г (2 ст. л.), русский квас — 3 л.*

Хрен натереть на крупной терке и вместе с медом положить в квас. Хорошо перемешать до полного растворения меда и поставить в холодильник. Перед подачей на стол квас процедить.

### **Напиток «Изюминка»**

*Изюм — 800 г, вода — 3 л, сок 1 лимона, мед — 1 ст. л., лимонная цедра (по вкусу).*

Промытый изюм залить водой, добавить лимонную цедру, все проварить в течение 20—25 мин, затем отвар процедить, а в готовый напиток добавить сок лимона и мед. Подавать к столу в охлажденном виде. Изюм можно использовать для приготовления других блюд.

### **Коктейль кисломолочный**

*Мед — 1 ст. л., простокваша или кефир — 3/4 стакана.*

Мед смешать с предварительно охлажденной простоквашей или кефиром. взбить и перелить в бокал. Готовится перед употреблением.

### **Коктейль медово-апельсиновый**

*Яйцо — 1/2, мед — 3 ст. л., апельсиновый сок — 1 ст. л., молоко — 1 стакан.*

Яйцо смешать с медом, добавить апельсиновый сок. Все вылить в охлажденное молоко, смешать и взбить. Коктейль подается в конусных бокалах с соломинкой.

### **Коктейль молочно-медовый с лимоном**

*Мед — 1 ст. л., молоко — 1 стакан, лимонный сок — 1 ч. л.*

Мед хорошо перемешать с лимонным соком, вылить в охлажденное молоко и хорошо взбить.

### **Молоко с медом**

*Молоко — 150 г, мед — 1 ст. л., сливочное масло — 30 г.*

Горячее молоко, мед и сливочное масло тщательно перемешать.

### **Кумыс с медом**

*Кумыс — 0,5 л, мед — 4 ст. л., дрожжи — 1 ч. л.*

В бутылку с кумысом добавить мед и дрожжи, затем взболтать. Бутылку закупорить пробкой, обвязать проволокой и выдержать при комнатной температуре 4—5 дней.

### **Молоко с яйцом и медом**

*Молоко — 120 г, мед — 40 г, яйцо — 1.*

В миске взбить яйцо, добавить мед и, непрерывно помешивая, вливать туда горячее молоко. Готовый напиток процедить.

### **Молоко с черничным соком и медом**

*Молоко — 1 стакан, сок — 20 г, мед — 1 ч. л.*

**Молоко смешать с черничным или малиновым соком.**

### **Медовое мороженое**

*Сливки — 1 л, мед — 0,3 кг.*

**Сливки и мед хорошо перемешать и заморозить.**

### **Чай с молоком и медом**

*Молоко — 75 г, мед — 20 г, 1/4 часть стакана заварки чая.*

**В стакан с молоком налить заварку чая, добавить мед, долить кипятка и размешать.**

### **Молоко с морковью и медом**

*Морковь — 250 г, молоко — 0,75 л, мед — 2—3 ст. л., сок 1 лимона.*

**В морковное пюре добавить молоко, мед и сок лимона. Все это хорошо перемешать.**

### **Ореховое молоко с медом**

*На 250 г воды — 4 ст. л. рубленых орехов, 4 ст. л. меда, 0,75 л холодного молока.*

**В кастрюлю с водой добавить рубленые орехи и мед. Смесь вскипятить, затем хорошо охладить, добавить молоко и процедить.**

### **Напиток из меда, моркови и лимона**

*Морковь — 1 кг, мед — 2 ст. л., сок 1 лимона.*

**Морковь промыть и потереть на мелкой терке. Отжать сок и смешать его с охлажденной кипяченой водой. Добавить туда мед, сок лимона и соль по вкусу.**

### **Творог с молоком и медом**

*На 200 г молока — 50 г творога, 20 г меда.*

**Свежий творог положить в тарелку, размять с медом и залить молоком.**

### **Молоко с шиповником и медом**

*Плоды шиповника — 100 г, молоко — 800 г, мед — 100 г.*

**Очищенные от семян плоды шиповника замочить в воде на 2—3 ч, затем варить в течение 10 мин, после чего плоды протереть через**

сито. Полученный экстракт соединить с молоком и медом и взбить в миксере.

### **Напиток из молока с листьями вишни**

*Молодые листья вишни — 4 ст. л., молоко — 2 стакана, мед — 3 ст. л., толокно — 1 ст. л.*

Листья вишни залить 2 стаканами кипятка, довести до кипения, настоять 20—30 мин, процедить, влить в отвар молоко и мед. Развести 1 ст. л. толокна в 50 мл холодной воды, добавить в отвар и вновь довести до кипения. Пить по 100 мл теплого напитка 3 раза в день за 30 мин до еды.

### **Домашний напиток**

*Кофе — 0,5 л, мед — 3—4 ст. л., молоко — 250 г, минеральная вода — 250 г.*

В горячий крепкий кофе добавить мед, смесь размешать, охладить, затем влить в нее молоко и минеральную воду.

### **Напиток клюквенный медовый**

*Вода — 250 г, сахар — 3 стакана, мед — 1 ст. л.*

Кипяченую воду смешать с клюквенным соком и медом. Смесь хорошо перемешать и охладить, после чего напиток будет готов к употреблению.

### **Напиток земляничный медовый**

*Молоко — 400 г, мед — 2 ст. л., растертые ягоды земляники — 1/2 стакана, соль по вкусу.*

Смешать молоко с медом и земляникой, добавить по вкусу соль и взбить, чтобы получилась однородная масса.

### **Напиток из молока с морковью**

*Листья клубники — 4 ст. л., молоко — 2 стакана, натертая морковь — 2 стакана, мед — 3 ст. л.*

Листья клубники залить 2 стаканами кипятка, довести до кипения, настоять 20—30 мин, процедить. В отвар добавить молоко, натертую морковь и мед, все перемешать. Пить по 100 мл 3 раза в день за 30 мин до еды.

### **Напиток малиновый медовый**

*Молоко — 200 г, малиновый сок — 2 ст. л.*

К молоку добавить малиновый сок и мед. Все хорошо перемешать и разбавить водой по вкусу.

## **Медовый напиток**

*Вода — 750 г, мед — 250 г, дрожжи — 5 г, сок лимона.*

Мед растворить в горячей воде. После охлаждения раствора до температуры 25 °С добавить в него дрожжи, сок лимона и поставить в теплое место на 10—12 ч для брожения. После этого напиток процедить и охладить.

## **Напиток вишневый с медом**

*Молоко — 500 г, вишневый сок — 2,5 стакана, лимонный сок — 5 ст. л., мед — 10 ст. л., соль по вкусу.*

Смешать вишневый и лимонный сок, добавить мед, соль и все тщательно растворить в молоке.

## **Медовый квас с пряностями**

*На 10 л воды — 1,2 кг меда, 50 г лимонной кислоты, 3—5 ст. л. распущенных дрожжей, 100 г изюма, пряности (хмель, корица, кардамон, имбирь, геоздика) добавлять по вкусу.*

В эмалированную посуду влить воду, опустить в нее марлевый узелок с пряностями и кипятить на малом огне 5 мин. Затем пряности удалить. В охлажденную до 40 °С пряную воду добавить мед, лимонную кислоту, жидкость размешать и охладить до 20—25 °С, после чего добавить 2—3 ст. л. разведенных дрожжей и 50—100 г изюма. Когда сусло начнет бродить, его перелить в бутылки через воронку с марлей, положить в каждую 2—3 изюминки, закупорить пробками и оставить при температуре 12—15 °С, чтобы холодом затормозить брожение. Через 5 дней квас будет готов к употреблению.

## **Сладкий пунш**

*Вода — 1 л, мед — 125 г, пряности по вкусу.*

В кипящую воду положить имбирь, корицу, гвоздику, черный перец (горошек), лавровый лист и кипятить несколько минут. Затем закрыть посуду крышкой, настоять смесь 5—10 мин и процедить. В отвар положить мед и размешать.

## **Лимонад горячий**

*Лимонный сироп — 25 г, малиновый сироп — 20 г, мед — 10 г, вода горячая — 150 г.*

В лимонный и малиновый сироп добавить мед, все хорошо смешать и разбавить горячей водой.



## **Мокко-актив**

*Вода — 1 л, натуральный черный кофе — 100 г, сок лимона, мед — 4–6 ст. л.*

Горячий крепкий черный кофе профильтровать через марлю, добавить в него сок лимона и мед.

## **«Бал» (сладкий напиток)**

*Мед — 25 г, перец черный — 0,5 г, лавровый лист — 0,5 г, имбирь — 1 г, корица — 5 г, гвоздика — 7 г, вода — 200 г.*

В кипящую воду положить имбирь, корицу, гвоздику, перец, лавровый лист. После закипания посуду снять с плиты и плотно накрыть крышкой. Через 10–15 мин добавить мед, напиток размешать и процедить.

## **Морс из плодов шиповника и яблок**

*Ягоды шиповника — 3–4 ст. л., кислые яблоки — 4–5, мед — 3–4 ст. л., сахар — 2 ст. л.*

Очищенные плоды шиповника и яблоки промыть, нарезать мелкими кусочками, сложить отдельно и посыпать сахаром. Затем залить холодной водой и кипятить несколько минут. Отвар процедить, добавить в него мед, по вкусу лимонный сок или кислоту.

## **Виноград на меду**

*Виноград — 3,5 кг, мед — 2 кг, столовый уксус — 0,5 л, корица, гвоздика по вкусу.*

Грозди винограда положить в банку с широким горлышком, стараясь не мять ягоды. Затем приготовить сироп из меда, уксуса и пряностей и прокипятить его 20 мин, снимая пену. Виноград залить горячим сиропом и герметично закупорить банку.

## **Черника с медом и орехами**

*Ягоды черники — 600 г, мед — 150 г, измельченные орехи — 100 г.*

Ягоды перебрать, промыть холодной водой, откинуть на дуршлаг. Затем разложить в широкой посуде, залить медом и посыпать измельченными орехами.

## **Витаминные чай**

*1. Плоды шиповника коричневого — 1 ст. л., листья черной смородины (плоды) — 1 ст. л., листья малины — 1 ст. л., сок золотого уса — 1 ч. л., вода — 2,5 стакана, мед — 1 ст. л.*

Все компоненты измельчить, залить холодной водой, кипятить 10 мин, настаивать 1–1,5 ч, процедить, добавить золотой ус, мед

тщательно перемешать. Пить по 100 мл 3 раза в день за 30 мин до еды. С профилактической целью принимать 1,5—2 недели.

*2. Ягоды черной смородины — 2 ст. л., листья крапивы — 1 ч. л., 1/4 листа золотого уса, мед — 1 ч. л.*

Ягоды черной смородины, листья крапивы и золотого уса измельчить, залить 2 стаканами кипятка и настоять в течение 2—3 ч. Затем чай процеживают, смешивают с медом. Чай пьют по 3 ст. л. 3 раза в день за 30 мин до еды в течение 5—7 дней.

### **Чай «Сибирский»**

*На 2 л кипятка — 2 ст. л. с верхом сухого крапивного листа — дневная доза, мед по вкусу.*

Сухой крапивный лист залить 2 л кипятка. Настоять, пить по 100 мл 3 раза в день за 30 мин до еды с медом по вкусу. Этот чай снабжает организм витаминами и минералами, улучшает работу всех органов и систем и снимает хроническую усталость.

## Проверка организма на переносимость пчелиного меда

В литературе описано много случаев непереносимости меда. Побочные явления при его использовании проявляются в виде повышения температуры, аллергических реакций, крапивницы, кожного зуда, насморка, головной боли, расстройства желудочно-кишечного тракта, удушья и т.д. Чаще всего это наблюдается у лиц с повышенной чувствительностью к меду и другим продуктам пчеловодства. Однако в ряде случаев непереносимость проявляется лишь к какому-нибудь определенному сорту меда. Это можно определить внутрикожной пробой, подобно пробе на чувствительность к антибиотикам группы пенициллина. Тем, кто страдает выраженной эмфиземой легких, бронхиальной или сердечной астмой, миокардитом, клапанным пороком сердца и туберкулезом легких, противопоказаны лишь ингаляции с медом. В этом случае необходимо сразу же обратиться за советом к врачу.

Комплексное применение меда с лекарственными растениями при многих заболеваниях позволяет существенно уменьшить, а в некоторых случаях даже прекратить прием многих химических лекарственных препаратов и обеспечить лечебный эффект в более короткое время.

## Простейшие способы определения примесей в меде

Иногда наблюдаются случаи фальсификации меда и добавления к нему различных примесей: сахарного сиропа, свекловичной или крахмальной патоки, сахарина и др.

Такие примеси к меду, как крахмал, песок и др., обнаружить совсем несложно. Для этого необходимо мед растворить в воде. Если он чист, вода получится слегка мутной, без осадка. При наличии примесей образуется осадок. Если к раствору меда добавить несколько капель настойки йода и он приобретет синюю окраску, значит, в нем имеется примесь крахмала.

Наличие мела в меде можно определить, добавив к осадку какой-либо кислоты или уксус. В этом случае произойдет реакция, появится пена в результате выделения углекислого газа.

Для выявления в меде картофельной и сахарной патоки или тростникового и свекловичного сахара необходимо проводить более сложные опыты в специальных лабораториях.

### **Проверка организма на переносимость пчелиного яда**

Прежде чем приступить к ядолечению, больному необходимо провериться на реакцию организма к нему. Делают это в два этапа, лучше в поясничной области. Выбранное место обрабатывают спиртом и прикладывают пчелу для ужаления. Жало вынимают через 5—10 с; за это время в организм попадает небольшая доза яда. На следующий день делают анализ мочи на белки и сахар и повторную пробу. На этот раз жало удаляют через минуту. На следующий день опять делают анализ мочи и при положительной реакции со стороны организма можно приступать к лечению.

### **Диета при лечении пчелиным ядом**

Во время лечения необходимо ежедневно принимать внутрь мед (по 50—120 г в течение дня). Запрещается употребление алкоголя и раздражающих специй. Необходимо воздерживаться от принятия пчелиного яда после обильной еды, водных процедур и продолжительных прогулок. После ужалений больному необходимо лежать в постели около часа. Желательно во время лечения придерживаться растительно-молочной диеты, богатой витаминами, минеральными солями, микроэлементами; употреблять фрукты, отвар шиповника.

### **Противопоказания при лечении пчелиным ядом**

Пчелиный яд — сильнодействующее вещество, по своим свойствам сходное со змеиным ядом. При назначении его необходимо подходить индивидуально в зависимости от чувствительности организма больного к нему и тяжести заболевания. Он противопоказан при острых инфекционных заболеваниях, гнойных процессах, туберкулезе, гепатите, нефрите, сахарном диабете, злокачественных опухолях, органических заболеваниях центральной нервной системы, склонности к кровотечению, беременности, анемии, менструации, сердечно-сосудистой недостаточности II и III степени и сверхчувствительности к яду.

### **Помощь при отравлении пчелиным ядом**

Пчела после ужаления улетает, оставляя в коже жалящий аппарат вместе с нервным узлом, который позволяет ввести в тело весь яд,

содержащийся в ядовитом пузырьке. Чтобы уменьшить поступление яда в организм, нужно как можно быстрее извлечь жало, но не беря его двумя пальцами, что будет дополнительно способствовать ускоренному введению остатков яда в организм. Это нужно сделать ногтем или острым предметом, сдвигая жало в любую сторону. Место укуса необходимо смазать очищенным спиртом (спирт-ректификат 96 или 70 %), раствором марганцовокислого калия (1:100), нашатырным спиртом, раствором валидола, настойкой йода или водкой. Хорошо помогает и специальная мазь (содержит календулу, спирт и ланолин), а также сок петрушки, чистотела, которые снимают боль и жжение на месте ужаления.

При тяжелых общих симптомах больного необходимо уложить в постель, внутрь назначить 40 %-ный алкоголь (25—50 г) или алкоголь в смеси с медом (20 г меда на 200 г алкоголя) по 25—50 г на прием. Хорошо поможет больному медово-витаминный напиток: в 1 л кипяченой воды растворяют 100 г меда и 500 мг витамина С (аскорбиновой кислоты), смесь взбалтывают и хранят в стеклянной закрытой посуде в холодильнике, принимают 3 раза в день по 1/2 стакана.

Одновременно рекомендуется назначить антигистаминные средства (например, димедрол), снимающие токсическое действие гистамина, содержащегося в пчелином яде.

При падении сердечной деятельности больному вводят камфору, кофеин. При судорогах назначают средства, успокаивающие нервную систему (бром и др.). Во всех случаях тяжелого отравления пчелиным ядом лечение должен проводить врач.

## **Противопоказания при лечении маточным молочком**

Нельзя использовать маточное молочко для лечения при аддисоновой (бронзовой) болезни, острых инфекционных заболеваниях, заболеваниях надпочечников, непереносимости молочка.

Непереносимость может выражаться аллергической реакцией: сыпью на коже, местным воспалением и покраснением, зудом, болями в животе, расстройством пищеварения, рвотой, поносом. Молочко не следует давать вечером, так как оно часто вызывает реакции возбуждения, ведущие к бессоннице.

## **Приготовление мазей, масел, вытяжек и смесей из прополиса в домашних условиях**

Мазь с прополисом оказывает хорошее действие на труднозаживающие раны, снимает боль, подавляет бактериальную флору, усиливает местные защитные механизмы, стимулирует регенерацию тка-

ней, оказывает дезодорирующий эффект. Действенна она при лечении ожогов и целого ряда кожных болезней: гнездовой плешивости, дерматитах, микроспории, пиодермии, экземе, эпидермофитии, себорейной экземе и др.

### *Изготовление прополисной мази*

По материалам 2-й Ленинградской конференции, а также данным многих источников, была составлена памятка по приготовлению несложных препаратов из прополиса в бытовых условиях и лечения ими.

1. Прополисная мазь готовится на вазелине или сливочном масле. В домашних условиях готовят 5 или 10%-ную прополисную мазь. На 100 г мазевой основы берут соответственно 5 или 10 г прополиса. Прополис расплавляют на водяной бане и затем добавляют масло или вазелин. Смесь хорошо перемешивают и перекладывают в герметическую, удобную для хранения посуду и ставят в холодильник.

2. Изготавливают прополисную мазь следующим образом: в эмалированной посуде расплавляют 100 г вазелина или животного жира, доводят до кипения, затем снимают с огня и охлаждают до 50—60 °С.

В охлажденный вазелин добавляют размягченный прополис, смесь снова нагревают до 70—80 °С при непрерывном помешивании в течение 8—10 мин. Полученную смесь фильтруют в горячем виде через марлевый фильтр. Охлаждают при постоянном помешивании. Остывшая мазь сразу же пригодна к употреблению. Хранится мазь, как и в первом способе.

Чтобы получить жидкую мазь — линимент, вместо вазелина или сливочного масла нужно добавить подсолнечное, оливковое, кукурузное, персиковое или другое подобное масло.

### **Назначение прополисных мазей в разных концентрациях**

Мазь, как правило, готовится на вазелине, смальце, рыбьем жире, свином сале (для смазывания и втирания).

#### *10%-ная мазь*

Используется:

1. При ожогах и обморожениях.
2. При геморрое.
3. При насморке — введением в ноздри на 15—20 мин в виде тампона на спичке или марлевого жгутика, смазанного мазью, или по 2—4 капли жидкого препарата в каждую ноздрю 4 раза в день.

4. В гинекологии: при воспалительных процессах — кольпитах, эндометриозах, при эрозии шейки матки и т.д. Во влагалище вводится тампон с прополисной мазью и плотно прижимается к эрозированной поверхности; тампон удаляется через 10—12 ч. Лечение — 10—12 дней.

### *15%-ная мазь*

Используется:

1. Для быстрого заживления ран, порезов, в том числе долго не заживающих, гноящихся, при ушибах.
2. В дерматологии: при угрях, сыпях, прыщах, кожном зуде, эрозиях и язвах слизистых оболочек носа, губ, при воспалении век.
3. При сильных ожогах и обморожениях (после 10%-ной мази).

### *20%-ная мазь*

Используется:

1. При грибковых заболеваниях.
2. При экземах.
3. При фурункулах, карбункулах.

### *30—40%-ная мазь*

Используется:

1. При роже — смазыванием и втиранием.
2. При радикулитах, ишиасе и поражениях периферической нервной системы (верхних и нижних конечностей) втиранием и прогреванием синей лампой.
3. При сибиреязвенном карбункуле.

### *Изготовление прополисного масла*

1. Прополисное масло получают из смеси прополиса (10—25 %) и сливочного масла, помещенной на водяную баню, при периодическом помешивании в течение часа. После охлаждения смесь готова к использованию. Готовое масло употребляют по 1 ч. л. обычно до еды. Детям назначают половину или 1/3 ч. л.

2. К 100 г сливочного масла, растопленного в эмалированной посуде и охлажденного до 70 °С, добавляют 15 г хорошо измельченного прополиса и тщательно размешивают в течение 15 мин. Смесь периодически подогревают на слабом огне. Готовое лекарство фильтруют через однослойную марлю, затем складывают в посуду и хранят в прохладном месте. Назначают по 1 ч. л. 2—3 раза в день с теплым молоком за 1,5 ч до или после еды.

### ***Получение концентрата прополиса (мягкой вытяжки)***

Берут очищенный измельченный прополис и заливают 96%-ным спиртом-ректификатом в соотношении 1:10 по объему. Настаивают при комнатной температуре в течение 2 суток при 30-минутном энергичном перемешивании с периодическим встряхиванием. На третий день смесь отфильтровывают и процеживают через 1—2 слоя марли. Полученный экстракт упаривают с помощью отгонки на водяной бане до 1/3 первоначального объема. При этом получается густая, вязкотекучая масса с приятным запахом. Экстракт хранят в закрытой посуде при комнатной температуре. В дальнейшем его используют при изготовлении различных рецептов.

### ***Мази с прополисом***

Берется мягкая вытяжка прополиса и какая-либо жировая основа — вазелин, ланолин, персиковое, абрикосовое или подсолнечное масло. Компоненты смешиваются в соотношении 1:10 (10%-ные мази наиболее эффективны). Например, на водяной бане растапливается 20 г ланолина и 80 г вазелина. Все это тщательно растирается и перемешивается с 10 г мягкой вытяжки прополиса. По остывании образуется мазь с приятным запахом.

### ***Мази с прополисом для лечения кожных заболеваний, вызванных грибами***

1. 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 мин.

2. Подогреть 150 г вазелинового масла до кипения, добавить 40—50 г расплавленного воска и 70 г прополиса, смесь подогреть в течение 30—40 мин, затем добавить 500 г сливочного масла.

### ***Прополисно-чесочная смесь при колитах с атонией кишечника***

Берут 200 г чеснока, дважды пропускают через мясорубку, добавляют 100 г 96%-ного спирта. Смесь хранят в темной бутылке 20 дней, затем пропускают через полотно и удаляют остатки. Смесь сохраняют 3 дня, добавляют 50 г меда и 10 г 30%-ного прополиса. Применяют 3 раза в день за 30 мин до еды в возрастающей дозе от 1 до 15 капель, затем с 6-го дня идет снижение дозы, на 12-й день начинают прием по 25 капель.

### ***Спиртовая вытяжка прополиса***

Ее можно приготовить в домашних условиях. Отобрать кусочки прополиса с небольшим содержанием примесей и измельчить их.