

Юрий Константинов

Мумиё. Природное лекарство

«Мумиё. Природное лекарство»: Центрполиграф; Москва, 2014
ISBN 978-5-227-04813-4

Аннотация

Мумиё как лечебное вещество было известно еще в глубокой древности, считается, что его применяют уже более трех тысяч лет! О нем писали Бируни, Авиценна и Аристотель, его использовали древние египтяне. В Европе же первым мумиё описал в своих трудах Аристотель (IV в. до н. э.), отметив его лечебное действие и описав, при каких болезнях оно может помочь.

Прошли тысячелетия, а мумиё продолжают использовать, а это значит, что это природное лекарство действительно работает и не утратило своей актуальности! А раз так, то мы просто обязаны рассказать читателям всё об этом уникальном веществе. Из книги вы узнаете, какие бывают виды мумиё, его состав и происхождение; всё о пользе веществ, входящих в состав мумиё; какие препараты выпускают на его основе. Мы расскажем о лечебном и косметическом действии мумиё и научим, как правильно применять его при конкретных заболеваниях.

Юрий Константинов

Мумиё. Природное лекарство

Введение

Сейчас практически невозможно найти человека, который не слышал бы о мумие. Другое дело, что немногие точно скажут, что это такое, откуда берется и как этим лечиться. И стоит ли лечиться вообще, от чего оно помогает, а от чего нет. Проблема еще и в том, что этот препарат предлагается не только в аптеках, но и через различных распространителей, а в наше время это может быть опасно возможностью нарваться на шарлатанов или мошенников и за немалые деньги получить нечто, что не просто не поможет, но и реально может быть опасным для здоровья.

Само мумие как лечебное вещество было известно еще в глубокой древности, считается, что его применяют более трех тысяч лет. О нем писали Бируни, Авиценна и Аристотель, его использовали древние египтяне.

Великий ученый из Хорезма Бируни, живший в XI веке, пишет: «В «Книге установлений» она (мумийа) упоминается среди лекарств, которые выдавались из хранилищ Хосроев тем крайне нуждающимся людям, кто не в состоянии приобрести их, – в чистом виде или в виде составов и снадобий для улучшения [здоровья] и прочих [целей]», и далее он описывает, как охраняли места, где находились запасы мумие, с какими предосторожностями собирали его и как охраняли сокровищницы, где его хранили.

В Европе же первым мумие описал Аристотель (IV в. до н. э.) в своих трудах, отметив его лечебное действие и описав, при каких болезнях оно может помочь.

Прошли века, мумие продолжает использоваться, а это значит, что нелишне будет узнать о нем по больше перед тем, как покупать и начинать лечиться.

Что такое мумие: происхождение, состав, виды

Как уже было сказано, мумие известно с глубокой древности. Нынешнее его название происходит от греческого слова со значением «сохраняющий тепло». Иранское (персидское) название звучит как «мум» – «защищающий организм». Арабский врач ибн Бетар в VII веке писал о «веществе мумия», которое происходит «из страны Аполлонии». Оно снисходит с водными потоками со «светящихся гор», на берегу затвердевает и приобретает запах дегтя.

Кстати, именно европейцы стали называть египетские мумии мумиями. Сами древние египтяне называли их «саху». А слово «мумия» появилось около 1000 г. н. э. в европейских сочинениях. И связано это было с тем, что, когда в VII в. н. э. арабы завоевали Египет и увидели забальзамированные тела, оно «опознали» в тех веществах, которыми они обрабатывались, известный им продукт. При этом они же не проверяли его на подлинность, он просто был похож на «мум».

И стало считаться, что египтяне применяли мумие для бальзамирования. При этом никто не задался вопросом, откуда египтяне могли брать в таких количествах продукт, добываемый весьма ограниченными партиями (по килограмму в год в одном месте) в азиатских горах.

Это заблуждение привело к тому, что египетские мумии стали очень цениться в Европе в лекарственных целях. В Египте эта черная масса называлась «иллирийской смолой». Слухи о ней разнеслись по Европе вместе с рассказом о чудодейственных свойствах, так что продавать ее стало необычайно выгодно. Это привело к тому, что грабители в Египте начали раскапывать могилы и вытаскивать мумии, с черепов и костей которых соскабливали черный налет и продавали за огромные деньги. Когда же спрос еще увеличился, для производства волшебной смолы стали применять трупы казненных преступников и просто умерших людей, иногда даже «мумие» делали из трупов животных. Шайки грабителей раскапывали могилы, вытаскивали похороненных, расчленили их и вываривали в котлах.

В 1564 году французский врач Ги де Фонтен из Наварры писал, что лично нашел на складе одного из торговцев в Александрии груды тел рабов, которые предназначались для переработки в мумие. Там же один из купцов предложил ему 40 разновидностей мумие. Трупы обрабатывали битумом и высушивали на солнце, чтобы тела становились похожими на египетские мумии. Причем в Европе об этом было известно, поскольку об этом писали даже в художественных произведениях. И не кто-нибудь, а Шекспир и Джеймс Шелли. Носовой платок Отелло, который он отдал Дездемоне, был пропитан «влагой из сердец мумий», а Шелли писал «Сделай мумие из моего тела и продай меня аптекарю».

Такова история «египетского мумие». Что же касается его подлинной истории, то известно оно было в странах Азии с древнейших времен. Оно имело разные названия в зависимости от страны и языка, от своих свойств и внешнего вида. Арабы именовали его «хафиз-ал-алжссод» («сохраняющий тепло») или «аракул джибол» («горный пот»). В Тибете и Монголии – «браг-шун» («сок скалы»), в Сибири и на Алтае – «барагшин, барахшин, бракшун» («горное масло», «каменное масло»).

В Индии оно известно как «шаладжит» («победивший камень»), а в Бирме под названием «час-тум» («кровь из горы»).

В Средней Азии его называли «асиль» или «мумие асиль» («наилучшее», «настоящее»). В Киргизии – «улар-таш».

Виды мумие и его лечебные свойства описывали знаменитые ученые древности: Аристотель, Ар-Рази (Разес), Абу Али ибн-Сина (Авиценна), аль-Бируни и другие. Они признавали, что оно помогает при самых разных заболеваниях: переломах, вывихах, полиомиелите, мигрени, эпилепсии, параличе лицевого нерва, отравлениях, язвах желудочно-кишечного тракта, воспалительных заболеваниях мочевого пузыря, туберкулезе и многих других заболеваниях.

Про мумие писали в самых разных сочинениях, от Тибета до Греции, известно более 70 упоминаний о нем, и везде его признавали очень действенным лекарственным веществом. При этом до сих пор точно не известно, что же оно из себя представляет. Существуют самые разные точки зрения на этот вопрос.

Например, в тибетском трактате «Янгал-Чжадбо» сообщается: «Из скал, раскаленных

жаркими лучами летнего зноя, соки шести видов металлов-драгоценностей (золота, серебра, меди, железа, олова, свинца), подобно жидкому экстракту, просачиваются и истекают, что и называется браг-шун, то есть скальный натечник». То есть в Тибете мумие считали производным минералов. Браг-шун описывался как тяжелое и твердое вещество, которое имеет характерный цвет и запах, растворяется без осадка. «Если в браг-шуне имеется примесь земли, камней, кала животных, этот вид считать самым худшим, но если добыт в святых местах, он все же пригоден». По внешнему виду, вкусовым качествам и лечебным свойствам браг-шун делился на пять типов: золотой, серебряный, медный, железистый, оловянный.

Авиценна писал: «Мумие – горный воск. Обладает разрезающим и рассасывающим свойствами и действием».

В наши дни самое общее определение говорит, что мумие – природная смесь органического и неорганического хорошо растворимого в воде вещества, которое образуется в трещинах скал, пустотах, нишах в виде пленок, корок, наростов черных, темно-коричневых и коричневых смолоподобных масс. Мумие из разных стран и из разных месторождений имеет сходный качественный состав, но различается соотношением отдельных частей. При этом сейчас для исследования применяют различные инструментальные методики, что позволило выяснить состав различных видов мумие, добывающихся из разных месторождений.

Например, изотопный состав алтайского мумие оказался близким к составу остатков горной растительности, характерной для пояса от 1500 до 3000 м над уровнем моря, возраст натечков мумие на стенах алтайских пещер – от сотни до тысячи лет. Мумие не образуется на равнинах. Больше всего мумие находят в горах: в пещерах, гротах, где много известняковых отложений и куда не проникают атмосферные и талые воды.

Состав мумие очень сложен. Ученые постоянно изучают его, но к единому выводу так и не пришли. В одних статьях говорится, что все виды мумие имеют органическое происхождение, в других – что не все. Возможно, это зависит от места происхождения конкретного исследуемого образца.

Например, мумие из гор Средней Азии содержит большое количество органических веществ, а также двуокиси кремния, фосфорного ангидрида, окиси алюминия, железа, титана, кальция, свинца, магния, бария, марганца, калия, натрия и в незначительных количествах окиси стронция.

А по результатам комплексного исследования в Институте геохимии и аналитической химии ученые сделали вывод, что данный горный бальзам представляет собой природный минерал со стабильной органической частью молекулы.

В третьем исследовании говорится, что мумие содержит свыше 80 компонентов – жизненно важных для организма веществ, в том числе антибиотики растительного происхождения и антикоагулянты, около 30 химических элементов (кальций, калий, кремний, натрий, магний, алюминий, ванадий, железо, фосфор, барий, сера, молибден, бериллий, марганец, титан, серебро, медь, свинец, цинк, висмут, никель, кобальт, олово, стронций, хром, гелий).

В некоторых видах мумие находили еще углерод, водород, азот, аминокислоты (гистидин, треонин, метионин, триптофан, лизин, валин и др.), более 10 различных окислов металлов, эфирные масла, жирные кислоты, витамины, геминовые основания, ауксины, ингибиторы, хлорофилл, ферменты, гормоны и другие вещества.

Также в образцах мумие находили витамины группы В, белки, липиды, стероиды, аминокислоты, алкалоиды, кумарины, эфирные масла, пчелиный яд, макро- и микроэлементы.

И таких исследований с разнообразными составами мумие достаточно много. Именно поэтому единой классификации мумие нет. Это вещество разделяют на различные группы, причем иногда выделяют «собственно мумие» и «мумиеобразные вещества».

Мумие считают маслом минерального происхождения, сильно загрязненным

современными образованиями. Или «скоплением экскрементов мелких грызунов (двух видов пищух), сцементированным смолообразным веществом». Второе определение основано на том, что по результатам анализов в некоторых исследованиях экскременты грызунов, живущих в горах, по химическому составу не отличаются от мумие (архар-таша). Тогда горных серебристых полевок стали кормить разнообразным набором лекарственных, сорных и культурных растений и исследовать их выделения. По результатам ученые пришли к заключению, что, вероятно, ядовитые травы и лекарственные растения, поедаемые зверьками, способствуют образованию мумие (архар-таша).

В итоге сейчас мумие делится на различные типы по методу образования и составу.

Выделяют битумное мумие – это жидкая или воскоподобная масса темного цвета, накапливающаяся в результате анаэробного (без доступа кислорода) разложения погибших растений. От нефти отличается тем, что не содержит летучих углеводородов, поскольку образуется близко от поверхности почвы и быстро теряет летучие компоненты.

Минеральное мумие обнаружено высоко в горах, в пустотах скальных пород, куда не могли попасть ни животные, ни растения.

Арчовое – смолообразная коричнево-черная со смолистым запахом масса, выделяющаяся из ствола корней арчовых, сосны, ели, переносится водой в почве, смешивается с элементами почвы и образует натеки в расщелинах скал.

Лишайниковое – густая или твердая масса как продукт жизнедеятельности растений, преимущественно лишайников.

Трупное – твердая или воскообразная масса черного цвета, образующаяся при мумификации или медленном разложении трупов животных и насекомых.

Экскрементное (копролитовое) – окаменевшие экскременты мелких животных, преимущественно грызунов и летучих мышей.

Мумие можно получать и искусственно (как это делали в Средние века) – при мумифицировании трупов животных, насекомых, людей или в лабораторных условиях из лекарственных растений, помета грызунов, по внешнему виду напоминающее первичное мумие.

«Мумие-асиль» представляет собой твердую массу темно-коричневого или черного цвета, гладкую и блестящую. В его составе обнаружено 26 микроэлементов – меньше, чем в других видах мумие, однако в нем много органических веществ, и, что является отличительной чертой «мумие-асиль», в него входит пчелиный яд.

Индийское мумие, известное под названием «Шиладжит», содержит почти все элементы таблицы Менделеева, гуминовые и фульвокислоты, а также аминокислоты, играющие важнейшую роль для организма человека.

Таким образом, мумие образуется из различных веществ: микроэлементов, микроорганизмов, растений, животных и продуктов их жизнедеятельности. А горы нужны из-за их микроклимата. Именно высокогорье, где уменьшено содержание кислорода, резкие перепады температур, повышенное ультрафиолетовое излучение. Также способствует образованию мумие жаркая сухая местность, где микроорганизмов мало и остатки не разлагаются, а мумифицируются. В одних местах, не доступных влаге, они затвердевают, а в других – растворяются почвенными водами, рассеиваясь или образуя в пустотах натеки.

Месторождения мумие встречаются в разных странах и регионах в гористых местностях: в Индии, Монголии, Иране, Аравии, Индонезии, Австралии, Бирме, Южной Америке, Китае, Непале, Афганистане, странах северо-восточной Африки.

На территории Российской Федерации месторождения обнаружены в Алтае-Саянской горной стране (Горный Алтай, Тыва), Южной Якутии, Северном Кавказе. На территории СНГ: в Туркмении и Азербайджане, горах Средней Азии (Казахстан, Узбекистан, Киргизия). Различают мумие памирское и тянь-шаньское, а также кавказское, алтайское и забайкальское. Различия в его свойствах проявляются в содержании биологически активных веществ и микроэлементов.

В «Регистр лекарственных средств Российской Федерации» в раздел БАД (биологически

активные добавки) внесен только один вид мумие.

Название: Мумие алтайское очищенное.

Латинское название препарата *Altai Depuratus mumiyo*.

Группы: Общетонизирующие средства и адаптогены. БАДы – продукты растительного, животного или минерального происхождения.

Состав и форма выпуска:

1 таблетка содержит мумие очищенное 0,2 г; в контурной безъячейковой упаковке 10 шт., в картонной пачке 2 упаковки. В состав мумие входит комплекс органических и минеральных веществ: зоомеланоэдиновые, гуминовые, фульво- и аминокислоты, терпеноиды, стероиды, витамины групп В и Р, полифенольные соединения, а также макро- и микроэлементы (медь, цинк, кобальт, марганец и др.).

Способ применения и дозы:

Внутрь, за 30 минут до еды, запивая водой, по 1 таблетке 1—2 раза в день в течение 25 дней. После 10-дневного перерыва курс можно повторить.

Условия хранения препарата «Мумие алтайское очищенное»: в сухом прохладном месте. Хранить в недоступном для детей месте.

Срок годности препарата «Мумие алтайское очищенное» 5 лет.

Виды мумие и препараты на его основе

Когда мумие находят в горах, оно представляет собой массу, похожую на смолу, темного, иногда почти черного цвета, неоднородную по составу. В одном месте (одном месторождении) его обычно содержится от 200 кг до 1,5 тонны. В природном мумие могут быть семена, песок, части растений, мелкие обломки горных пород, шерсть, панцири насекомых, кости, куски древесины, мумифицированные продукты жизнедеятельности животных. Конечно, такое мумие употреблять нельзя, его надо сначала очистить.

Консистенция мумие зависит от количества в нем влаги и от температуры воздуха. При повышении и понижении температуры воздуха мумие размягчается, становится вязким, мажущим. Вкус у него горький.

Техническая обработка включает в себя водную вытяжку, центрифугирование, фильтрование или выпаривание, в результате чего ненужные вещества удаляются и остается собственно очищенное мумие, пригодное для использования.

Очищенное мумие выглядит как густая однородная пластичная масса, легко разминаемая руками, темно-коричневого или черного цвета с блестящей гладкой поверхностью. У него горький вкус и специфический пряный запах. Оно полностью растворяется в воде и плохо растворяется в спирте, эфире и других органических растворителях. При хранении оно теряет влагу и становится тверже.

Более полезным считается мумие «старшего возраста», поскольку в нем выше содержание природных антибиотиков и антикоагулянтов и, соответственно, выше эффективность лечебного воздействия.

При этом если при очистке его перегреть (например, довести температуру водяной бани до +60 °С), то органическая составляющая его может разложиться и полезное действие препарата станет минимальным.

Температура обработки должна быть не выше +39 °С.

В первоначальном мумие доза полезного вещества гораздо меньше, и после очистки его объем уменьшается значительно, от 2 до 15 раз.

В ходе очистки в итоговом продукте становится больше органических частей: углерода, кислорода, водорода, азота, присутствующих в нем в виде различных кислот, белков и смол. Неорганические же части – минералы кальция, натрия, калия, магния, алюминия, рубидия, цезия, бария, олова, хрома, сурьмы и многого другого – частично выводятся.

Выделяют после очистки четыре основных вида: «золотое мумие» – красного цвета, «серебряное мумие» – белого цвета, «медное мумие» – синего цвета, «темное мумие» –

коричнево-черного цвета.

Наиболее распространены «медное» и «темное» мумие. Самым качественным считается мумие черного цвета, блестящее, мягкое.

Чтобы определить качество мумие, его сминают руками. Если мумие хорошее, оно размягчается, а плохое останется твердым.

Индийское мумие – шиладжит очищают, вымачивая в воде, потом варят в отварах разных трав, в том числе и в отваре трифалы (сбор трав, известный больше 2000 лет), в коровьей моче, высушивают и сгущают под солнцем. Весь процесс занимает три-четыре дня. Обработанный и смешанный с трифалой шиладжит представляет собой серый горьковатый порошок. В него помимо чистого мумие входят и лекарственные травы.

Экстракт мумие делают разными способами. В советское время заводской способ состоял в следующем: измельченное мумие заливали десятикратным объемом теплой воды (+40—50 °С), а затем через 6 часов после многократного сцеживания и отстаивания раствор проводили через вакуумный аппарат при температуре +50—55 °С, потом экстракт высушивался до остаточной влаги не более 5 %. В итоге получался гигроскопический порошок с запахом и жгучим вкусом, растворимый в холодной и горячей воде. Стерилизация проходила в автоклаве при +120 °С.

Сейчас в основном делают так. Собранный сырец размельчается и заливается теплой кипяченой водой. Раствор настаивается до пяти суток. Затем после тщательной фильтрации из раствора удаляется вода, причем температура выпаривания очень важна для последующей биологической активности мумие. Если соединения микроэлементов сохраняются при высоких температурах, то соединения аминокислот, составляющие основу биологической активности мумие, начинают распадаться уже при +45—50 °С. Поэтому лучше всего, если применяется вакуумная сушка в специальных лабораториях, когда вода интенсивно испаряется при невысоких температурах. Если вакуумной технологии нет, то можно применять выпаривание на водяной бане, но при этом контролировать температуру раствора на дне емкости. Досушку экстракта можно проводить путем естественного испарения остатков воды.

В итоге получается экстракт мумие: твердая масса с блестящей поверхностью. Цвет ее может быть разным: от желто-коричневого до черного, вкусовые оттенки тоже будут разные в зависимости от состава, так же как и запах. В таком виде его обычно и хранят.

Считается, что у мумие нет срока годности, так как оно не может испортиться. Даже самые осторожные оценки дают ему 40—50 лет хранения без утраты лечебных свойств. Правда, это не относится к таблеткам на основе мумие, так как в них вводятся различные дополнительные вещества.

Считается также, что мумие не имеет токсических, аллергических и канцерогенных проявлений. Это доказано во множестве экспериментов на животных и в исследованиях, проведенных в различных клиниках. Однако все же при онкологии мумие рекомендуют применять с осторожностью.

При длительном хранении экстракт мумие можно поместить во влагонепроницаемую посуду и хранить в темном прохладном месте. При комнатной температуре мумие затвердевает вследствие испарения влаги, содержащейся в нем, но лечебных свойств не теряет. Водные растворы экстракта мумие следует хранить в холодильнике не более пятнадцати суток.

Оптимальная доза для тех, чей вес составляет меньше 70 кг, – 0,2 г (200 миллиграммов), до 80 кг – 0,25 г (250 мг), до 90 кг – 0,3 г (300 мг), свыше 90 кг – 0,5 г (500 мг). Если не превышать этих доз, лекарство безвредно и никаких противопоказаний не имеет.

Порошок из мумие. Мумие нужно высушить при температуре +20—30 °С на открытом воздухе или в хорошо проветриваемом помещении, пока на изломе оно не перестанет липнуть. Высушенные куски поместить в ступку или кофемолку, измельчить их до грубого порошка, затем пестиком растереть до мелкого порошка. Просеять через слой марли и

упаковать в сухую посуду с притертой пробкой. Хранить во влагонепроницаемой таре в сухом прохладном месте.

Водный экстракт на основе мумие. Его можно сделать тремя разными способами.

1) Взять 5 г хорошо высушенного мумие, измельчить в ступке. Порошок поместить в глубокую посуду и залить 100 мл предварительно очищенной или кипяченой теплой воды. Выдержать 5 минут и начать размешивать пестиком, добиваясь получения кашицы. Кстати, это позволит определить качество сырья: в растворе не должно быть никакой мути, мумие должно растворяться полностью. Готовый раствор процедить через сложенную в два слоя марлю и долить воды до 500 мл.

2) Так же соединить 500 мл дистиллированной воды с 5 г порошка мумие и перемешать до образования однородной массы. Готовую смесь отфильтровать, потом стерилизовать 30 минут. Такой раствор используют в качестве основы для глазных капель.

3) Дистиллированную воду кипятить 15 минут для достижения полной стерильности, остудить до +70 °С. Потом добавить в нее 5 г порошка мумие и оставить на сутки. Через сутки раствор процедить и долить воды до того объема, который необходим по рецепту. Водный раствор мумие хранится сутки, потом он уже к использованию не пригоден. Такой водный экстракт применяют для приема внутрь.

Раствор мумие для наружного применения. 1—2 г мумие растворить в 20 мл (1 столовая ложка) теплой кипяченой воды. Получается 5 или 10%-ный водный раствор мумие, которым смазывают больное место или делают компресс.

Спиртовая настойка мумие. Взять 10 г мумие и 70 мл 20%-ного раствора спирта. Мумие измельчить в порошок, пересыпать в стеклянную бутылку. Лучше темную. Залить спиртом, бутылку закупорить и поставить в темное и прохладное место на неделю, причем 2 раза в сутки взбалтывать. Через неделю смесь слить в другую посуду, оставляя осадок на дне бутылки. В этот осадок долить 30 мл спирта и оставить на 4 дня. Готовый настой вновь слить, соединить с теми 70 мл, что уже есть, и на день поставить в прохладное место. Потом жидкость процедить, добавить спирта, чтобы всего оказалось 100 мл настойки, и можно использовать по назначению.

Водно-спиртовая настойка готовится так же, как спиртовая, только в готовую спиртовую добавляется 100 мл воды.

Мазь из мумие бывают разных видов и с использованием разных компонентов.

1) 10%-ная мазь. Взять 5 г порошка мумие, смочить несколькими каплями дистиллированной воды и тщательно перемешать. Когда масса приобретет консистенцию кашицы, в нее постепенно, не переставая мешать, по частям вводить размягченное свиное сало (всего 45 г). Все это надо растереть до однородной массы. Мазь считается приготовленной правильно, если при растирании между пальцами в ней не чувствуются крупинки.

2) 4%-ная или 7,5%-ная мазь. Взять мумие – 4 или 7,5 г, воды – 25 или 27 г, ланолин безводный – 35 г, вазелин медицинский – до 100 г. Сначала нужно ланолин и вазелин простерилизовать, чтобы в них не начали размножаться микроорганизмы. Для этого их нагревают до температуры +180—200 °С и прогревают 20 минут. Чтобы они не расплавились и не утекли, их нужно герметично запаковать, а нагревать лучше на спиртовке. Посуду и инструменты лучше тоже прокипятить в воде в течение 15 минут. Мумие для стерилизации достаточно нагреть на водяной бане при температуре +25—37 °С. В стерильной ступке растворить весь объем мумие в воде, затем к раствору прибавить небольшими порциями расплавленный, наполовину остывший сплав ланолина с вазелином и смешивать все компоненты до получения однородной массы. Хранить состав в защищенном от света месте

при температуре не выше +20°C.

Плитки и пилюли из мумие. Сначала смешать воду и глицерин в соотношении 1:1. Нужно количество порошка мумие (сколько указано в рецепте) поместить в ступку и добавлять туда водно-глицериновый раствор каплями, растирая пестиком, до получения тестообразной массы. Эту массу перенести на гладкую поверхность (деревянную, пластмассовую), смазанную растительным маслом. Массу еще раз аккуратно перемешать (лучше скальпелем или тонким ножом), добавить по каплям рыбий жир или растительное масло и придать форму шариков или пластинок. Плитки и шарики (пилюли) снаружи блестящие, черные, с запахом природного мумиё, затвердевают при открытом хранении. Обычно их готовят столько, сколько нужно на один курс лечения.

Свечи с 5%-ным содержанием мумие готовят следующим способом. Нужно иметь порошок мумие, кипяченую или стерильную воду, масло какао. Взять 5 г порошка мумие, добавить чуть-чуть воды, чтобы получилась каша, затем туда добавить треть масла какао и тщательно перемешать, постепенно добавляя остальное масло. Оставить для затвердения. Когда масса остынет, раскатать из нее стержни и придать им форму свечей.

Компресс из мумие используется при суставных болях, внутренних и прорвавшихся наружных, мастите, радикулите, остеохондрозе и др. В разных случаях берется от 2 до 10 г сухого мумие. При этом если приложить его к здоровому участку кожи, то препарат останется под компрессом, а если к больному – то быстро впитается. Конкретная доза зависит от заболевания. Следует помнить, что мумие при нагревании разжижается, поэтому компресс надо наложить так, чтобы из-под него мумие не потек.

Компресс лучше класть на ночь и снимать утром. Повязку осторожно оттягивают за края, потом кожу обмывают водой. Следующий компресс, при необходимости, делают через 2—3 дня, иначе можно получить раздражение кожи.

Таблетки из мумие. На одну таблетку нужно 0,2 г мумие, 0,15 г сахара. Вспомогательным веществом, заполняющими остальной объем таблетки, будут картофельный крахмал и стеарат кальция. Мумие следует высушить и измельчить, просеять через мелкое сито, чтобы получился однородный порошок. Смешать его с сахарной пудрой и порошком крахмала, затем смесь увлажнить 96%-ным спиртом через пульверизатор до получения равномерно липкой, но не жидкой массы. Раскатать слоем 2 мм, сушить при температуре +30—40 °С до тех пор, пока она не станет абсолютно сухой на ощупь. Массу раскрошить и пропустить через сито, потом опудрить порошком кальция стеарата. После этого можно прессовать таблетки, рассчитав вес так, чтобы в каждой было по 0,2 г мумие.

Хранить таблетки в защищенном от света месте не более года.

Стеарат кальция нужен для загущения смеси и придания ей формы. В принципе, он не обязателен, если не хочется добиваться идеальной формы таблеток. Кроме того, можно не крошить подсыхшую массу второй раз, а сразу нарезать ее на квадратики, рассчитав их количество так, чтобы в каждом находилось по 0,2 г мумие.

Третий вариант: раскрошенную массу засыпать в желатиновые капсулы, если есть возможность их найти.

Мумие выпускают в таблетках фабричного производства, каждая содержит по 0,2 г. Следует знать, что мумие в таблетках не может храниться так долго, как мумие-сырец, поскольку в таблетки добавляют разные дополнительные вещества, имеющие срок годности.

Мумие может храниться очень долгое время, если оно находится куском не менее 0,5 кг или в виде 30%-ного водного раствора в объеме не менее 1 л. Растворы с концентрацией менее 30% лучше готовить непосредственно перед употреблением, так же как и препараты, описанные выше.

Сухое вещество мумие нужно хранить в герметично закрытом полиэтиленовом пакете. Беря часть лекарства из пакета, остаток необходимо слегка подсушить. Оказавшись на воздухе, оно всосет влагу, размякнется и потечет. Хранить препарат в таком виде нельзя, поэтому придется восстановить его до прежнего состояния, подсушив при температуре до +40 °С.

К сожалению, как всякое популярное лекарство, мумие не застраховано от подделок.

Мошенники могут продавать под видом мумие что угодно. Это тем более просто, что мумие на внешний вид представляет собой темную массу. Такую массу можно сварить из чего угодно, даже из любой высушенной травы, лишь бы она обладала горечью. Различить подделку можно будет только по запаху, но для этого надо знать, как пахнет настоящее мумие. Еще один момент: подделки часто имеют выраженную волокнистую структуру, которой у настоящего мумие не бывает.

Кроме того, и само мумие может действовать более или менее эффективно в зависимости от места сбора и качества самого продукта, а также в зависимости от степени очистки. Партия подлинного мумие может быть не очень качественной, поскольку фармацевтические заводы принимают мумие от добытчиков малыми объемами (от нескольких килограммов), и делать биохимическое исследование каждой партии просто невыгодно.

Второй пункт, который следует помнить, – это мумие в таблетках. Как уже говорилось выше, при формировании таблеток в них добавляются дополнительные вещества, на которые у некоторых людей может проявиться реакция, и это снизит лекарственную эффективность самого мумие. Ну и таблетки имеют срок годности в отличие от мумие-сырца, которое может храниться долгие годы.

Третье: целебными свойствами обладает собственно мумие. Когда же его добавляют в различные мази, кремы и другие составы, его вещества начинают реагировать с веществами этого состава. Поэтому здесь тоже следует обращать внимание на срок годности.

Поэтому, если есть такая возможность, лучше приобретать мумие в чистом виде, тогда оно сможет храниться дольше и из него можно будет самим готовить нужные препараты по мере необходимости.

Польза веществ, входящих в состав мумие

В мумие присутствуют: заменимые и незаменимые аминокислоты (глутаминовая кислота, глицин, гистидин, фенилаланин, метионин, треонин, триптофан, изолейцин, лизин, аргинин, валин, аспарагиновая кислота и др.), мононенасыщенные и полиненасыщенные жирные кислоты (олеиновая, петроселиновая, линолевая, линоленовая и др.), фосфолипиды, органические кислоты (гиппуровая, бензойная, адипиновая, янтарная, лимонная, щавелевая, лишайниковая, койевая, винная и др.), эфирные масла, смолы, смолopodobные вещества, стероиды, алкалоиды, ферменты, хлорофилл, дубильные вещества, кумарины, терпеноиды, каротиноиды (провитамин А), флавоноиды (в том числе рутин – витамин Р), витамины В1, В2, В3, В6, В12, С, Е, а также около 60 макро- и микроэлементов (калий, магний, кальций, натрий, фосфор, марганец, железо, цинк, медь, сера, кремний, селен, хром, серебро, кобальт, никель, алюминий, ванадий, барий, молибден, бериллий, титан, свинец, висмут, олово, стронций, гелий и др.).

В некоторых видах мумие находили также углерод, водород, азот, более 10 различных окислов металлов, эфирные масла, геминовые основания, ауксины, ингибиторы, хлорофилл, ферменты, гормоны, белки, липиды, стероиды, алкалоиды, кумарины, эфирные масла, пчелиный яд.

Состав мумие зависит от места, где его находили, поэтому в разных образцах мумие, из разных месторождений, его состав будет различаться.

Глутаминовая кислота в организме человека присутствует в составе белков, ряда низкомолекулярных веществ и в свободном виде, она играет важную роль в азотистом

обмене.

Она участвует в передаче нервных импульсов. Проблема в том, что соли глутаминовой кислоты (известнее всего глутамат натрия) активно используются в полуфабрикатах как усилитель вкуса, в итоге человек получает избыточное количество глутаминовой кислоты, что приводит к перевозбуждению нейронов. Также избыточное потребление солей глутаминовой кислоты приводит к тому, что еда без них кажется человеку безвкусной.

Глицин очень нужен для восстановления нервной системы и нормализации психической деятельности. Он снимает нервное напряжение после длительных физических нагрузок, улучшает общее самочувствие и настроение, снимает психологическую усталость и повышает умственную работоспособность. Он участвует в синтезе антител и иммуноглобулинов, поэтому важен для нормального состояния иммунитета.

Гистидин относится к частично незаменимым аминокислотам. У детей он в организме не синтезируется, у взрослых – синтезируется, но не в полном объеме. Он является предшественником гистамина, который вызывает аллергические реакции, но также играет важную роль в функционировании иммунитета. Гистидин входит в состав гемоглобина, участвует в переносе кислорода. Также способствует росту тканей и их регенерации в случае повреждений.

Фенилаланин служит исходным материалом для синтеза другой аминокислоты – тирозина, а из нее синтезируются многие необходимые организму вещества: адреналин, дофамин, норадреналин. Эти соединения являются нейромедиаторами и непосредственно влияют на психическое состояние человека, на его эмоциональный настрой, ясность сознания и остроту мышления. Также фенилаланин нужен, чтобы щитовидная железа вырабатывала тироксин, который необходим для усвоения питательных веществ, поступающих в организм. Еще фенилаланин нужен для синтеза эндорфинов («гормонов счастья»). Кроме влияния на настроение эндорфины уменьшают болевой синдром, ускоряют выздоровление.

Метионин способствует усвоению жиров, не позволяя им накапливаться в печени и на стенках артерий, поэтому он очень важен в профилактике атеросклероза. Также он обладает способностью очищать печень от избытков жира, предотвращая ее жировое перерождение. Он участвует в процессах синтеза фосфолипидов и других веществ, активирует гормоны, витамины и ферменты из тех, что могут нейтрализовать различные токсины. Метионин улучшает пищеварение, укрепляет мышцы, облегчает течение токсикоза во время беременности. Он нужен для синтеза нуклеиновых кислот, коллагена и других белков, участвующих в построении тканей организма.

Треонин поддерживает работу печени, сердечно-сосудистую, центральную нервную и иммунную системы. Он необходим для синтеза глицина и серина, которые отвечают за производство коллагена (основы соединительной ткани организма), эластина (белка, отвечающего за упругость соединительных тканей) и мышечной ткани. В сердечной мышце треонин находится в значительных количествах. Он помогает формированию крепких костей и зубной эмали и может ускорить заживление ран и восстановление после травм. Треонин помогает печени расщеплять жиры и жирные кислоты. Без достаточного количества треонина в организме жиры могут накапливаться в печени и в конечном итоге привести к печеночной недостаточности. Треонин поддерживает иммунную систему, помогая в выработке антител.

Триптофан человеку очень-очень нужен. В организме он преобразуется в серотонин («гормон счастья»). Серотонин дает ощущение эмоционального благополучия, а еще он превращается в мелатонин, регулирующий биологические часы. Триптофан же, кроме всего

прочего, контролирует аппетит. Он снижает тягу к еде, и в частности, снижает желание съесть что-нибудь сладенькое, мучное или вообще то, от чего толстеют. Он дает понимание, что человек уже насытился и дальше можно не жевать. Кроме того, он сдерживает образование жировых отложений.

Лизин очень важен для усвоения белков; при его нехватке, сколько бы ни было белков в пище, они не усвоятся. Также он нужен для производства коллагена – компонента соединительной ткани. От него зависят прочность и эластичность связок и сухожилий. Лизин способствует усвоению кальция и его встраиванию в костную ткань, поэтому он важен в старшем возрасте для профилактики остеопороза. Он нормализует жировой обмен и предотвращает развитие атеросклероза. Он способствует выработке антител, гормонов эндокринной системы и ферментов пищеварительной системы, обеспечивает усвоение аминокислот. Лизин важен для эффективной работы мозга, его дефицит может ухудшать краткосрочную память и способность к концентрации внимания.

Аргинин способствует поддержанию уровня холестерина, нормального артериального давления, стимулирует выработку инсулина и этим поддерживает нормальный уровень сахара в крови, улучшает работу иммунной системы, а также способствует освобождению организма от шлаков.

Изолейцин человеку необходим для синтеза гемоглобина, а также он стабилизирует и регулирует уровень сахара в крови и процессы энергообеспечения.

Валин увеличивает выносливость мышц при тяжелых нагрузках. Он вместе с лейцином и изолейцином служит источником энергии при обмене веществ в мышцах. Он помогает при бессоннице и нервозности, поскольку препятствует снижению уровня серотонина («гормона счастья»). Валин подавляет аппетит, поэтому полезен в борьбе с ожирением. Валин повышает мышечную координацию и понижает чувствительность организма к боли, холоду и жаре.

Ретинол (витамин А) улучшает обмен веществ, процессы роста, повышает устойчивость организма к инфекциям, нормализует зрение в сумерках. В плодах красного и оранжевого цвета содержится каротин (провитамин А), который в организме превращается в витамин А. Каротин лучше усваивается из пищи, содержащей жир.

Токоферол (витамин Е) нормализует обмен белков и углеводов, функцию половых желез, улучшает работу сердечной мышцы. При его недостаточности повышается проницаемость и ломкость капилляров.

Тиамин (витамин В1) нормализует белковый, жировой, углеводный и минеральный обмен, функцию нервной системы, органов кровообращения и пищеварения, повышает сопротивляемость организма инфекциям.

Рибофлавин (витамин В2) участвует в обмене белков, жиров и углеводов, нормализует функцию нервной системы, печени, улучшает кроветворение.

Никотиновая кислота (витамин РР или В3) регулирует обмен углеводов, холестерина, железа, функциональное состояние центральной нервной системы, снижает артериальное давление, повышает выделение желудочного сока, улучшает состояние печени.

Пантотеновая кислота (витамин В5) регулирует обмен веществ, жиров, синтез гемоглобина.

Пиридоксин (витамин В6) нормализует обмен белков и жиров, функцию печени, синтез гемоглобина.

Цианокобаламин (витамин В12) регулирует кроветворение, повышает устойчивость организма к инфекциям, уменьшает отложение жира в печени.

Аскорбиновая кислота (витамин С) регулирует обмен белков, жиров, углеводов, проницаемость стенок капилляров, повышает сопротивляемость организма к инфекциям, улучшает функцию почек и печени.

Флавоноиды (витамин Р) – это группа веществ общим числом около 150, которые очень полезны для организма человека. Одно из этих веществ – рутин, который иногда и называют витамином Р. Витамин Р может частично покрывать потребность организма в витамине С. Регулярное применение витамина Р нормализует состояние стенок капилляров, повышая их прочность и эластичность, снижает артериальное давление, замедляет сердечный ритм. Ежедневное применение рутина в количестве 60 мг в течение 4 недель может снизить внутриглазное давление. Витамин Р также участвует в желчеобразовании, помогает регулировать суточную норму выделения мочи. Один из флавоноидов – катехин, входящий в состав листьев зелёного чая, признан эффективным антиоксидантом. Он предохраняет клетки организма от воздействия свободных радикалов, тем самым замедляя процессы старения, повышает сопротивляемость организма к негативным внешним факторам и восстанавливает иммунитет. Обладая антибактериальными свойствами, катехины также защищают человека от простудных и инфекционных заболеваний.

Натрий находится в плазме крови и тканях во внеклеточной жидкости, участвует в образовании соляной кислоты, в процессах обмена, задерживает жидкость в организме. Потребность в хлористом натрии увеличивается при обильном потоотделении, тяжелом физическом труде, занятиях спортом, употреблении растительной пищи, содержащей повышенное количество калия.

Калий находится преимущественно внутри клеток, регулирует работу сердца, надпочечников, усиливает выведение жидкости и натрия из организма.

Кальций входит в состав костей и зубов. Небольшое количество кальция находится в крови. Он регулирует проницаемость клеточных мембран и свертываемость крови, равновесие процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга. При дефиците его в пище возможны патологические переломы и размягчение костей, мышечные спазмы. Потребность организма в кальции увеличивается при беременности и кормлении грудью, переломах костей.

Магний участвует в обмене белков, жиров, углеводов, входит в состав многих ферментов, расширяет кровеносные сосуды, снижает артериальное давление, повышает количество выделяемой мочи, улучшает желчевыделение, обладает слабительным и успокаивающим действием.

Железо входит в состав гемоглобина, ферментов, участвующих в окислительно-восстановительных процессах в тканях.

Медь участвует в процессе тканевого дыхания, синтезе гемоглобина и созревании эритроцитов. При ее недостаточности в организме развивается анемия.

Цинк усиливает действие различных гормонов, улучшает гемоглинообразование и

процесс образования эритроцитов, заживление ран, повышает устойчивость организма к инфекциям. Он необходим для нормального роста.

Кобальт совместно с железом и медью участвует в процессах образования и созревания эритроцитов. Кобальт входит в состав витамина В12, улучшает процессы роста.

Сера связана с белками, входит в состав некоторых аминокислот, инсулина, тиамин, биотин, крови, желчи, нервной ткани, костей и хрящей. Дефицит серы в организме приводит к выпадению волос, размягчению ногтей и к таким кожным заболеваниям, как экзема, крапивница, прыщи.

Фосфор содержится в большом количестве в костной ткани и в меньшем – в мягких тканях и крови. Он входит в состав многих гормонов и ферментов, участвует в обмене белков, жиров, углеводов, витаминов, поддерживает кислотно-щелочное равновесие в организме.

Марганец предотвращает отложение жира в печени, улучшает гемоглинообразование, повышает защитные силы организма, улучшает обмен белков и некоторых витаминов (В1, В6, С, Е).

Хром участвует в обмене углеводов, нормализует обмен холестерина.

Олеиновая кислота известна еще под названием «жирные кислоты Омега-9». Она участвует в построении биологических мембран клеток человека. Если для построения мембран при недостатке олеиновой кислоты организм использует другие кислоты, то резко меняется проницаемость мембран, а это сразу ухудшает состояние организма. Кроме того, жирные кислоты Омега-9 не влияют на уровень холестерина в крови, но при этом препятствуют образованию холестериновых отложений в сосудах, предупреждая тем самым атеросклероз, тромбоз сосудов и т. д.

Линолевая и линоленовая жирные кислоты входят в состав вещества, известного как витамин F. Кроме них туда входят и другие полиненасыщенные жирные кислоты (арахидоновая, эйкозапентаеновая, докозагексаеновая и др.). Все они участвуют в обмене жиров и холестерина. Молекулы ненасыщенных жирных кислот входят в состав клеточных мембран, они защищают клетку от повреждений, препятствуют разрушению и перерождению клеток в опухолевые. Также они оказывают противовоспалительный и противоаллергический эффект, участвуют в формировании иммунитета, способствуют заживлению ран. Вещества, которые содержатся в линолевой кислоте, препятствуют склеиванию тромбоцитов, то есть препятствуют образованию микротромбов и нарушению питания тканей. Витамин F способствует выведению бляшек холестерина. Вместе с витамином D ненасыщенные жирные кислоты помогают кальцию и фосфору попадать в костную ткань, что является профилактикой остеохондроза и остеопороза. Жирные кислоты питают корни волос, делают их более крепкими. В кремах по уходу за кожей наиболее известны антивозрастные свойства витамина F. В основном он содержится в растительных маслах.

Фосфолипиды – это сложные жиры, которые делятся на несколько групп в зависимости от химического строения. Все они входят в состав клеточных мембран всех клеток организма человека. И все внутриклеточные образования окружены мембранами из фосфолипидов. Таким образом, от них зависят все функции клетки. С возрастом удельный вес холестериновых молекул в мембранах увеличивается, а удельный вес фосфолипидов снижается – происходит старение клеточных мембран. Еще фосфолипиды являются основным компонентом оболочек нервных стволов как крупных, так и мелких нервов. Они же активно участвуют в проведении нервного импульса, в свертывании крови, реакциях

иммунитета, в регенерации тканей, в тканевом дыхании.

Органические кислоты – это группа соединений, которые многообразно воздействуют на организм человека. Они снижают рН среды, способствуя созданию определенного состава микрофлоры, активно участвуют в энергетическом обмене, стимулируют выделение соков в желудочно-кишечном тракте, улучшают пищеварение, активизируют перистальтику кишечника, тормозят развитие гнилостных процессов в толстом кишечнике. Организм человека имеет определенное кислотно-щелочное соотношение, баланс этот колеблется в узких рамках рН 7,36—7,42. Животная пища способствует окислению, тогда как важнейшей функцией органических кислот является ощелачивание организма. Кроме того, разные органические кислоты имеют собственные функции. Например, бензойная и салициловая кислоты действуют как антисептик. Янтарная кислота стимулирует выработку АТФ, снабжающего клетки энергией, стимулирует клеточное дыхание, является антиоксидантом. Кофейная и другие оксикоричные кислоты имеют желчегонное, противовоспалительное действие, а яблочная, винная, лимонная, оксикарбоновая кислоты принимают участие в ощелачивании организма, снижают риск синтеза в организме канцерогенных веществ. Молочная кислота имеет противовоспалительное, антимикробное действие и поставляет «питание» для дружественных бактерий кишечника.

Лечебное и косметическое действие мумие

Польза и замечательные лечебные качества этого препарата были известны с глубокой древности. И сейчас все, что писали ученые и врачи с древнейших времен, подтверждено клиническими испытаниями мумие, которые проводились в разных странах, и в нашей стране тоже начиная с 1960-х годов.

Сложный состав мумие определяет многообразие его лечебных свойств. С другой стороны, именно сложный состав и разница этого состава в образцах из разных месторождений приводят к тому, что невозможно с точностью сказать, что все мумие действует одинаково. Более точной является идея, что мумие из какого-то месторождения действует так-то и так-то, но, к сожалению, не обо всех образцах мумие есть нужная информация.

Считается доказанным, что мумие повышает устойчивость организма к неблагоприятным факторам окружающей среды, является общеукрепляющим, выводящим токсины, противовоспалительным и бактерицидным средством, обладает желчегонным действием, стимулирует некоторые функции иммунной и кроветворной системы, улучшает обмен веществ, стимулирует регенеративные процессы и еще много чего.

В составе мумие обнаружены вещества, обладающие антибактериальным действием (органические кислоты, дубильные вещества, сера и серебро). Поэтому оно оказывает бактериостатическое и бактерицидное действие на многие патогенные микроорганизмы, весьма эффективно в борьбе с золотистым стафилококком, пиогенными стрептококками, кишечными палочками, некоторыми разновидностями энтерококков, а также с возбудителями тифа, дизентерии и дифтерии. Разумеется, оно должно использоваться в сочетании с другими лекарственными препаратами. Также оно принесет пользу при ангине, туберкулезе костей, грибковых заболеваниях и некоторых видах экзем.

Благодаря наличию биологических стимуляторов и большого количества микроэлементов (хлорофилл, аминокислоты глицин, лейцин и аргинин, флавоноиды и каротиноиды, а также стимулирующие естественный синтез коллагена витамины С и Е, рутин, аминокислота лизин, сера, цинк, медь, кремний, хром) мумие способствует срастанию костей при различных травмах, восстановлению хрящевой ткани, ускоряет грануляцию и эпителизацию поврежденной кожи, стимулирует восстановление слизистых оболочек. Поэтому оно применяется при лечении переломов, ушибов, ран, ожогов, обморожений и трофических язв, мази на основе мумие снимают аллергические воспаления кожи.

Противовоспалительное действие мумие в основном связано с присутствием в нем кальция, магния, меди, цинка, кремния, селена, серы, кобальта, каротиноидов, витаминов E, K, C, дубильных веществ, органических и полиненасыщенных жирных кислот.

Мумие применяют при лечении печени, мочевого пузыря, лучевой болезни и многих других.

Мумие уменьшает свертываемость крови, что весьма важно при лечении сердечно-сосудистых заболеваний. Оно улучшает обмен веществ, расширяет сосуды, поэтому рекомендуется при гипертонии, инфаркте, склерозе, мигрени.

Оно благотворно влияет на минеральный обмен в организме, а также улучшает зрение и дает хороший эффект при комплексном лечении пародонтоза. Повышает устойчивость к переохлаждению и устойчивость тканей к кислородному голоданию.

В индийской медицине мумие шаладжит (у нас оно поставляется под названием «шиладжит») применяют при лечении сахарного диабета, а также как общеукрепляющее средство, для увеличения силы, улучшения здоровья и долголетия. Оно также обладает успокаивающим эффектом.

В ходе медицинских исследований было выявлено, что шаладжит улучшает рост костной ткани, увеличивает содержание гемоглобина в крови, усиливает сексуальное влечение у взрослых.

В Индии им лечили астму, туберкулез, хронический бронхит, мочекаменную болезнь, паразитарные заболевания кожи, диабет, применяли как антисептик. В Бирме мумие считают укрепляющим, противотуберкулезным, а также способствующим долголетию средством. Его употребляют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и как отхаркивающее средство.

Что касается ограничений и противопоказаний при приеме мумие, то тут есть определенные разночтения. В некоторых работах пишут, что противопоказаний у него нет, и приводят в пример различные исследования. В других работах пишут, что все же надо подходить к нему с осторожностью и не использовать при онкологии, беременности, у детей до 12 лет. Правда, причины этих ограничений не расшифровывают.

Совершенно точно известно и следует выполнять одно ограничение: при приеме мумие нельзя принимать алкоголь. Причем это относится и к спиртовым настойкам различных лекарств.

Аллергических реакций и случаев анафилактического шока при приеме мумие не обнаружено.

В качестве побочного эффекта может выступить легкое пожелтение зубной эмали, если мумие рассасывать во рту (мумие – сильный краситель и впитывается в зубную эмаль), реже – изменение пигмента кожи. На руках и лице могут выступать светло-коричневые пятнышки при особенно длительном приеме внутрь. После прекращения приема препарата пигментация быстро исчезает.

Дозировка при каждом заболевании своя, и ее должен подобрать врач.

Мумие активно применяется и в косметике, оно очень хорошо воздействует на проблемную, зрелую, чувствительную и увядающую кожу. Это вызвано присутствием в составе мумие множества микроэлементов и органических кислот, а также витаминов. В итоге оно стимулирует регенерацию клеток верхнего слоя кожи (эпидермиса), препятствует преждевременному старению кожи и появлению на ней морщин и возрастных пигментных пятен, улучшает ее защитные функции. Витамины C и E, рутин, аминокислота лизин, каротиноиды, флавоноиды, цинк, сера, медь и кремний стимулируют естественную выработку белка коллагена, отвечающего за эластичность и упругость кожи.

Мумие помогает в борьбе с растяжками (стриями) кожи. Поскольку оно активизирует крово- и лимфообращение в подкожно-жировой клетчатке, то может применяться и для избавления от целлюлита. Благодаря противовоспалительному, бактерицидному, фунгицидному действию, а также высокому содержанию цинка, нормализующего секрецию сальных желез кожи, мумие может помогать и при комплексном лечении себореи и угревой сыпи. Мумие добавляют в шампуни и бальзамы для укрепления волос и улучшения их роста.

Список заболеваний, при которых используется мумие

Мумие при этих заболеваниях может использоваться как отдельно, так и в составе комплексного лечения (совместно с другими препаратами). Каждый раз это будет зависеть от конкретных обстоятельств развития болезни и состояния организма больного. Так что не следует думать, что можно применить только препараты мумие, и болезнь обязательно пройдет. Такое возможно, но не обязательно.

1) Дерматологические заболевания и травмы кожи: ожоги, порезы, псориаз, экзема, угревая сыпь, себорея, микозы, герпес, фурункулез, крапивница, атопический дерматит (нейродермит), трофические язвы, пролежни и др.

2) Заболевания пищеварительной системы: заболевания печени, желчного пузыря и желчевыводящих путей (холецистит, холецистохолангит, вирусный гепатит, жировой гепатоз, цирроз, желчекаменная болезнь), заболевания поджелудочной железы (панкреатит), заболевания желудка (хронический гастрит с нулевой кислотностью, язва желудка и двенадцатиперстной кишки), заболевания кишечника (дисбактериоз, энтерит, колит, язвенный колит), а также при запорах, дизентерии и различных диспептических расстройствах (изжога, отрыжка, метеоризм, тошнота).

Мумие защищает слизистые оболочки желудочно-кишечного тракта, улучшает в них кровоток и обмен веществ, что способствует их питанию и нарастанию здоровой ткани, именно поэтому оно полезно при эрозивно-язвенных повреждениях. Это действие оказывают содержащиеся в мумие каротиноиды, хлорофилл, витамин Е, цинк, аминокислоты лизин и гистидин. Кроме того, оно улучшает тонус и моторную функцию кишечника, прекращает развитие в нем воспалительных, бродильных и гнилостных процессов, способствует восстановлению нарушенного баланса кишечной микрофлоры.

На улучшение состояния печени, желчного пузыря и желчевыводящих путей воздействуют фосфолипиды, аминокислоты метионин, аргинин и треонин, флавоноиды, магний и органические кислоты, а также аминокислоты глицин, глутаминовая кислота, аспарагиновая кислота и валин.

Мумие способствует улучшению обменных процессов в поджелудочной железе, активизирует выработку панкреатического сока, улучшает синтез в поджелудочной железе пищеварительных ферментов.

3) Заболевания органов дыхания: бронхиальная астма, бронхит, пневмония, туберкулез легких, острые респираторно-вирусные инфекции, отит, синусит, гайморит, ринит, ларингит, фарингит, ангина (острый тонзиллит), хронический тонзиллит и др.

4) Заболевания центральной и периферической нервной систем: полиомиелит, полинейропатии, боковой амиотрофический склероз, дисциркуляторная энцефалопатия, невралгии, невриты, плекситы, эпилепсия, параличи и др.

Улучшению мозгового кровообращения и восстановлению нарушенных функций центральных и периферических нервов способствуют фосфолипиды, полиненасыщенные жирные кислоты и аминокислоты (триптофан, глицин, глутаминовая кислота, валин и др.). Содержащаяся в мумие аминокислота глицин снижает возбудимость нервной системы, а аминокислота триптофан оказывает успокаивающее действие. Кроме того, триптофан – это предшественник «гормона счастья» серотонина, именно поэтому мумие способствует хорошему настроению и препятствует развитию депрессии. Кроме того, оно улучшает память. Помогают работе периферической нервной системы магний, марганец и витамины группы В.

5) Заболевания сердца и кровеносных сосудов: инфаркт, ишемическая болезнь сердца, атеросклероз, гипертоническая болезнь, воспалительные заболевания сердца и кровеносных сосудов, тромбофлебиты, тромбозы, варикозное расширение вен, геморрой и др.

Содержащиеся в мумие аминокислоты пролин, метионин, аргинин, валин, глутамин, янтарная кислота, витамин Е, кальций, фосфор и другие вещества улучшают работу

сердечной мышцы, восстанавливают нормальный ритм при аритмии и тахикардии. Другие вещества улучшают эластичность стенок сосудов. Это витамины С, Е, Р, каротиноиды, сера, медь, цинк, кремний, флавоноиды и др. Снижают содержание холестерина в крови и этим препятствуют возникновению холестериновых бляшек флавоноиды, фосфолипиды, полиненасыщенные жирные кислоты, рутин (витамин Р), фитостеролы, магний, марганец, цинк, йод, селен, кремний, хром, витамины группы В. Снижают повышенную свертываемость крови и этим препятствуют образованию тромбов в капиллярах витамин Е, полиненасыщенные жирные кислоты, йод, витамины В3, В 6, В 12. Мумие способствует снижению артериального давления, устранению спазмов и воспалительных процессов в сердечно-сосудистой системе, улучшает центральное, периферическое и капиллярное кровообращение.

б) Заболевания селезенки и анемии различного происхождения. Мумие регулирует содержание лейкоцитов в крови, способствуя повышению их числа при лейкопении и снижая их количество при лейкоцитозе. Оно активизирует выработку белка гемоглобина. Этому способствуют находящиеся в препарате железо, марганец, медь, сера, кобальт, никель, цинк, кремний, хром, флавоноиды, витамины С и Е, витамины группы В, хлорофилл.

7) Заболевания и травмы опорно-двигательного аппарата: остеопороз, остеомиелит, артрит (в том числе ревматоидный артрит), подагра, полиартрит, остеоартроз, остеохондроз, деформирующий спондилоартроз, плечелопаточный периартроз, миозит, бурсит, периартрит, тендинит, переломы, вывихи, ушибы, растяжения связок и др. Как уже выше было сказано, его полезное действие основывается на наличии в нем биологических стимуляторов и различных макро-и микроэлементов. В клинических исследованиях установлено, что мумие ускоряет образование костной мозоли при переломе на 10—14 дней. Также оно улучшает кровоснабжение мышц, позвоночника и суставов и способствует восстановлению хрящевой ткани.

Также у него есть болеутоляющее действие, поэтому мумие может с пользой применяться при невралгиях, связанных с заболеваниями опорно-двигательного аппарата (поястнично-крестцовом радикулите, люмбаго, ишиасе).

Существенное содержание калия и органических кислот, препятствующих отложению солей мочевой кислоты в суставах, способствует профилактике и применяется в комплексном лечении подагры (подагрического артрита).

8) Заболевания мочевыводящей системы: цистит, пиелостит, пиелонефрит, уретрит, мочекаменная болезнь, туберкулез почек, нефроз и др.

9) Заболевания мужской мочеполовой системы: эректильная дисфункция (импотенция), варикоцеле, олигоспермия, гипоспермия, аденома предстательной железы, простатит, мужское бесплодие и др. Заболевания женской половой системы: мастит, мастопатия, эрозия шейки матки, кольпит, эндометриоз, эндомиометрит, сальпингоофорит (аднексит), цервицит, вульвит, вульвовагинит, женское бесплодие и др.

Присутствующие в мумие цинк, витамин Е, марганец, селен и стероиды способствуют повышению полового влечения и потенции, улучшают качество спермы, способствуют повышению числа и подвижности сперматозоидов, стимулируют выработку мужского полового гормона тестостерона. Поскольку в мумие много веществ с противовоспалительным и бактерицидным действием, то оно помогает при лечении инфекционно-воспалительных заболеваний мужской и женской половой сферы. В сочетании с успокаивающим действием на нервную систему показано женщинам при предменструальном и климактерическом синдромах.

10) Заболевания глаз: катаракта, глаукома, блефарит, конъюнктивит, диабетическая ретинопатия и др. Полезны для глаз и глазных нервов цинк, кальций, марганец, магний, витамины группы В, витамин С, флавоноиды, каротиноиды.

11) Заболевания зубов и полости рта: пародонтоз, пародонтит, стоматит, гингивит, пульпит, периодонтит, кариес и др.

Применение при конкретных заболеваниях

Если мумие рекомендовано для внутреннего употребления, то обычно его принимают 1 или 2 раза в сутки (утром и вечером) на протяжении 25—28 дней. Если есть необходимость продолжить лечение, то делают перерыв в 10 дней, потом курс повторяют.

Суточная доза приема зависит от веса человека. При весе до 70 кг суточная доза мумие составляет 0,2 г (200 мг), от 70 до 80 кг – 0,25 г (250 мг), от 80 до 90 кг – 0,3 г (300 мг), свыше 90 кг – 0,5 г (500 мг).

Перед приемом внутрь мумие необходимо растворить в молоке, воде, овощном или фруктовом соке. Во время курса приема ни в коем случае нельзя употреблять алкоголь.

Еще в советское время ученый А. Шакиров исследовал мумие и проводил с ним различные эксперименты, выявляя его лечебные свойства. По его данным, мумие следует принимать так:

1) Детям до 14 лет нужно давать по 0,05 г, взрослым – 0,2—0,5 г один раз в день натощак за 1—2 часа до еды. Препарат можно запивать сладким чаем, молоком, медовой водой, чтобы отбить горький вкус. Всего на один курс лечения уходит 6 г вещества. Один курс приема препарата составляет 7—10 дней, затем следуют с перерывами в 10 дней еще 2 курса.

2) Общеприимчивая схема приема: 1 раз в день утром натощак по 0,15—0,2 г. Курс лечения – 10 дней, потом перерыв на 5—10 дней, затем курс повторить.

3) Дозы для детей: в возрасте от 3 месяцев до 1 года – 0,01—0,02 г, до 9 лет – 0,05 г, 9—14 лет – 0,1 г в день.

Если приготавливаются лечебные препараты на основе мумие, то его нельзя нагревать выше +40 °С.

В косметических целях мумие используют в составе масок, кремов, шампуней и т. д. Также для улучшения состояния волос и кожи его можно употреблять и внутрь по 1—2 капсуле (или таблетке) 2 раза в день во время еды. Курс – те же самые 25—28 дней.

Перед втиранием мази, приготовленной на основе мумие, руки рекомендуется смазывать растительным маслом.

Поскольку мумие содержит очень много различных компонентов, то у некоторых людей может проявиться индивидуальная непереносимость каких-то веществ, содержащихся в нем. Также с осторожностью следует применять при беременности и кормлении грудью, у детей до 12 лет, при пониженной свертываемости крови и, возможно, при онкологии.

Травмы кожи и дерматологические заболевания

Ожоги, нарывы бывают разные. Если они затрагивают только верхние слои кожи, то не требуют специального медицинского лечения, а если ожог более сильный, то человек сам не захочет сидеть дома, а пойдет за медицинской помощью. То же и с нарывами. Мумие, как и в остальных случаях, может помочь самостоятельно при несильных повреждениях и в составе комплексного лечения – при более серьезных случаях.

- Развести 5 г мумие в 200 мл воды. Смочить этим раствором вату или сложенную в несколько слоев марлю и наложить на пораженный участок кожи, сверху перевязать или заклеить бактерицидным пластырем. Повязку менять 1 раз в 3 дня. Можно также сделать 1—3%-ный раствор мумие и орошать им поверхность ожога.

- Также для подъема иммунитета и ускорения заживления при достаточно обширных ожогах (до 5 % поверхности тела) можно курсом принимать мумие внутрь по 0,25 г 2 раза в день за 1—2 часа до еды 10 дней. При необходимости курс приема можно повторить с

перерывом в 5 дней.

- При ожогах можно также использовать мазь с мумие. Для этого мумие нужно смачивать каплями кипяченой воды до тех пор, пока не образуется кашлица, которую следует смешать с гусиным, свиным или куриным жиром для получения однородной массы (при растирании мази между пальцами не должны встречаться крупинки мумие).

- Натереть на мелкой терке сырой вымытый и очищенный от кожуры картофель. К 1/2 стакана картофельной кашицы добавить 1 чайную ложку меда, 1 чайную ложку розового масла с мумие и перемешать. Смесь наложить на бинт или марлю толстым слоем и прикладывать к обожженному месту не менее чем на 2 часа. Повязку можно менять несколько раз в день.

- На ночь делать повязки с прополисом: к 1 чайной ложке прополисной мази («Пропоцеум» – 10%-ный экстракт прополиса) добавить 10 капель 1,6%-ного раствора мумие. Пропоцеум может вызывать аллергические реакции, поэтому перед употреблением лучше сделать пробу на небольшом здоровом участке кожи.

- При сильном воспалении кожи в месте ожога помогут примочки 2%-ного раствора мумие 2 раза в день по 20—30 минут, при стихании обострения это же место смазывать 2—3%-ной мазью из мумие днем и перед сном.

При различных ранах и травмах мумие будет полезно, поскольку содержит комплекс микроэлементов, который стимулирует обменные процессы в раневой поверхности, больных тканях, чем способствует активному заживлению. Заживание происходит нежным, не стягивающим рубцом. Мумие губит многие виды микробов, вследствие этого процесс заживления гнойно-инфицированных ран сокращается в среднем в полтора раза.

- Можно пить по 0,2 г мумие на ночь, одновременно делать примочки 3%-ным раствором.
- При гнойных и инфицированных ранах, ожогах, гнойных язвах показано смазывать раны 10%-ным раствором мумие либо 2—3%-ной мазью мумие. Одновременно следует принимать по 0,2 г мумие на ночь. После нанесения бальзама появится чувство легкого жжения.
- Также будут полезны примочки на раны: 3 г мумие растворить в 100 мл воды и делать компрессы на ночь.
- При фурункулах (остром воспалении волосяного мешочка) и гнойных ранах очень хорошо помогают примочки 5—10%-ного раствора мумие или 3%-ная мазь с мумие. Для улучшения общего состояния можно одновременно принимать мумие внутрь по 0,2 г 1 раз в день перед сном.

Экзема – это заболевание кожи аллергической природы. Она характеризуется сыпью разного вида, зудом и упорным течением. Когда пузырьки подсыхают, на их месте образуются корочки и чешуйки, а если их снять, то под ними будет мокнущая красная кожа. Чтобы экзема началась, кожа должна подвергнуться действию веществ, которые организм воспримет как аллергены, или раздражающих веществ. Способствуют возникновению экземы стрессовые ситуации, аллергическая предрасположенность, нарушения обмена веществ, болезни желудочно-кишечного тракта, грибковые поражения (кандидоз) и различные хронические воспалительные процессы. Едва ли не 40 % от всех кожных заболеваний приходится именно на экзему. Лечить экзему должен врач-дерматолог, и лечение это может быть долгим. Мумие в качестве дополнительного препарата позволяет

облегчить общее состояние человека, уменьшает зуд, способствует заживлению микроповреждений кожи.

- При экземе нужно делать 30-минутные примочки с 2%-ным раствором мумие 2 раза в день. В период затихания заболевания полезно смазывать днем и на ночь пораженные заболеванием участки кожи 3%-ной мазью с мумие. Можно проводить лечебные процедуры в бане, если экзема выступила на руках и ногах. Пораженные конечности пропаривают, а потом их смазывают 5—6%-ным раствором мумие. Одновременно с курсом наружного лечения для общего оздоровления организма мумие принимают внутрь по 0,2 г 2 раза в день утром и вечером перед сном с соком облепихи или соком смородины. Париться лучше всего перед сном за 30—35 минут в течение 25 дней и продолжить после десятидневного перерыва. Вместо пропаривания можно натираться водным раствором с массажем участков, смягчив кожу перед массажем облепиховым соком.

Также можно смазывать высыпания водным раствором мумие: 1 г вещества на 100 мл воды.

Нейродермит (он же – атопический дерматит). Это заболевание аллергической природы, у детей его предшественником является диатез. И чаще всего у детей он начинается как реакция на какую-либо новую еду. У взрослых причиной могут быть и стрессы, и любые аллергии. Проявляется нейродермит зудом кожи и сыпью. Причем зуд очень сильный, человек даже не может спать по ночам, поскольку ночью он становится сильнее. При обострении заболевания вначале возникает краснота на коже, потом кожа становится мокрой, потом вновь подсыхает. Пораженные нейродермитом участки кожи имеют своеобразный резкий рисунок, розово-красную окраску, зудят и нередко шелушатся. Если туда попадает инфекция, то возникают гнойнички. Лечение нейродермита длительное, нужно постоянно следить за кожей, не допускать контакта с аллергеном, выполнять многочисленные правила поведения. Мумие в данном случае поможет и местно, и в улучшении общего состояния организма.

- 10%-ный спиртовой раствор мумие втирают в область болевых ощущений в течение 5 минут. Курс лечения – 3 недели. Через 8—10 дней курс можно повторить. Одновременно мумие принимают внутрь в обычной общеукрепляющей дозе: по 0,2 г 1—2 раза в день с молоком и медом (если на мед нет аллергии). Курс приема – 25 дней. При необходимости через 10 дней его можно повторить.

Заболевания пищеварительной системы

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки в наше время заболевание довольно распространенное. Язвой желудка страдают от 6 до 14 % населения в разных странах мира и примерно 10 % жителей России. Главный признак язвы – боли. При гастрите желудок тоже болит, но при язве боли характерные: возникают на голодный желудок (в том числе и ночью) и через некоторое время после еды. Прием пищи снижает интенсивность боли, но только на время. Нередко можно проследить четкую цикличность: голод – боль – прием пищи – облегчение – голод – боль. При язве желудка боли возникают обычно через 20—30 минут после еды; они могут отдавать в спину, между лопатками, быть острыми, тупыми или ноющими. При язве двенадцатиперстной кишки боли возникают чаще через 30—60 минут, а то и через два часа после еды. Обычно они сильнее, чем при язве желудка.

Возникновение болей четко связано с приемом пищи. Если боли возникают вскоре после употребления пищи, то это так называемые «ранние боли». Боли, возникающие через некоторое время после еды, – «поздние». Если человек не поел, то начинаются «голодные боли», а еще есть «ночные боли», которые начинаются приступообразно вечером и длятся до 2—3 часов ночи.

Конечно, язву необходимо лечить у врача-гастроэнтеролога, сама она не пройдет, не «рассосется». Но и тут может помочь мумие.

Через 15—20 минут после приема мумие внутрь снижается или полностью исчезает чувство боли и тяжести в желудке, через разное время у разных людей (от 4 до 15 дней) проходят язвенные боли, они вообще не беспокоят ни при голоде, ни после еды. Также исчезают сопутствующие неприятные явления: тошнота, рвота, отрыжка, изжога. Они исчезают в среднем через 7—10 дней; запоры прекращаются на 6—15 сутки.

Кроме того, что еще более важно, мумие благотворно действует на рубцевание самой язвы. По результатам клинических испытаний известно, что ниша в стенке желудка или двенадцатиперстной кишки исчезает на 8—12-е сутки. Снижается и исчезает воспаление, восстанавливается эпителий слизистой оболочки и эпителии желез, уменьшается ранимость слизистой. Также нормализуется общее состояние человека: вместе с голодными болями уходят слабость, раздражительность, нарушение сна.

При сочетании приема мумие с викалином боли практически полностью снимаются в течение 1—3 суток.

- Схема лечения от профессора Козловской. Растворить 10 г мумие в 500 мл воды и принимать по следующей схеме: 10 дней – по 1,5 столовых ложки до еды, 10 дней – по 1 столовой ложке до еды, 9 дней – по 1,5 столовых ложки после еды. На весь курс лечения необходимо 30 г мумие.

- Другой вариант применения мумие при язве желудка: прием его внутрь по 0,1 г 2—3 раза в день в течение 25—35 дней. При необходимости курс повторить через 10 дней. Мумие перед приемом растворить в 1 столовой ложке молока.

При повышенной секреции желудочного сока мумие принимают за 1,5 часа до еды, при пониженной секреции – за 30 минут до еды. При нормальной секреции его обычно назначают пить за 45—50 минут до еды.

- А. Шакиров давал больным язвой желудка и 12-перстной кишки мумие внутрь по 0,1 г 2 раза в день. Курс лечения – 18—24 дня. Положительные результаты были у 95 % больных.

- Для лечения язвы, гастритов и колитов существует и такой рецепт: 2 г мумие растворить в 150 мл теплой кипяченой воды. Принимать внутрь утром натощак по 1 столовой ложке раствора в течение 10 дней. После пятидневного перерыва повторить. При обострениях достаточно одного курса, а чтобы избавиться от хронического заболевания либо значительно смягчить его протекание, понадобится 3—4 курса.

- Еще один вариант лечения предполагает, что надо взять 0,25 г мумие на 1 кг веса человека на весь курс лечения, то есть при среднем весе в 70 кг понадобится 17,5 г мумие. Принимать надо 3 раза в день за 30 минут до еды 2 недели. То есть на один прием получается 0,4 г мумие (14 дней умножить на 3 раза в день – это 42 раза. 17,5 г разделить на 42 – итого примерно 0,4 г). Во время лечения нужно соблюдать строгую диету, предписанную больным с язвой (диеты 1, 1а и 1б). После 10-дневного перерыва курс лечения повторить и всего провести 3 или 4 курса.

Мумие также может входить в сложные составы.

- Мумие – 25 г, цветочный мед – 0,5 кг, оливковое масло – 0,5 л, сок 2-х лимонов среднего размера. Компоненты перемешать в двухлитровой эмалированной или стеклянной посуде, хранить в прохладном месте, перед приемом перемешивать деревянной ложкой. Принимать 2 раза в день за 30—40 минут до еды по 1 столовой ложке без верха. Курс – 2 месяца, перерыв между курсами – 3—4 недели. Боли в желудке проходят обычно на 4—5-й день приема. Двухнедельный курс лечения этим составом будет полезен в начале весны и в конце осени как профилактическая мера.

- Если язва сочетается с пониженной кислотностью желудочного сока, то делают следующий сбор. Надо взять в равных количествах: листья подорожника, траву полыни, траву мяты перечной, цветки ромашки, цветки календулы, траву зверобоя, корень аира, траву шалфея, корень одуванчика, корень аралии. Одну столовую ложку этой смеси залить одним стаканом воды, держать на водяной бане 15 минут, добавить 1 столовую ложку 5%-ного водного раствора мумие и настаивать 45 минут, после чего процедить. Довести объем настоя кипяченой водой до одного стакана. Принимать по 1/2 стакана за 30 минут до еды утром и вечером. Курс лечения – 25—28 дней. Повторить через 10 дней при необходимости.

- 100 мл сока алоэ вылить в эмалированную или стеклянную посуду, добавить 200 мл оливкового масла, мед и варить до густоты на самом маленьком огне около часа. На каждые 100 мл бальзама добавить 1 чайную ложку настойки мумие на спирту. Бальзам употреблять после еды 2 раза в день, утром и вечером, по 2—3 столовые ложки. Хранить в холодильнике.

- 2 столовые ложки измельченных ольховых шишек залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и кипятить на водяной бане 15 минут. Затем охладить при комнатной температуре, процедить и добавить 1 столовую ложку водного настоя мумие. Принимать по 25 мл 2—3 раза в день за 30 минут до еды. Этот состав поможет не только при язвенной болезни, но и при поносе, колите, энтероколите.

- Взять 100 г сока алоэ, 0,5 кг измельченных ядер грецких орехов, 300 г меда и 100 г спиртовой настойки мумие. Все смешать и пить по 1 столовой ложке 2 раза в день за 30 минут до еды. Этот состав поможет не только при язве, но и при гастрите.

- Взять свежие или сушеные ягоды черники и залить их холодной водой в соотношении 1 часть ягод на 20 частей воды. Настаивать 8 часов, затем в эту черничную воду добавить мумие из расчета 0,2 г на 200 мл воды. Пить по 200 мл 2 раза в день. Помогает при острых и хронических поносах, гастритах, а также при цистите, язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

- 450 г качественной водки перелить в стеклянную бутылку с широким горлом. Насыпать туда 1 столовую ложку измельченных корней калгана (лапчатки), 1 столовую ложку чабреца, 1 бутон кулинарной гвоздики, 1 чайную ложку лесной мяты, 1/3 горошины крупного душистого перца, 1 столовую ложку жидкого меда, 5 г мумие. Бутылку плотно закупорить, взболтать. Настаивать 9 дней в прохладном месте, каждый день взбалтывая. На десятый день взболтать и перелить в другую тару, процедив. Принимать настойку по 1 столовой ложке перед завтраком. Бальзам нормализует работу желудочно-кишечного тракта, но он не лечебный и при обострениях заболеваний не поможет, его лучше принимать в период между обострениями как профилактическое средство.

Самым распространенным заболеванием желудочно-кишечного тракта является гастрит. Гастрит – это воспаление слизистой оболочки желудка. При нем нарушается ритм работы желудка, выработка пищеварительных ферментов и соляной кислоты. Гастрит может быть с повышенной и пониженной кислотностью (или, как говорят медики, секреторной недостаточностью) – в зависимости от того, много или мало соляной кислоты и ферментов вырабатывает желудок. Иногда может быть даже нулевая кислотность, когда соляная кислота не вырабатывается вовсе. В зависимости от этого будут проявляться различные симптомы болезни.

При повышенной кислотности человек мучается от голодных болей или болей сразу после еды, его донимает изжога, при этом он худеет. Иногда бывает рвота желчью. При пониженной кислотности симптомами будут тошнота, тяжесть в подложечной области,

усиливающаяся после еды, неприятный запах изо рта, отрыжка воздухом и пищей. Первый вариант встречается чаще у молодежи и называется «стрессовым» – болезнь обостряется при перенапряжении, во время авральской работы и сессий в институте; второй вариант – напротив, чаще отмечается в среднем возрасте и у пожилых. Это связано с тем, что с возрастом защитных факторов в желудке вырабатывается меньше, поэтому даже нормальные количества соляной кислоты могут повреждать слизистую.

Играют роль также бактерии, о которых сейчас уже многие слышали: Хеликобактер пилори. Заразившись ими, заболеть гастритом можно в любом возрасте, а нелеченый гастрит – верный путь к язвенной болезни. При гастрите могут возникать повреждения слизистой желудка – эрозии (язвочки), тогда гастрит называется эрозивным. Кстати, бывает и так, что кислотность желудка – в норме, а боли все равно есть.

Если в воспалительный процесс вовлекается пищевод, то говорят об эзофагите, если двенадцатиперстная кишка – о гастродуодените. Боли при нем более выраженные, чем при гастрите. Иногда воспаление возникает только в двенадцатиперстной кишке, а желудок остается не затронутым. Тогда говорят о дуодените. Воспаление луковицы двенадцатиперстной кишки называется бульбитом. Чтобы выяснить, что все-таки воспалено, делают ФГДС – фиброгастродуоденоскопию. Лечение всех этих воспалений в первую очередь заключается в строжайшем соблюдении диеты и приеме лекарственных препаратов, которые снимут воспаление слизистой, защитят ее от действия соляной кислоты и токсинов микробов. И вот здесь очень сильно может помочь мумие.

- Дополнительно к основному курсу лечения можно принимать 0,1 г мумие 3 раза в день. Причем при нормальной секреции желудочного сока его пьют за 45—50 минут до еды, при пониженной секреции – за 30 минут до еды, при повышенной секреции – за 1,5 часа до еды. Курс лечения – 18—20 дней. В результате восстанавливается нормальная секреторная функция желудка.

Язвенный колит – это хроническое заболевание, при котором возникают воспаление, отек и язвочки на слизистой оболочке толстой кишки. При этом причины возникновения такого колита до сих пор неизвестны. Поскольку всасывание многих питательных веществ происходит именно в кишечнике, то подобное заболевание может иметь серьезные последствия.

Язвенный колит, как любое хроническое заболевание, протекает с периодами обострения. Причем они могут быть легкие, средней тяжести и тяжелые. При легких и средней тяжести человек ощущает общее недомогание, слабость, повышение температуры до +38 °С. Собственно воспаление толстой кишки проявляется частым стулом, до 5 раз в сутки, с примесью крови и схваткообразными болями в животе.

При тяжелом течении температура может подниматься выше +38 °С, появляется тахикардия (пульс больше 90 ударов в минуту), бледность кожи из-за развившейся анемии, головокружение, слабость. Стул выше 6 раз в сутки с большим количеством крови, возможно выделение крови сгустками, сильные схваткообразные боли в животе перед актом дефекации.

На язвенный колит по признакам очень похожа болезнь Крона, но при ней поражается не только слизистая кишечника, а вся толща стенки кишки.

Лечение язвенного колита (и болезни Крона) сложное, комплексное, с применением препаратов различного действия. Самолечение здесь недопустимо, поскольку кровотечения могут быть реально опасны для жизни. Постоянная потеря крови вызовет истощение организма, а воспаление нарушит всасывание питательных веществ.

Мумие может помочь в данном лечении и как общеукрепляющий препарат, и для воздействия на воспаленную слизистую кишечника.

- При язвенных колитах мумие пьют по 0,3 г в сутки внутрь: по 10 мл 1%-ного раствора

принимают 2 раза в день и 0,1 г используют в виде свечей. При соблюдении данной схемы отмечается исчезновение явлений желудочно-кишечной диспепсии, достаточно четко выявляются противовоспалительные, снимающие спазмы, уменьшающие боли в кишечнике и стимулирующие восстановление тканей свойства. Курс – 25—30 дней.

- Другой вариант лечения: принимать мумие по 0,15 г 1 раз в день перед сном в течение 10 дней. Провести 3—4 10-дневных курса с перерывом между ними в 10 дней.

Хронический энтероколит – это тоже воспалительное заболевание кишечника, но в него может вовлекаться и толстый, и тонкий кишечник. Такое воспаление нарушает моторику кишечника, всасывающую функцию и этим влияет на состояние всего организма. Причины развития воспаления могут быть самые разные: инфекции, паразиты, аллергии, неправильное питание и т. п., и выяснение причины может помочь в избавлении от заболевания. Симптомы при любой причине воспаления будут похожи: у человека чередуются поносы и запоры, беспокоят боли и спазмы в животе, повышенное газообразование. Из-за нарушения всасывания питательных веществ может ухудшаться общее самочувствие: человек начинает чувствовать слабость, быстро утомляется, старается меньше напрягаться, сужается круг жизненных интересов.

Лечение энтероколита должно быть комплексным. В первую очередь выявляется причина заболевания, без этого лечиться можно долго и безуспешно. Во вторую очередь необходимо нормализовать питание, соблюдать достаточно строгую диету, не раздражающую слизистую кишечника. Также врач назначит лекарственные препараты, снимающие воспаление, спазмы, улучшающие восстановление слизистой оболочки. Мумие в данном случае будет также полезно. Схема его применения та же, что и при язвенном колите (см. выше). Клинические исследования показали, что при приеме мумие в комплексном лечении энтероколита прекращаются поносы и запоры, исчезают боли в течение первых двух недель лечения, только изредка, при особенно запущенных формах, на это требуется больше времени. Проходит анемия и улучшается общее состояние больных.

- При боли в области заднего прохода, жжении, зуде и пощипывании, чувстве распирания в животе помогут свечи с мумие. В одной свече 0,1 г вещества. Применять 3 раза в день. Это снимает воспалительные явления, исчезают эрозии и язвы, язвенная поверхность слизистой оболочки толстой кишки покрывается рубцовой тканью, прекращаются спазмы и боли.

- При колитах, геморрое, интоксикациях помощь может оказать микроклизма с мумие. Делается 4%-ный теплый раствор мумие в количестве от 50 до 150 мл. После проведения процедуры нужно некоторое время полежать так, чтобы раствор мумие в прямой кишке достиг нужного участка (то есть нужно лечь, подняв ноги повыше).

При лечении геморроя следует лечь на живот. Эту позу следует выдерживать 5—15 минут. После процедуры следует воздержаться от посещения туалета хотя бы 2 часа.

Следует помнить, что мумие несколько нарушает состав нормальной микрофлоры кишечника, поэтому после длительного курса лечения ее нужно будет восстановить.

- При различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта могут беспокоить отрыжка, изжога, тошнота. Мумие поможет избавиться от этих явлений и улучшить общее состояние. Также они могут присутствовать при различных инфекционных заболеваниях, могут быть реакцией на неправильное питание или одним из проявлений гестоза при беременности. Мумие нормализует обмен веществ и регулирует работу желудка и кишечника.

Чтобы избавиться от таких явлений, нужно принимать мумие внутрь по 0,2 г в смеси с молоком или медом либо растворив его в 1 столовой ложке чая или кипяченой воды. Принимать вне зависимости от приема пищи 2 раза в день: утром и вечером перед сном в течение 24—26 дней. Симптомы пропадают полностью через 10—15 дней, повторного курса

не требуется.

- При запорах 2 г мумие нужно растворить в 1 л дистиллированной воды, пить натошак по 100 мл раствора в сутки, желательно разделить дозу на 2 приема. Можно запивать водой дополнительно. Курс – 10 дней.
- При запорах каждый день растворять по 0,2 г мумие в 1 стакане воды и пить утром натошак.
- При нулевой кислотности пьют 0,1%-ный раствор мумие по 1 стакану 3 раза в день перед едой. Курс лечения – 14 дней.
- При подозрении на начало гастрита можно принимать мумие по 0,4 г 3 раза в день. Если процесс начинается на фоне повышенной секреции желудочного сока, мумие принимать за 1,5 часа до еды, при пониженной – за 30 минут до еды, при нормальной – за 45—50 минут до еды. Курс лечения от 16 до 20 дней.

Панкреатит и сахарный диабет заболевания совершенно разные, но протекают они в одном органе – поджелудочной железе.

Панкреатит – это воспаление тканей поджелудочной железы, которое может быть вызвано разными причинами. А итог тот, что ферменты поджелудочной железы начинают действовать не в кишечнике, а уже в самой железе, как бы «съедая» ее изнутри. Симптом при панкреатите очень сильный – боли. Боли могут возникать как в левом боку, так и в правом (в зависимости от того, какая часть поджелудочной железы поражена), типичными для панкреатита считаются опоясывающие боли. Боли могут отдавать в спину и даже в область сердца, имитируя картину стенокардии. Также больные жалуются на тошноту, рвоту, отрыжку, снижение аппетита, отвращение к жирной пище, понос (или его чередование с запором), нарушение переваривания и похудание, нередко отмечается присоединение сахарного диабета. Обострение панкреатита часто лечат в больнице. Главные принципы лечения: холод, голод и покой. На область поджелудочной железы кладут пузырь со льдом, больному не разрешают вставать с кровати. По мере стихания острых явлений (в среднем через 1—2 дня) начинают давать еду, но диета при этом очень строгая. Прием пищи – 5—6 раз в день, небольшими порциями. Пищу готовят в протертом виде, на воде или на пару. В дальнейшем, по мере стихания обострения, больного выписывают домой и диету расширяют. Но еще очень долго человек должен избегать всех продуктов, которое могут хоть как-нибудь раздражать поджелудочную железу.

Сахарный диабет относится к заболеваниям эндокринной системы. При нем повышается уровень сахара в крови, что пагубно влияет на самые разные органы и системы организма. При этом причины повышения сахара бывают разные. При диабете I типа поражаются особые клетки поджелудочной железы – островки Лангерганса, и инсулин не может вырабатываться в том объеме, который необходим для нормальной жизни. Лечение данного типа диабета заключается во внешнем введении инсулина в организм. При диабете II типа инсулина вырабатывается достаточно, но он не того качества, как нужно, и в итоге все равно поступающие в организм сахара не могут быть обработаны должным образом. Здесь основную роль в лечении играет диета и помогают таблетки, снижающие уровень сахара в крови. Инсулин больные диабетом II типа получают только в определенные периоды лечения.

В Индии мумие издревле применялось именно для лечения сахарного диабета. При его приеме у больных уменьшается жажда, чрезмерное выделение мочи, перестает мучить головная боль, исчезает отечность, снижается или полностью нормализуется давление, человек не так быстро утомляется.

- При этих поражениях поджелудочной железы мумие может помочь как общеукрепляющее средство и как вещество, помогающее нормализовать функционирование клеток поджелудочной железы. Для этого нужно сделать 3,5%-ный раствор мумие (в 500 мл воды растворить 17,5 г мумие) и принимать его по определенной схеме, запивая молоком. 10 дней пить по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды, 10 дней – по 1,5 столовых ложки 3 раза в день за 30 минут до еды, 5 дней – по 1,5 столовых ложки 3 раза в день за 30 минут до еды. В случае появления тошноты раствор употреблять после еды или запивать стаканом минеральной воды.

- В качестве общеукрепляющего средства при сахарном диабете мумие принимают в стандартной дозировке: по 0,2 г 2 раза в день (утром за час до еды, вечером перед сном) в течение 10 дней. Через 5 дней перерыва курс можно повторить.

Гепатит – воспаление клеток печени. Он бывает острый и хронический. Острый гепатит чаще известен под названием «желтуха», хроническим гепатит считается, если признаки воспаления продолжаются больше полугода. Воспаление печени может иметь самые разные причины: инфекционные, отравление едой или химическими веществами, воздействие радиации и др. Проявляется гепатит желтухой; характерны также темная моча («цвета пива») и обесцвеченный кал. Также больных беспокоят зуд кожи, тошнота, слабость, раздражительность, бессонница; может быть повышение температуры.

Лечат острый гепатит только в больнице – даже в том случае, если протекает он нетяжело и выраженных изменений в состоянии здоровья нет.

Хронический гепатит течет много лет с периодами обострения и затухания. Обострения провоцируются нарушениями диеты, физическими перегрузками, переутомлением, приемом спиртных напитков. Лечение хронического гепатита требует постоянного соблюдения диеты, отказа от вредных привычек.

- Мумие положительно влияет на состояние клеток печени, поэтому как вспомогательное средство оно может быть очень полезно. При гепатите рекомендуют следующий рецепт с мумие. Приготовить 3%-ный водный раствор для курса в 21 день; пить по следующей схеме:

- 7 дней по 30 капель, увеличивая до 60 капель – 3 раза в день;

- 7 дней по 1 чайной ложке – 3 раза в день;

- 7 дней по 1 чайной ложке, уменьшая до 30 капель – 3 раза в день.

Другой вариант поддерживающего лечения: мумие принимать внутрь по 0,1—0,2 г 1 раз в сутки, курс – 10 дней. Провести 3—5 курсов лечения с перерывами между ними 7 дней.

Желчнокаменная болезнь («холелитиаз») возникает чаще на фоне холецистита (воспаления желчного пузыря). Камни образуются как в желчном пузыре, так и в желчных протоках. Иногда желчнокаменная болезнь течет скрыто. Но чаще человек жалуется на боли в правом боку, тошноту, иногда рвоту, непереносимость жирной пищи, иногда жидкий стул. Если камень закупоривает устье желчного пузыря или проток, то возникает желчная (печеночная) колика: резкие боли в правом боку, нередко отдающие в спину, правое предплечье и правую руку; тошнота, рвота, запоры; может повышаться температура тела. Иногда присоединяется желтуха. Обострения болезни провоцируют жирная пища, обильные застолья, большое количество жареных блюд, газированные напитки, а также алкоголь, курение, нервные стрессы, излишняя физическая нагрузка.

- При желчнокаменной болезни поможет следующий рецепт: растворить 1 г мумие в 1 л воды. Пить по 200 мл 3 раза в день за 30 минут до еды в течение 10 дней. Затем сделать 5-дневный перерыв и повторить курс.

ЛОР-болезни и заболевания дыхательной системы

Острый отит – воспаление уха. Отит бывает наружным, средним и внутренним, в зависимости от места воспалительного процесса. При наружном отите человек чувствует боли в ухе, может быть болезненность при открывании рта, гнойные выделения из уха с неприятным запахом, иногда может быть зуд. Нарушения слуха наблюдаются редко. Лечение проводится как местное, так и общее. Средний отит часто является осложнением простуды, гриппа, длительно текущего насморка. У детей он возникает чаще, чем у взрослых. Такой отит может быть катаральным и гнойным. Конечно, гнойный более опасен. Проявляется отит повышением температуры тела, ухудшением общего состояния, болью в ухе, нарушением слуха. Боль может отдавать в соответствующую половину головы и в зубы. При остром гнойном отите может появляться гноетечение из уха. У детей средний отит лечится только в больнице. Внутренний отит называется лабиринтитом, поскольку поражается лабиринт – часть звукового и вестибулярного анализаторов. При нем нарушается слух и ориентация в пространстве. В начальных стадиях заболевания больные жалуются на шум в ушах, головокружение, расстройство равновесия, тошноту и рвоту.

Конечно, отит следует лечить только у ЛОР-врача, чтобы не допустить развития осложнений, которые могут быть очень опасны. Мумие здесь поможет как средство, снимающее воспалительный процесс, и как общеукрепляющее для организма в целом.

- При наружном отите можно закапывать в ухо 3%-ный раствор мумие на вазелиновом или персиковом масле, по 1 капле 3 раза в день.

- При остром и гнойном отите можно сделать 15%-ный теплый водный раствор мумие, набрать в пипетку и закапывать в ухо, когда больной лежит на боку. Он в это время должен делать глотательные движения и держать голову так, чтобы мумие затекло внутрь уха, после чего 15 минут лежать на боку. Затем ухо заткнуть ватным тампоном на сутки. На следующий день ухо следует промыть очень теплой водой и очистить. Закапывать раствор рекомендуется на ночь. Ухо прогревать после закапывания теплой грелкой с шерстяной прокладкой. Курс лечения – от 3 до 7 закапываний.

- Можно закапывать в ухо мумие в дозе по 0,4 г в смеси с розовым маслом (на 0,4 г мумие взять 4 г розового масла) 2 раза в день утром и вечером.

- 0,35 г мумие смешать с чистым розовым маслом и прибавить сок неспелого винограда в количестве в 6 раз больше масла. Количество мумие в растворе должно составлять от 1 до 3% в зависимости от выраженности симптомов отита. Раствор закапывать в ухо.

- Приготовить раствор мумие из расчета 2 г вещества на 100 мл воды. Намочить в растворе тампон и вставить в ухо. Повторять несколько раз при усилении болей.

Фарингит и ангина встречаются очень часто. Иногда они возникают самостоятельно, иногда – как обострения ОРЗ или гриппа.

Фарингит – это воспаление слизистой оболочки глотки. Острый фарингит часто возникает при вирусных инфекциях, простуде, гриппе. У человека начинает саднить горло, першить, болеть, может быть кашель и небольшое повышение температуры. Ему больно глотать, причем больше это выражено при проглатывании слюны, чем пищи.

Хронический фарингит протекает длительно, все эти симптомы сохраняются долгое время. Способствуют этому злоупотребление острой, пряной и очень горячей пищей, алкоголь, курение, воздействие холодного воздуха.

Ангина – воспаление небных миндалин. У ангины в зависимости от причины возникновения и степени развития воспаления много разновидностей, но симптомы ее начала ни с чем не спутаешь. Это повышение температуры, ухудшение общего состояния,

резкая боль в горле, усиливающаяся при глотании. Нередко увеличиваются подчелюстные и шейные лимфатические узлы. Лечить ангину нужно только под руководством врача, чтобы не допустить осложнений, которые при ней могут быть очень серьезными.

Мумие в этом лечении очень поможет своим противовоспалительным, бактерицидным и общеукрепляющим воздействием.

- Можно полоскать горло 3 раза в день 2,5%-ным раствором мумие. Полоскания делать до тех пор, пока состояние горла не улучшится. После ослабления симптомов заболевания полоскания продолжать 2 раза в день, потом можно 1 раз в день до полного выздоровления.
- Если больше всего мучает боль в горле, то можно положить под язык 0,3 г мумие, рассосать и запить сливками или подогретым молоком, а затем горячим чаем с медом.
- При кашле как общеукрепляющее пить по 0,2 г мумие в день растворенным в воде и со сгущенным молоком.

Ринит относится к таким заболеваниям, которые испытал на себе практически каждый. Про насморк знают все. Это воспаление слизистой оболочки носа, которое проявляется выделениями из носа, нарушением носового дыхания. Насморк может быть острым или хроническим (длительным). Иногда он имеет аллергическую природу. Осложнением ринита может быть воспаление одной из пазух носа – синусит. Чаще всего встречается воспаление верхнечелюстной пазухи – гайморит. Реже бывает воспаление лобной пазухи (фронтит), клиновидной или решетчатой. Иногда бывает так, что пазухи воспаляются все, тогда недуг называется пансинуситом.

Признаки гайморита, отличающие его от простого насморка: нарушение носового дыхания и заложенность носа, отделяемое из носа становится вязким и зеленым, появляются слезотечение и светобоязнь, возникают боль и ощущение тяжести в области виска, лба или лица, иногда лицо даже может отекает. Страдает и общее состояние: развиваются слабость, пониженный аппетит, быстрая утомляемость, иногда и температура тела повышается.

Если гайморит повторяется, то в итоге дело может закончиться хроническим воспалением. Хронический гайморит проявляется так же, как и острый, только температуры может не быть. Человек жалуется на головную боль, насморк и неприятный запах изо рта.

Если насморк благополучно проходит сам за неделю, то гайморит обязательно нужно лечить у ЛОР-врача. Помочь в лечении может закапывание мумие в носовые ходы.

- При гайморите рекомендуется 10%-ный раствор мумие на персиковом масле, закапывать по 5 капель 4 раза в день.
- Также можно смешать 0,1 г мумие с камфарным маслом в соотношении 1:5 и закапать эту смесь в каждую ноздрю.

Бронхит – это воспаление бронхов. Чем более мелкие бронхи воспаляются, тем тяжелее будет протекать бронхит. Основные его признаки: повышение температуры, недомогание, кашель, хрипы в легких. Бывают разные типы бронхита, и определить конкретный может только врач.

- При бронхите мумие поможет как общеукрепляющее средство: нужно рассасывать по 3 г мумие 2 раза в день, а также принимать 1,6%-ный раствор мумие 2—3 раза в день по 1 столовой ложке до полного выздоровления.

Пневмония – это воспаление легких, тех тканей, где происходит непосредственный обмен кислорода и углекислого газа. Обычно альвеолы воспаляются, если во время бронхита

болезнь «пошла ниже». Но воспаление может прийти и изнутри организма, из других очагов. В любом случае, пневмония – серьезное заболевание, которое лечится в стационаре. Различают несколько видов пневмонии, диагноз ставят после обследования. Но первые ее признаки: недомогание, кашель, хрипы в легких, высокая температура (до +40 °С). Сразу резко ухудшается общее состояние: больной пневмонией почти весь день лежит, мало ест, любая нагрузка вызывает одышку, кашель. Иногда кашель возникает и просто так, без видимых причин.

Прием мумие при пневмонии направлен на общее укрепление организма, борьбу с инфекцией, нормализацию общего состояния. Это хорошая помощь медикаментозному лечению, позволяющая быстрее преодолеть болезнь.

- Для непосредственного воздействия на легкие применяют ингаляции 7%-ным водным раствором 1 раз в день и принимают мумие внутрь на ночь по 0,2 г.

- Вскипятить стакан молока и добавить в него в строгой последовательности следующие компоненты: 1 столовую ложку сливочного масла, 1 столовую ложку меда (можно больше), питьевую соду на кончике ножа, желток сырого яйца и 0,2 г мумие. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день (теплым). Заранее приготовленное лекарство хранить в холодильнике не более 12 часов.

- 3—4 листа алоэ и один листик каланхоэ измельчить вместе со средних размеров луковицей. Добавить в кашлицу чайную ложку 7%-ного масла мумие и 1 столовую ложку оливкового масла. Все тщательно перемешать, встряхивая. Разогреть до температуры не более +50 °С, накрыть полиэтиленом, вдыхать пары через трубочку по 10 минут 2—3 раза, в промежутках снова подогреть смесь. Вдыхать ртом, выдыхать носом. Делать такие ингаляции на ночь, чтобы ночью не мучил кашель. Состав можно хранить три дня.

- 500 г репчатого лука измельчить в мясорубке, добавить 1 л воды, 50 г меда, 400 г сахара и прокипятить на слабом огне в течение 2 часов, затем охладить, добавить 2 столовые ложки настойки мумие. Средство принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день вместе с едой или питьем. Хранить в плотно закрытой посуде не более трех суток.

- 1 чайную ложку сухой травы багульника смешать с 0,2 г мумие, залить 2 стаканами теплой кипяченой воды, настаивать 8 часов в закрытой посуде, перемешивая каждый час, процедить. Принимать в слегка подогретом виде по 1/4 стакана 4 раза в день.

- 3 столовые ложки измельченного льняного семени залить 1 л кипятка, 10 минут взбалтывать, процедить. В полученную жидкость добавить 5 г корня солодки, 30 г плодов аниса, 400 г меда, 0,4—0,5 г мумие. Смесь греть, ни в коем случае не доводя до кипения, процедить. Принимать по 1/2 стакана 2 раза в день перед едой. Служит в качестве микстуры для смягчения сухого, болезненного кашля.

Плеврит – воспаление плевры, которая находится внутри грудной клетки и окружает легкие. Он часто бывает осложнением пневмонии и других заболеваний легких. Плеврит может быть с выпотом (тогда легкое поджимается к корню и возникает одышка) или без выпота. Основные признаки плеврита – одышка, боль в боку, которая усиливается при дыхании и кашле, нарушение дыхания (с больной стороны грудной клетки). Многих больных мучает навязчивый кашель и нарушение общего состояния. Могут возникать нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы. Плеврит лечится только в больнице.

- Общеукрепляющее средство при плеврите: принимать 0,2 г мумие один раз в день (на ночь).

Общая доза на 1 курс мумие составляет от 6 до 18 г в зависимости от тяжести и длительности заболевания.

Бронхиальная астма – заболевание аллергической природы, которое проявляется приступами одышки и свистящего дыхания. Причем астмой страдает от 5 до 7 % населения Земли. Она может начинаться как в детском возрасте, так и во взрослом. В 60—80 % случаев астма, начавшаяся в детстве, сопровождает человека всю жизнь. Бронхиальная астма более распространена в областях с холодным климатом, а также в индустриальных районах. Нередко родители больных детей также страдают аллергическими заболеваниями.

Приступы возникают по разным причинам, при них происходит спазм бронхов, то есть резкое сужение их просвета, из-за чего человек не может вдохнуть воздух. В легких случаях астма проявляется хрипами в легких. Если ее «поймать» на ранней стадии развития и лечить, то человек может жить без приступов. А лечить астму нужно не только во время приступа, но и в период ремиссии (тогда, когда проявлений болезни нет). Лечат астму специальными препаратами, никакое самолечение тут не поможет в принципе, но вот поддерживающее лечение будет не лишним.

- В качестве поддерживающего лечения при бронхиальной астме нужно принимать 7%-ный раствор мумие, запивая его теплым молоком, по следующей схеме: 10 дней – по 1 чайной ложке, 10 дней перерыв, 10 дней – по 1 чайной ложке, 10 перерыв, и так до конца курса (за курс нужно принять 50 г мумие). Прием мумие внутрь следует сочетать с ингаляциями, в которых использовать 7%-ный раствор мумие.

Туберкулез – хроническое инфекционное заболевание, которое вызывается микобактериями туберкулеза (палочками Коха). Обычно при туберкулезе все вспоминают про поражение легких, но на самом деле палочки Коха могут поражать любой орган: суставы, кости, почки, глаза, нервную систему, половые органы, лимфатические узлы. Заражение туберкулезом происходит воздушно-капельным или пылевым путем (при кашле, дыхании), реже – через пищу, поврежденную кожу и слизистые оболочки, во время беременности – внутриутробно. Долгое время туберкулез может ничем не проявляться, разве что слабостью, иногда может слегка повышаться температура. Когда у человека возникают проблемы с легкими (или другими органами) и «чахоточный» румянец – это говорит уже о запущенной стадии болезни.

Именно поэтому важно время от времени проходить обследование, делать флюорографию, ведь заболеть можно даже при случайном контакте в автобусе или другом публичном месте. А течение и исход болезни будут зависеть от уровня иммунитета и от своевременно начатого лечения.

К сожалению, туберкулез сам не пройдет. Зато мумие в комплексном лечении может помочь именно как противовоспалительное и повышающее иммунитет средство, как препарат, улучшающий общее состояние человека.

- Растворить в 10 столовых ложках теплой кипяченой воды 2 г мумие и пить этот раствор по 1 столовой ложке после ужина в течение 15 дней, запивая крепким чаем или теплым молоком с медом. Курс лечения необходимо повторять через 5 дней до полного выздоровления.

- Общеукрепляющее средство: алоэ – сок либо лист, пропущенный через мясорубку, – 500 мл, спирт медицинский (96%-ный) – 500 мл, мед – 500 г, сосновые почки – 200 г, мумие – 10 г, настойка полыни – 25 мл, сушеная трава чистотела – 10 г. Мумие истолочь и залить спиртом, тару плотно закупорить и поставить в холодильник на трое суток, ежедневно взбалтывая.

Влить в настойку все остальные ингредиенты, перемешать деревянной ложкой, переложить

в двухлитровую банку и хранить в холодильнике. Перед приемом перемешивать, поскольку состав имеет тенденцию распадаться на слои. Средство принимать 2 раза в день по 1 столовой ложке за 30—40 минут до завтрака и ужина. Запивать фруктовыми, овощными соками. Если обнаружится, что спирт, содержащийся в лекарстве, раздражает желудок, состав необходимо разбавлять кипяченой водой или молоком.

Курс продолжается, пока не будет выпито все приготовленное средство. Потом сделать перерыв на месяц и курс повторить. Возможно, понадобится провести и третий поддерживающий курс через 1—2 месяца, смотря по общему состоянию.

Неврологические заболевания

Головные боли – это то состояние, которое испытал на себе каждый. Причин, по которым голова может болеть, – великое множество. Усталость, голод, переедание, алкоголь и курение, стресс, остеохондроз, повышенное или пониженное давление, резкие запахи, недосыпание, и так далее, и тому подобное... У каждого человека есть свои причины для головной боли. Болеть голова тоже может десятком различных способов. Вся или какая-то ее часть, «шапочкой» или «как гвоздь в висок вогнали», болеть вместе с шеей или отдавать в глаза... И хорошо, если при этом есть возможность принять таблетку, которая точно поможет, или поспать, если это приносит реальное облегчение. Потому что кто-то может «заспать» головную боль, а другие, уснув с больной головой, проснутся с мигренью.

При слове «мигрень» чаще всего вспоминают нервных дамочек с замотанной полотенцем головой. Действительно, женщины по отношению к мужчинам здесь составляют 3:2. Чаще всего мигренями страдают женщины в расцвете сил (от 20 до 40 лет), после 40 лет течение болезни обычно облегчается. А вообще-то мигрени донимают от 10 до 20 % населения земного шара. Причем предрасположенность к ней передается по наследству. Что происходит при мигрени, известно точно: сначала случается спазм сосудов, а потом расширение, и сосуды как бы застревают в таком состоянии и не могут вернуться в нормальный тонус.

Если головная боль может протекать по-разному, то мигрень – всегда одинаково. Боли возникают в одной половине головы, достаточно сильные, и длятся от трех часов до трех дней. Болит обычно висок, глаз, лоб. Приступы мигрени могут возникать как несколько раз в год, так и несколько раз в месяц и даже в неделю. Если мигрень беспокоит человека чаще, чем раз в неделю, то недуг считается достаточно тяжелым и человеку назначают курс профилактического лечения, чтобы не допустить развития приступов. Иногда приступу головной боли предшествуют яркие вспышки и зигзаги перед глазами, нарушение зрения, могут возникать чувство покалывания, ползания мурашек и даже онемения, отечность одной половины лица. У некоторых больных нарушается речь. Может быть тошнота и рвота.

При частых головных болях и мигренях полезно пропить общеукрепляющий курс мумие. В данном случае поможет многосоставность мумие, те витамины, микро- и макроэлементы, которые в нем содержатся.

- Принимать мумие нужно по 0,2—0,3 г, растворив его в молоке и смешав с медом (в соотношении 1::20:20, то есть на 0,2 г мумие взять 4 г меда и 4 мл молока) 2 раза в сутки (утром натощак и вечером перед сном) в течение 25 дней. При необходимости курс лечения можно повторить через 10 дней. При частых головных болях принимать мумие по 0,2 г на ночь в течение 10 дней и при необходимости курс повторить через 5 дней. Этот же рецепт поможет при параличе лицевого нерва в качестве дополнительного лечения.

- При головных болях различного происхождения растворить 2 г мумие в 10—12 г воды, раствором протереть лоб, виски и ноздри. После протирания полежать 5—8 минут. В течение 10 минут боль проходит или значительно ослабевает.

К очень распространенным заболеваниям, которое сейчас «молодеет», относится радикулит. Раньше он считался уделом бабушек и дедушек, но все меняется. Радикулит – это поражение корешков спинномозговых нервов. Радикулит является проявлением остеохондроза, заболевания, при котором уменьшается количество жидкости в межпозвоночных дисках. Считается, что при этом они теряют эластичность и в итоге сдавливаются соседними позвонками, нарушается их питание, ведь нервы и сосуды не могут идти к ним так же свободно, как раньше. При сдавлении нервов соседними позвонками появляется боль. А так как нервные волокна идут к конечностям, то первым признаком недуга может быть боль в руке или ноге. Могут появиться и межпозвоночные грыжи (когда диск выпячивается наружу).

Иногда с радикулитом путают плексит – воспаление нервных сплетений при инфекциях, интоксикациях, травмах и др. Проявляется он также болью по ходу воспаленных нервов.

Невралгия – поражение периферических нервов, характеризующееся приступами боли в зоне иннервации какого-либо нерва. При этом двигательных нарушений не будет, но больному от этого не легче. Невралгия развивается преимущественно в нервах, проходящих в узких каналах и отверстиях, и она может быть в любой части тела, от головы до пяток. В большинстве случаев невралгия появляется в результате различных травм, инфекций или тяжелых форм простудных заболеваний, причиной может быть и переохлаждение. Самые известные – невралгия тройничного нерва и межреберные невралгии.

Бывает еще и неврит – воспаление периферических нервов, при котором кроме боли нарушается чувствительность по ходу их иннервации и пропадают те функции, за которые они отвечают. Человек при этом жалуется на боли в конечностях, мышечную слабость, расстройства чувствительности, могут отмечаться параличи и парезы мышц, изменение цвета кожных покровов.

При всех этих заболеваниях мумие выступает как мощный катализатор восстановительных процессов, как противовоспалительное средство. От этого уменьшается отек в тканях, окружающих пораженный нерв, проходят боль и различные нейроциркуляторные синдромы, восстанавливаются функции пораженных тканей.

- Можно втирать 8—10%-ный спиртовой раствор мумие в течение 5—6 минут в область поражения. Курс лечения – 20 дней, перерыв между курсами – 10 дней. При растирании пораженных участков и легком массаже отмечается быстрое снижение тонуса воспаленной мышцы, постепенно исчезает чувство боли, пропадает зуд и другие неприятные ощущения. Метод особенно эффективен при одновременном приеме 0,2 г мумие внутрь с горячим молоком и медом в пропорции 1:20 (на это количество мумие 4 г меда и чайная ложка молока).

- 2 г мумие смешать с 2 г меда, втереть в кожу над пораженным участком и оставить на ночь, наложив на больное место согревающую повязку. Повторять в течение 5—6 дней.

- 2 г мумие смешать с 7 г серы, тщательно растерев оба вещества в ладонях. Натирать больное место, предварительно сходя в баню.

Заболевания сердечно-сосудистой системы и системы крови

Заболевания сердечно-сосудистой системы сейчас вышли во всем мире на первое место. Возможно, это связано с выросшей продолжительностью жизни, возможно, с изменением стиля жизни и уменьшением физических нагрузок. Обычно эти заболевания начинаются с гипертонии или приступов ишемии (стенокардии). Гипертонией сейчас страдает 20 % населения экономически развитых стран. Причины ее начала до сих пор точно не

установлены, гипотезы выдвигаются самые разные. Но человеку важнее не гипотезы, а знания о том, когда нужно начать волноваться и лечиться. Следует задуматься тем, у кого неблагоприятная наследственность по гипертонии. Влияют на развитие гипертонии стрессы, курение, употребление алкоголя, сидячий образ жизни, диабет и ожирение. О развитии гипертонии говорят, когда у человека начинаются периодические подъемы артериального давления до 160/95 миллиметров ртутного столба и выше. Иногда течение гипертонии осложняется развитием гипертонического криза, когда верхнее (систолическое) давление превышает цифры в 200 мм рт. ст., а нижнее (диастолическое) превышает 100 мм рт. ст. Это повышение может сопровождаться головной болью, тошнотой, дрожью во всем теле, возбуждением или сонливостью, частым пульсом (тахикардией), одышкой, нарушением зрения, чувством жара или озноба и др. Это состояние требует немедленного снижения давления лекарственными препаратами.

Стенокардия – это одна из форм ишемической болезни сердца, при которой человек чувствует боль за грудиной, которая может отдавать в левую руку, в шею, в живот. Она возникает, когда нарушается кровоснабжение сердца и оно получает недостаточно кислорода. А вызвано это обычно бывает либо спазмом коронарных сосудов, либо сужением их просвета из-за атеросклеротических бляшек.

К атеросклерозу могут привести те же вредные факторы, которые способствуют развитию гипертонии. Правда, для этого нужно еще, чтобы в организме нарушился обмен холестерина, но при нынешнем избыточном и неправильном питании это несложно. И атеросклероз «молодеет», бляшки находят не только у людей среднего возраста, но даже у детей и подростков с избыточным весом.

Конечно, ни гипертонию, ни атеросклероз приемом мумие не вылечить, нужно менять весь свой образ жизни, принимать препараты, назначенные врачом. Но почистить сосуды и наладить обмен веществ можно. Главное, потом придерживаться здорового образа жизни, а не совмещать прием мумие с поеданием тортов и запиванием алкоголем. Кстати, при приеме мумие любой алкоголь категорически противопоказан.

- Растворить 8 г мумие в 500 мл воды. Полученный 1,6%-ный раствор принимать по следующей схеме: 7 дней – по 40 капель 3 раза в день, 7 дней – по 1 чайной ложке 3 раза в день, 7 дней – по 1 столовой ложке 3 раза в день. Курс – 21 день. Запивать можно минеральной водой или соком комнатной температуры. На полный курс лечения уходит 32 г вещества. После этого артериальное давление должно вернуться к нормальным цифрам, исчезает одышка.

- Если гипертония осложняется развитием кризов, то можно пропить следующий курс: 1 раз в день, на ночь, через час после еды принимать 0,15—0,2 г мумие внутрь разведенным в воде. Курс 10 дней с пятидневным перерывом. После того как проведено 3 курса (6 г), сделать месячный перерыв.

- Трава пустырника – 3 части, трава сушеницы топяной – 3 части, трава багульника – 2 части. 1 столовую ложку сбора (с горкой) заварить 300 мл кипятка. Подогревать на водяной бане 5 минут, настаивать 4 часа, процедить, растворить в сборе 0,2 г мумие. Принимать 3 раза в день по 1/3 стакана за 30 минут до еды подогретым. Применяется при гипертонической болезни 1-й и 2-й стадии при отсутствии симптомов сердечной недостаточности.

- Трава адониса (горицвет) – 1 часть, цветки боярышника – 2 части, березовые листья – 1 часть, трава пустырника – 2 части, трава сушеницы топяной – 2 части, трава хвоща полевого – 1 часть. 2 столовые ложки смеси залить 0,5 л кипятка. Настаивать 5—6 часов, процедить,

добавить 0,4 г мумие. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды подогретым. Принимать при гипертонической болезни 1-й и 2-й стадии, в том числе с осложнениями в виде сердечной недостаточности.

- Трава пустырника – 3 части, трава багульника – 2 части, трава хвоща полевого – 1 часть, кора крушины – 1 часть. 2 столовые ложки смеси заварить 500 г кипятка. Подогреть на водяной бане 10 минут, настаивать 30 минут, процедить, растворить 0,4 г мумие. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день во время еды. Применяется при гипертонической болезни как средство для уменьшения веса при сопутствующем ожирении.

- Плоды боярышника – 1 часть, трава мяты перечной – 2 части, трава пустырника – 3 части, трава сушеницы топяной – 2 части, почечный чай – 1 часть. 2 столовые ложки измельченной смеси залить 500 г кипятка. Напаривать 10 минут, настаивать 30 минут, процедить, смешать с 0,5 г мумие. Принимать по 1/3 стакана 2 раза в день во время еды или непосредственно после еды. Применяется при гипертонической болезни 1-й и 2-й стадии, уменьшает явления стенокардии.

- Плоды боярышника, трава хвоща полевого, трава омелы белой, цветки арники горной, трава тысячелистника обыкновенного, цветы василька синего, корень валерианы лекарственной – в равных количествах. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить, смешать с 0,15 г мумие. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день после еды при 1-й и 2-й стадиях гипертонической болезни.

- Трава пустырника, трава сушеницы топяной, цветки боярышника, трава омелы белой – в равных количествах. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить, смешать с 0,15 г мумие. Принимать по 1/2—3/4 стакана 3 раза в день непосредственно после еды.

- Трава омелы белой – 3 части, корень валерианы лекарственной – 2 части, листья боярышника – 2 части, листья барвинка – 2 части, кора калины обыкновенной – 2 части, плоды тмина обыкновенного – 1 часть. 1 столовую ложку смеси залить 300 мл кипятка, нагревать на водяной бане 10—15 минут, настаивать при комнатной температуре 40—45 минут, процедить, добавить 0,3 г мумие. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день после еды.

- Трава пустырника, листья мяты перечной, плоды калины, корень валерианы лекарственной, трава сушеницы топяной, корень шлемника байкальского – в равных частях. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, плотно закупорить, настаивать 20—30 минут, остудить до +30 °С, размешать с 0,15 г мумие. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

- Плоды тмина – 2 столовые ложки, листья барвинка – 1 столовая ложка, корень валерианы лекарственной – 2 столовые ложки, цветки боярышника – 2 столовые ложки, омела белая – 3 столовые ложки, мумие – 4 г. Смесь трав залить 1,25 л кипятка, закрыть крышкой и нагревать на кипящей водяной бане 15 минут. Охлаждать 3 часа при комнатной температуре, процедить, добавить мумие. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

- Корень шлемника байкальского – 2 столовые ложки, трава пустырника – 1 столовая ложка, трава мяты перечной – 1 столовая ложка, трава сушеницы топяной – 2 столовые ложки, плоды шиповника коричневого – 2 столовые ложки, цветки ромашки аптечной – 1 столовая ложка, мумие – 4,5 г. Смесь трав залить 1,25 л кипятка, закрыть крышкой и нагревать на кипящей водяной бане 15 минут. Охлаждать 3 часа при комнатной температуре, процедить, добавить мумие. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

- Плоды рябины черноплодной – 3 столовые ложки, семена моркови – 2 столовые ложки, плоды фенхеля – 2 столовые ложки, корень валерианы – 3 столовые ложки, хвощ полевой – 2 столовые ложки, цветки василька – 3 столовые ложки, боярышник – 3 столовые ложки, корень шлемника байкальского – 3 столовые ложки, мумие – 5 г. Смесь трав залить 1,25 л кипятка, закрыть крышкой и нагревать на кипящей водяной бане 15 минут. Охлаждать 3 часа при комнатной температуре, процедить, добавить мумие. Принимать в виде настоя по 1/3 стакана 3 раза в день.

- Огородный хрен натереть на мелкой терке, чтобы получилась полужидкая масса; 2 столовые ложки этой кашицы залить 1 стаканом теплой кипяченой воды и оставить на сутки, за час до процеживания добавить 1 г мумие. Влить по 1 стакану свежеежатого сока свеклы и моркови, сок 1 лимона и 1 стакан меда. Состав тщательно перемешать. Хранить на нижней полке холодильника. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день между приемами пищи. Этот же рецепт можно сделать без свекольного сока.

Инфаркт миокарда – это второе проявление ишемической болезни сердца. Он является осложнением приступа стенокардии и чаще всего развивается, если приступ стенокардии продолжается более 30 минут. В этом случае часть мышцы сердца от кислородного голодания просто погибает. Это опасное для жизни состояние, которое может лечиться только в больнице, и чем быстрее человек окажется в стационаре, тем лучше для него. Когда острый период инфаркта будет преодолен, восстанавливающие и общеукрепляющие свойства мумие очень подойдут для дополнительного лечения. Оно усиливает минеральный обмен, повышает проницаемость стенок сосудов и ускоряет восстановление тканей.

Для профилактики людям, хотя бы единожды перенесшим инфаркт миокарда, требуется периодическое поддерживающее лечение. Несколько курсов мумие в год помогут избежать ухудшения состояния. Особенно рекомендуется принимать его в период повышенных физических и эмоциональных нагрузок, в период стресса.

- Используется 1,6%-ный раствор мумие (8 г мумие растворить в 500 мл воды) по следующей схеме: начав с 15 капель раствора в день, прибавлять ежедневно 3—4 капли, доводя количество до 1 чайной ложки. Пить 2 раза в день за 1 час до еды, запивать теплым молоком или чаем, курс 10 дней, перерыв 7—10 дней. Повторить курс до 5 раз, повторное лечение – через 4—6 месяцев. В зависимости от состояния больного дозы на один курс составляют 12—24—36 г.

Длительный прием препарата нормализует кровообращение в тканях сердца, улучшает их питание, благодаря чему восстанавливается сократительная функция и частота сердечных сокращений.

Анемия – это снижение содержания гемоглобина в эритроцитах или снижение количества самих эритроцитов. К сожалению, анемия встречается достаточно часто. Нормальный уровень гемоглобина крови у женщин – 120 грамм на литр, у мужчин – 130 грамм на литр. Анемию можно заподозрить и до анализа крови, по внешним признакам и самочувствию человека. Первый признак – бледность. Правда, иногда она бывает обусловлена врожденным глубоким прохождением капилляров под кожей. Но если при этом человек чувствует постоянную усталость, быстро утомляемость, иногда замечает одышку при небольшой физической нагрузке – ему следует задуматься о проверке показателей гемоглобина.

Лечится анемия в зависимости от ее причины. Не всегда она бывает железодефицитной. Существует еще В12-дефицитная анемия. Бывают и более редкие формы анемий, например гемолитическая, когда эритроциты быстро распадаются. Это может быть как наследственной предрасположенностью, так и результатом инфекции или отравления. Соответственно, железодефицитная анемия лечится приемом препаратов железа, В12-дефицитная – приемом витамина, гемолитическая – избавлением от причины, разрушающей эритроциты.

- При любой форме анемии прием такого общеукрепляющего средства, как мумие, поможет человеку чувствовать себя лучше. Нужно растворить 15 г мумие в 500 мл воды и пить полученный раствор по следующей схеме: в течение 10 дней – по 1 чайной ложке 3 раза в день, перерыв – 5 дней, 10 дней – по 1 столовой ложке 3 раза в день, перерыв – 5 дней, 5 дней – по 1,5 столовых ложки 3 раза в день. На такой курс лечения требуется около 60 г мумие.

Этот курс лечения также поможет при сниженном количестве лейкоцитов (что бывает при вирусных инфекциях и более серьезных заболеваниях), восстановит нормальную работу костного мозга.

Тромбофлебит – воспаление стенки вены с образованием в ней тромба. Он может возникать как при воспалении, так и при нарушении свертываемости крови, изменении стенок сосудов.

А способствуют его развитию нарушение тока крови, снижение иммунитета. Тромбофлебит бывает острый и хронический. При остром тромбофлебите глубоких вен человек чувствует сильные боли в ноге, она становится отечной, кожа над ней может быть блестящей, бледной или с синюшным оттенком, поднимается температура. Острый тромбофлебит проходит в период от 10 дней до 3 месяцев или переходит в хроническую форму. При остром тромбофлебите поверхностных вен температура тела повышается до +37,5—38 градусов, отмечается небольшая отечность пораженной ноги, боли по ходу воспаленных сосудов. Кожа над ними имеет вид красных полос, затем появляются уплотнения. Болезнь длится от 10 до 30 дней. Такое состояние обязательно надо лечить у врача, поскольку тромбы очень опасны – они могут оторваться и с током крови прийти к какому-нибудь органу и закупорить там кровоток. А итогом будет инфаркт этого органа. Дело в том, что инфаркт бывает не только миокарда (сердца), но и абсолютно любого органа.

- Мумие надо принимать внутрь по 0,25– 0,3 г 2 раза в сутки в течение 25 дней, смешивая его с медом и молоком в соотношении 1:20. После курса лечения – десятидневный перерыв. Мумие обладает сосудорасширяющим действием, разжижает кровь. Уже на 3—6-е сутки лечения уменьшаются боли, степень отечности ноги, начинают пропадать другие неприятные симптомы. На 8– 12-е сутки нормализуется кожная температура и наступает стойкое улучшение состояния.

- При запущенном хроническом тромбофлебите рекомендуется следующая схема: 7,5%-ный раствор принимать 10 дней по 1 чайной ложке, 10 дней по 1,5 чайной ложки, 10 дней по 1 столовой ложке, 10 дней по 1,5 столовой ложки, 5 дней по 1 чайной ложке. Одновременно с этим смазывать больные сосуды снаружи 3%-ной мазью мумие на вазелиновой основе с 0,5%-ным новокаином.

Травмы и заболевания опорно-двигательного аппарата

- При неглубоких ранах и ссадинах место повреждения можно смазывать 10%-ным водным раствором мумие несколько раз в день (2—4 раза).

- Гноящиеся, запущенные раны смазывают 30%-ным раствором мумие 2 раза в день и закрывают повязкой.

- При глубоко расположенном гнойнике, если у него есть отток на поверхность кожи, это место закрывают лепешкой из мумие небольшого размера, раскатанной по размерам раны. Можно брать 2 г или чуть побольше. Мумие становится пластичным при нагревании, поэтому его можно положить на теплую грелку или нагретую тряпку (нагреть на батарее,

например) и после этого уже раскатывать. Сверху лепешку накрыть полиэтиленом или другой непромокаемой тканью (чтобы поначалу мумие не потек), а потом перебинтовать. Мумие в таком случае действует как антисептик и способствует более быстрому восстановлению поврежденных тканей.

- При травмах (после получения помощи у врача и после консультации с ним!) можно натирать на ночь поврежденное место смесью из 5 г мумие и 100 г меда. Также можно провести курс общеукрепляющего лечения: принимать по 1 дозе (от 0,2 до 0,5 г в зависимости от веса человека, см. выше) мумие, растворенного в воде, молоке или соке. Курс – 3 недели. При необходимости его можно повторить после 10-дневного перерыва, при этом растирания прекращать не нужно.

Боли в суставах могут быть симптомом артрита или артроза. Артрит – это воспаление суставов различного происхождения, главный симптом при нем – боли в суставе, особенно при движении. При этом наблюдаются ограничения подвижности, припухлость, изменение формы сустава, иногда кожа над ним краснеет, может быть повышение температуры, озноб. Встречаются заболевания одного сустава (моноартрит), двух-трех (олигоартрит) и многих (полиартрит). Артроз – хроническое заболевание суставов из-за нарушения обмена веществ. Из всех заболеваний суставов артроз является самым распространенным, от него страдает от 10 до 16 % населения земного шара.

Артрит лечат в зависимости от причины воспаления, и после курса лечения сустав может восстановиться полностью. А вот артроз полностью вылечить невозможно, поскольку нарушается обмен веществ в организме. Но можно с помощью различных препаратов уменьшить последствия и замедлить его развитие. Основным симптом артроза – боли в суставах, и тут как раз может помочь мумие.

- При болях в суставах можно делать компрессы из смеси 0,5 г мумие со 100 г меда, а также следует принимать по утрам за час до еды по 0,2 г мумие. Курс лечения 10 дней. Полный цикл лечения состоит из 2 или 3 курсов.

Переломы костей, суставов, травмы грудной клетки, вывихи, ушибы, растяжения мышц, порезы лечатся довольно долго. После оказания необходимой врачебной помощи больному приходится долго ждать, пока кости срастутся, ушибы заживут, порезы затянутся. Этот процесс можно ускорить, принимая мумие, которое окажет противовоспалительное, общеукрепляющее и местное ранозаживляющее действие. Также при всех видах травм мумие нормализует общее состояние: уменьшает лихорадку, улучшает аппетит и сон.

- Общеукрепляющее действие достигается приемом мумие внутрь в дозах 0,2—0,5 г (в зависимости от веса человека). Принимают его натошак, за 2—3 часа до приема пищи, 1 раз в день в сухом или растворенном виде, запивая водой, чаем с медом. Курс лечения – 10 дней, интервал между курсами – 5 дней. В зависимости от тяжести и характера перелома может быть от 3 до 6 курсов. При простых переломах достаточно 1—2 курса.

- После снятия гипсовой повязки пораженное место можно растирать следующей мазью. Взять керамическую ступку, налить туда 10 г дистиллированной воды, растворить в ней 5 г мумие и добавить 10 г ланолина, довести до мазеобразной консистенции, добавить 40 г мякоти алоэ и 30 г борного вазелина, тщательно перемешать. Хранить в темном прохладном месте. Растирания делать 25—28 дней.

При тяжелых случаях необходимо провести до 4 курсов приема мумие внутрь. Перерыв между ними составляет 5 дней, растирание продолжать весь период лечения без перерыва. Необходимое количество мумие на курс лечения – 15—25 г. В таком случае процесс образования костной мозоли ускоряется на 16—20 дней.

- Особенно хорошо действует мумие при открытых переломах, когда оно способствует одновременно и наращиванию костной мозоли, и зарастанию повреждений мышц и кожи. При этих травмах можно принимать мумие внутрь в виде 1—2%-ного водного раствора. Курс лечения – 2—3 недели.

- Бальзам с мумие, применяемый внутрь при лечении переломов: взять 8 г мумие и 180 г меда. Мумие смешать с 1 столовой ложкой воды и оставить при комнатной температуре на сутки, чтобы оно полностью растворилось. Потом эту воду добавить в мед и тщательно размешать. Принимать по 1 столовой ложке 2 раза в день перед едой 5—7 дней.

- При переломах ребер, ушибах с повреждением органов грудной клетки как общеукрепляющее можно пить по 0,2 г мумие в день с отваром тмина.

- При простых переломах 0,5 г мумие в день в смеси с розовым маслом употреблять внутрь, а также полученным составом смазывать место перелома.

- При костном туберкулезе, затрагивающем тазобедренные или коленные суставы, а также позвоночник, мумие может помочь основному лечению как общеукрепляющий препарат. Для этого его принимают внутрь по 0,2—0,5 г 2 раза в сутки в течение 25 дней. Повторный курс проводят через 5 дней.

Остеохондроз чаще всего ассоциируется с болью в спине. И эта ассоциация возникла не просто так. Именно острая боль в спине является наиболее частой причиной утраты трудоспособности людьми в возрасте до 45 лет. В возрасте от 45 до 65 лет боль в пояснице или шее занимает третье место по частоте после заболеваний сердца и суставов (артриты). У 60—80 % населения такие боли возникали хоть однажды. Вообще же рентгенологически у каждого второго человека старше 20—25 лет определяются в той или иной степени косвенные признаки остеохондроза позвоночника.

Остеохондроз – это разрушение межпозвонковых дисков. А боли при нем возникают потому, что межпозвонковый диск с течением времени перестает выдерживать нагрузку, выпячивается и зажимает нервный отросток, вызывая его воспаление. Причем это вызывает боль не только в позвоночнике, но и, в зависимости от того, куда идет этот нерв, – в конечности либо даже внутренних органах, может даже нарушаться их функционирование. Поясничной остеохондроз, который является самым распространенным, в основном вызывает боли в ногах, шейный остеохондроз – в руках и голове, грудной – во внутренних органах.

Причины дегенерации (разрушения) межпозвонковых дисков до сих пор точно не установлены. Среди возможных называют: нарушение обмена веществ, слабое физическое развитие или сильные нагрузки на позвоночник, генетическая предрасположенность и другие.

Остеохондроз бывает шейный, грудной, поясничной, крестцовый и распространенный (в нескольких отделах позвоночника). Чаще всего диагностируется поясничной остеохондроз (свыше 50 % случаев), шейный (более 25 %) и распространенный (около 12 %).

Лечение остеохондроза сочетает в себе прием лекарственных препаратов и различные местные процедуры. Лекарства призваны улучшить кровообращение и снять боль, местные препараты улучшают обмен веществ и восстанавливают (по возможности) состав хрящевой и костной ткани. К местным процедурам также относятся физиолечение, иглотерапия, массаж, мануальная терапия и др. Хорошо при остеохондрозе помогает мумие. При этом используют электрофорез с мумие, но это возможно делать только в физиотерапевтическом отделении больницы либо поликлиники.

- В домашних условиях мумие можно втирать в кожу. Для этого на чистую кожу, предварительно смоченную теплой водой, в зону боли втирается слой мумиё до черного цвета кожи. На руку можно одеть перчатку. Мумие втирается 3—5 минут легкими движениями. За это время мумие впитывается и кожа становится сухой. При этом чувствуется расслабление мышц в месте массажа, исчезает боль. Через 5—10 минут после процедуры улучшается двигательная функция пораженной части тела, человек может наклоняться, свободно садиться, после второй процедуры полностью нормализуются рефлексy. Можно проводить от 1 до 6 втираний в зависимости от состояния. Делается процедура 1 раз в день.

Эту же процедуру можно проводить при радикулитах, плекситах, невралгиях, невралгии лицевого и тройничного нерва и подобных заболеваниях с болевым синдромом. Мумие нормализует кровообращение в тканях, устраняет причину, поддерживающую патологический процесс.

- Также при остеохондрозе можно делать компресс 3%-ным раствором мумие. Для этого 3 г мумие растворяют в 100 мл кипяченой воды. Перед тем как сделать компресс, раствор несколько минут втирают в больное место, затем накладывают повязку, смоченную раствором, закрывают полиэтиленовой пленкой и хорошо укутывают. Оставляют на ночь. Курс лечения – 20 дней.

Заболевания мочевыводящей системы

Мочекаменная болезнь – это состояние, когда в мочевом пузыре образуются камни. Правда, иногда так бывает, что камни образуются в почках, а в мочевой пузырь спускаются по мочеточникам и там остаются. Вне зависимости от того, где камни, в почках или мочевом пузыре, однажды они дадут о себе знать. Если камень застревает в мочеточнике или мочеиспускательном канале, то возникает почечная колика – состояние острой боли, которое требует экстренного лечения. Если же камни находятся в почках или мочевом пузыре, то симптомы будут менее острыми: боли, особенно в конце мочеиспускания, которые усиливаются при ходьбе и сильном физическом напряжении. Боли могут отдавать в половые органы. Часто больные жалуются на то, что при мочеиспускании струя периодически прерывается. В туалет ходить больно, а позывы частые. В таком случае надо срочно идти к урологу, пока дело не дошло до стационара и экстренной операции.

- В качестве дополнительной меры можно применить следующий рецепт: приготовить 0,1%-ный раствор мумие (на 1 литр воды взять 1 г мумие) и принимать его по 200 мл 3 раз в сутки, запивая соком свеклы. Только свекольный сок нужно начинать принимать с количества 1 столовой ложки, разведенной водой, поскольку он может вызвать тошноту. Постепенно его количество можно увеличивать и довести до 100 мл, но не больше. Провести 5—6 десятидневных курсов с 5-дневными перерывами. Через 45 дней цикл лечения можно повторить.

Язва мочевого пузыря по симптомам похожа на хронический цистит, проявляется болями в области мочевого пузыря, учащенным и болезненным мочеиспусканием, периодической примесью крови к моче. Постепенно у человека ухудшается и общее состояние. Даже в период затихания болезненных явлений человек чувствует постоянную усталость, может проявляться анемия. Лечение проводит врач-уролог, мумие здесь поможет как общеукрепляющее и противовоспалительное средство. Оно улучшает эпителизацию язвы.

- Мумие принимать 3 раза в день по 0,2 г, растворенным в теплом молоке, а на ночь раствором 1 г на 100 мл теплой воды делать спринцевание. Курс – 9 дней. На полный курс лечения требуется примерно 15 г.

Цистит – это воспаление мочевого пузыря. Главные его признаки: боли, жжение при мочеиспускании, человек постоянно бежит в туалет, потому что есть позывы. Иногда может подняться небольшая температура, появиться слабость и разбитость. Но рези и жжение внизу живота донимают больше всего. Лечат цистит уросептиками, они могут быть и в виде лекарств, и в виде лекарственных трав. Поможет здесь и мумие.

- Делать спринцевания 1%-ным теплым раствором мумие (на одно спринцевание требуется 2 г мумие и 200 мл теплой воды). Болевые ощущения проходят через 15—20 минут после процедуры. Можно делать до 3 спринцеваний в сутки.
- Одновременно мумие нужно принимать внутрь по следующей схеме (принимать до еды, запивая минеральной водой): 7 дней – по 30 капель 3 раза в день, 7 дней – по 1 чайной ложке 3 раза в день, 7 дней – по 1,5 чайные ложки 3 раза в день.

Заболевания репродуктивной системы

Эрозия шейки матки – это дефект влагалищной части шейки матки. Эрозия (язвочка) может возникнуть после какого-либо инфекционного заболевания, после аборта или родов.

- В таком случае могут помочь тампоны, смоченные 2,5%-ным раствором мумие (2,5 г мумие растворить в 100 мл кипяченой воды). Эти тампоны нужно на ночь закладывать во влагалище. Делать это 8—10 дней. Эти же тампоны помогут и при других воспалительных заболеваниях половых органов. Можно принимать мумие внутрь в общеукрепляющих дозах: 0,2 г 1—2 раза в день 10 дней.
- Еще схема наружного применения: непосредственно до и сразу после менструации накладывать на эрозийную поверхность салфетку, смоченную 4%-ным раствором мумие; салфетку фиксировать обычным гигиеническим тампоном. Делать на ночь. Курс лечения – 2—3 недели с десятидневным перерывом. Повторять при необходимости. Во время лечения соблюдать строгое воздержание от половых актов.

Мастит – воспаление молочной железы. В основном он встречается у кормящих женщин. Сначала возникает застой молока в железе – лактозаст, потом возникает воспаление, вызванное инфекцией. Женщина чувствует боли в груди, повышение температуры тела, ухудшение общего состояния, может быть озноб. Молочная железа красная, болезненная. Если мастит не гнойный, то лечат антибиотиками, женщине нужно часто сцеживаться. Гнойный часто лечат, вскрывая гнойник.

- При мастите как противовоспалительное и общеукрепляющее средство принимают мумие внутрь по 0,2—0,3 г натощак утром и вечером перед сном в сочетании с молоком или с медом в течение 25 дней (в первые 5—6 дней лечения принимать по 0,2 г мумие 3—4 раза в день).

Климакс – это физиологическое состояние, связанное с угасанием функций половых органов и уменьшением выработки половых гормонов. Все знают о женском климаксе, но он бывает и у мужчин, о чем они предпочитают не думать. Поскольку идет гормональная перестройка организма, то человек ощущает себя достаточно неустойчиво. Он может чувствовать головные боли, приливы жара, сердцебиения, перепады настроения и общий дискомфорт. Кроме того, в этот период возрастает риск развития остеопороза и заболеваний сердечно-сосудистой системы, сахарного диабета и ожирения.

- При климаксе мумие поможет как средство, нормализующее общее состояние. Нужно его пить по 0,2 г натощак за 30 минут до еды. Четыре 10-дневных курса с перерывами в 2—3 дня нормализуют самочувствие, давление, уменьшат потливость. Через 2—3 месяца цикл рекомендуется повторить для закрепления результатов.

- Женское и мужское бесплодие может иметь самые разные причины. Здесь необходимо тщательное обследование и специализированное лечение. Мумие поможет как общеукрепляющее средство. Принимать внутрь по 0,2—0,5 г (в зависимости от веса, см. выше) 2 раза в день, запивая соком моркови, черники или облепихи. Курс – 25 дней, перерыв между курсами – 5 дней. Всего потребуется 25—30 г мумие.

Также это лечение поможет при уменьшении полового влечения, при гипоперемии (некачественное семя у мужчин).

Другие заболевания

Глаукома – заболевание глаз, вызванное повышением внутриглазного давления. При этом жидкость, вырабатываемая глазом, не выходит наружу, как следует в норме. В результате кровоснабжение глаза нарушается, глазной нерв сдавливается, падает зрение. Болезнь опасна возникновением полной слепоты. Лечить ее следует у окулиста.

- Мумие поможет как общеукрепляющее средство, улучшающее состояние тканей глаза. Растворить 15 г мумие в 500 мл теплой кипяченой воды и пить 2—3 раза в день по 1 столовой ложке за 30 минут до еды 10 дней. Провести 2—3 курса с перерывами между ними в 5 дней.

- Можно применить стандартный прием препарата: внутрь по 0,2 г 2—3 раза в день за 30 минут до еды. 10 дней приема чередовать с 5 днями отдыха. Всего 3—4 курса.

При воспалениях слизистой глаза (конъюнктивите) или при ячмене можно закапывать раствор мумие непосредственно в глаз. Раствор должен быть самый слабый, цвет раствора в пипетке при просмотре его на свет – почти прозрачный. Закапав 1—2 капли в глаз, нужно часто поморгать, чтобы раствор смочил всю поверхность глаза и попал за веко. Спустя пять минут надо повторить процедуру еще несколько раз. Раствор раздражает слизистую глаза, вызывает самоочищение слезами, поэтому закапывание повторяют 5—6 раз. Лечебный эффект очень быстрый, воспаление проходит в течение суток или даже нескольких часов. Однако если в течение суток эффекта нет, то можно дальше не закапывать.

Мумие не вызывает аллергических реакций, поэтому может применяться в лечении больных любыми формами аллергии. Лучше всего, конечно, оно поможет при поллинозе – аллергии на цветение растений.

- Мумие разводится 1 г на 1 л воды. Принимать 1 раз в сутки утром: детям 1—3 лет по 50 мл, 4—7 – лет по 70 мл, 8 лет и старше – по 100 мл. Если аллергические проявления сохраняются, то можно добавить дневной прием, уменьшив дозу вдвое. Следует помнить, что в таких концентрациях мумие обладает мочегонным и послабляющим действием. Многие симптомы аллергии исчезают в первые же дни лечения, но все равно необходимо довести курс до конца, принимая препарат 20 дней. Можно такой курс проводить профилактически весной и осенью.

Если носовые кровотечения происходят достаточно часто, курс лечения мумие поможет укрепить стенки капилляров носа, устранить либо сильно уменьшить кровотечения.

- Можно ежедневно закапывать в каждую ноздрю смесь 0,1 г мумие с камфорным маслом в

соотношении 1:5 либо 1:8 в зависимости от серьезности заболевания. Сделать 2 курса по 25 дней каждый с десятидневным перерывом.

- Другой вариант: 0,2 г мумие смешать с 1,8 мл сока майорана (получается пропорция 1:9) и закапывать в нос в течение дня. Курс проводить до тех пор, пока не наступит улучшение.

Воспаление слизистой оболочки полости рта называется стоматитом. Он может развиваться сам или быть осложнением других заболеваний. В любом случае при нем наблюдаются покраснение слизистой рта, отек близлежащих тканей, боль, увеличение подчелюстных лимфатических узлов. Невоспалительное изменение тканей, окружающих зубы (пародонта) называется пародонтозом. Если пародонт воспаляется, то это пародонтит. При воспалениях мумие будет действовать как противовоспалительное и улучшающее питание тканей средство, при пародонтозе оно нормализует обмен веществ и улучшит восстановление тканей, что позволит сохранить зубы.

- При стоматите, пародонтозе и пародонтите можно принимать мумие по 0,2 г в сочетании с молоком или медом либо с водой (в соотношении 1:20) 1—2 раза в день (утром и перед сном) 25 дней. В это же время делать аппликации с 5%-ным раствором мумие в полости рта. Для этого пакетик с мумие кладут на грелку с горячей водой и прогревают для размягчения. Делают из мумие лепешку размером чуть больше поверхности раны или воспаленного места и накладывают. Мумие разжижается и проникает в больное место.

- При пародонтозе и пародонтите полоскать утром и на ночь полость рта водным раствором, приготовленным из 2,5 г мумие и 100 мл воды. После полоскания такой раствор можно проглотить.

- Если же просто болит зуб, то можно размять в пальцах 0,1 г мумие и положить на больной зуб, в кариозную полость; если же болит леченый зуб или зуб под коронкой, то положить мумие вокруг зуба. Мумие не рассасывать и не трогать. Боль исчезнет после растворения вещества, через 15—20 минут. При флюсе для снятия воспаления необходимо провести 3—4 процедуры.

Ревматизм – это инфекционно-аллергическое заболевание, при котором поражается соединительная ткань. Причем поскольку эта ткань есть во всех органах, то и ревматизм проявляется в самых разных местах организма. Обычно, говоря о ревматизме, имеют в виду ревматическое поражение суставов, но, как известно, «ревматизм лижет суставы, но гложет сердце». Лечить ревматизм необходимо комплексно, и делает это врач-ревматолог. Ревматизм возникает, если человек перенес инфекцию, вызванную бета-гемолитическим стрептококком группы А (это может быть ангина, скарлатина, фарингит или что-нибудь подобное), и если у него есть предрасположенность к гиперреакции на эту инфекцию (поэтому ревматизм возникает только у 1—3 % переболевших ангинами). Ревматизм начинается остро: ухудшением общего состояния, повышением температуры до +38—39 °С, суставы начинают болеть и припухать, кожа над ними красная, ими становится трудно двигать. В отличие от артрита, при ревматизме поражаются крупные суставы: коленные, голеностопные, локтевые и лучезапястные. При этом через 7—10 дней воспаление проходит без следа, зато начинаются проблемы с сердцем, что гораздо опаснее. Начинается ревмокардит. Его признаки: боли в сердце и сердцебиения (тахикардия), аритмия, одышка при незначительной физической нагрузке. Лечиться это состояние должно только в больничных условиях. Мумие в данном случае может помочь своим выраженным бактерицидным и общеукрепляющим действием. Оно также уменьшает боли.

- 0,75 г мумие смешать с 1 чайной ложкой розового масла. Отдельно приготовить бульон:

0,5 л отвара крымских бобов смешать с желтками куриных (3—4 штуки) или перепелиных (6—8 штук) яиц. Масло мумие растворить в бульоне, разделить порцию на три части. Первые две выпивать утром и вечером, третью часть втирать в пораженный участок (над суставом или суставами).

- 100 г жидкого цветочного меда смешать с 0,5 г мумие. Делать компрессы на ночь. По утрам принимать за час до еды по 0,2 г по стандартной схеме (10 дней прием, 5 дней перерыв). Итого 6 г вещества на курс. Для полного цикла лечения необходимо провести 2—3 курса вне зависимости от самочувствия.

Для профилактики ревматического поражения суставов после однажды перенесенного заболевания рекомендуется проводить 1 профилактический курс в год, лучше всего в ноябре-декабре, при наступлении стабильной минусовой температуры. 10 дней принимать мумие по 0,2 г в день, запивая горячим зеленым чаем. Пить один раз в день, вечером, лучше всего перед сном.

Отложение солей – так в просторечии называют два разных заболевания: подагру и образование остеофитов. Подагра – это действительно отложение солей мочекаменной кислоты. Ее официальное название «кристаллический артрит». Кстати, откладываться в тканях суставов могут и соли некоторых других кислот, но определить это можно только по анализам, а признаки кристаллических артритов разного происхождения особо не отличаются.

Подагра известна давным-давно и считалась заболеванием богатых, поскольку для ее возникновения человек должен избыточно питаться мясом, копченостями, жирными сортами рыбы, а запивать все это «желательно» алкоголем. Тогда в организме образуется избыточное количество мочевой кислоты и ее солей – уратов, которые начинают откладываться в суставах.

Подагра поражает любые суставы: пальцев, кистей, локтей, коленей, ступней. Чаще всего страдают суставы пальцев ступни. Подагра бывает острая и хроническая. Острая проявляется приступами, когда кристаллы мочевой кислоты выпадают из тканей суставов в их полость. Это приводит к большому скоплению кислот и, в итоге, к воспалению суставов. У человека внезапно меняется настроение, он становится беспокойным, возбужденным, нервным. У него пропадают аппетит и вкусовые ощущения, его тошнит и мучает изжога, изменяется стул. Вполне возможны боли в сердце, затрудненное дыхание, повышенное артериальное давление. Но это только предвестники.

Сам приступ возникает внезапно, причем чаще ночью. Боль во время приступа усиливается постепенно примерно в течение 2—3-х часов, пока не достигает максимальной силы. Человеку причиняет боль любое, даже самое слабое движение. В утренние часы боль постепенно уменьшается. Чаще всего подагрический приступ сопровождается жаром, ознобом, сильным выделением пота, учащенным пульсом и повышенным артериальным давлением. Приступ длится от 2—3-х дней до недели. Иногда все симптомы приступа проходят только спустя 1—2 месяца. Повторный приступ подагры может случиться минимум через 3 месяца и максимум через 20 лет.

Если приступ подагры случился, то она будет развиваться дальше, даже если приступов нет долгое время. В это время кислоты превращаются в кристаллы и скапливаются в виде гранул, что приводит к появлению хронического подагрического полиартрита. Страдают многие суставы, они начинают болеть, нарушается их функция. Довольно часто присоединяется и поражение почек.

Остеофиты – это разрастания краевых поверхностей костей при различных заболеваниях. Поскольку эти разрастания нарушают нормальное строение сустава, то они проявляются неприятными симптомами: появляются боли при нагрузке на сустав, иногда могут быть боли и в состоянии покоя, конечность периодически немеет, может быть ощущение повышения температуры в месте разрастания остеофитов. В том месте, где происходит разрастание

костной ткани, могут сдавливаться нервы, в связи с чем и возникает ощущение онемения. Поскольку остеофиты имеют неправильную форму, зачастую напоминают иглы, то при нагрузке они царапают и колот мышцы, вызывая боли и местное воспаление.

При подагре и при разрастании остеофитов первым делом нужно обратить внимание на диету, нормализовать обмен веществ, кроме того врач прописывает лекарства, снимающие боли и местное воспаление. Мумие в данном случае поможет и как противовоспалительное, и как нормализующее общий обмен веществ средство.

- 5 г мумие растворить в 100 г жидкого меда, подогрев смесь не более чем до +40 °С. Полученной смесью смазывать пораженные участки. Одновременно принимать препарат внутрь по обычной схеме (0,2 г 2 раза в день 10 дней несколько курсов) с той только разницей, что между десятидневными курсами делать не более чем трехдневный перерыв.

Геморрой – это расширенные (вздутые) вены прямой кишки. Этим заболеванием страдает 15 % взрослого населения. Причина его развития – застой крови в органах малого таза, а застой возникает от малой физической активности. Геморрой – болезнь цивилизации, когда человек дома с дивана перебирается в машину или автобус, а оттуда – в кресло (или пусть на стул) на работе. Вечером все повторяется в обратном порядке.

Геморрой может развиваться долгие годы и поначалу никак не заметен. И только когда начинаются боли в области заднего прохода, усиливающиеся во время дефекации, когда в кале появляется кровь, человек начинает думать, что надо бы что-то делать. Если все время откладывать поход к проктологу, то можно довести дело до операции, так что лучше все-таки начинать лечиться как можно раньше, а также изменить стиль жизни, чтобы «разогнать» кровь по организму.

Есть множество рецептов применения мумие при данном заболевании, в основном оно используется местно в разных составах.

- Как общеукрепляющее средство мумие используется в стандартной дозировке внутрь натошак по 0,2 г 2 раза в день (утром и вечером перед сном) 25 дней. Через 10 дней при желании курс можно повторить. В эти же дни нужно постоянно смазывать задний проход как можно глубже смесью мумие с медом в пропорции 1:5—1:8.

Смазывание продолжать 3—4 месяца с перерывом в 30 дней. Хорошие результаты достигаются лечением смесью мумие и персикового масла либо коровьего жира в тех же пропорциях для одновременного приема внутрь и смазывания.

- Можно также сделать мазь из мумие с медом в соотношении 1:3 и вводить ее в прямую кишку. Можно к мази добавить картофельный крахмал и сформировать свечи. Курс лечения и мазью, и свечами – 10 дней. Общее число курсов – от 3 до 5, но иногда бывает достаточно и меньшего их количества. Перерыв между курсами – 5 дней.

- Сделать свечи из мумие. Смешать мумие с медом в соотношении 1:10, добавить картофельный крахмал и сформировать свечи. Более мягко действующие свечи получатся, если 0,8 г мумие растворить в 30 мл молока, смешать раствор с мукой и сформировать из полученной массы 10 свечей. Свечи вставлять в задний проход на ночь. Одновременно на ночь пить по 0,2 г мумие, делая это не раньше, чем через 3 ч после ужина. Курс лечения – 10 дней, перерыв – 5 дней. Обычно достаточно 1—2 курсов для значительного улучшения общего состояния.

- При геморрое, сопровождающемся запором и кровотечением, полезно пить мумие внутрь, растворив в капустном рассоле: на 1 стакан – 0,2 г мумие. Средство принимать 1—2 раза в день.

- Можно приготовить из мумие мазь и смазывать ею ссадины и шишки при геморрое. Для приготовления мази взять 0,5 г мумие, растертого в порошок, на 1 столовую ложку высушенных и растертых в порошок осиновых почек. Порошки соединить, просеять через мелкое сито и смешать со 100 г подсолнечного масла. Мазь настоять в холодильнике до загустения и смазывать больное место на ночь.

- Экстракт мумие с настоем скорлупы кедровых орехов. Залить 1 столовую ложку скорлупы 200 мл кипятка, настоять в течение часа, после чего смешать с 5%-ным водным экстрактом, подогреть до температуры +30 °С и процедить. Принимать экстракт по 50 мл 2 раза в день утром и вечером. Это средство помогает также при многих заболеваниях органов малого таза, в том числе при гинекологических.

- Для компрессов, припарок и промываний, а также и приема внутрь: плоды каштана, высушенные в комнате, измельчить вместе с кожурой, размешать 1—2 чайные ложки измельченных каштанов в 150 мл кипятка, настаивать 10—15 минут, смешать с 200 мл водного экстракта мумие. Смазывать больное место, подмываться, а также пить по 100 мл 2 раза в день.

- Регулярно на ночь полезно делать микроклизмы 5%-ным водным экстрактом мумие (1 мл) с 1 мл кедрового масла.

- Для клизм и обмываний подойдет водный настой мумие, смешанный с отваром листьев лесной земляники. Состав снимет поверхностное воспаление, уменьшит зуд.

- 2 чайные ложки сухого сбора травы горца змеиного положить на 0,5 л воды, кипятить 15 минут на малом огне, настоять, укутав, 2 часа, процедить остывшим. Смешать с водным экстрактом мумие в пропорции 1:2. Принимать по 50 мл 2 раза в день после еды.

- Сделать 5—8 сидячих ванночек из крепкого отвара шелухи лука (коричневого цвета) с добавлением 25 г водного экстракта мумие на каждую ванночку.

- Сидячая ванна по следующей рецептуре: 3 л кипятка окрасить марганцовокислым калием в светло-розовый цвет (обмакнуть влажную спичечную головку в порошок марганцовокислого калия и растворить его в воде), добавить 1 стакан кипяченого молока, 100 мл водного экстракта мумие, 1 столовую ложку оливкового или подсолнечного масла, 1 чайную ложку пищевой соды. Ванну принимать в неглубоком тазике. Температура состава должна быть максимальной, в пределах терпимости; продолжительность процедуры – около часа, пока не остынет вода.

Проводить процедуру лучше перед сном. Полный курс лечения – 12—16 ванн.

- Противогеморройные свечи: к мумие добавить несколько капель воды и, размешивая, получить кашицеобразную массу. В нее добавить безводный ланолин, размешать, затем добавить измельченное какао-масло и оставить до затвердевания. Затем раскатать массу в виде стержней, которым придать форму свечей.

Иммунитет – это защитная система организма, которая позволяет уничтожать вредные микроорганизмы, токсические вещества и чужеродные предметы (они объединяются словом «антигены»), вырабатывая против них антитела. Причинами ослабления иммунитета могут быть неправильное питание, стресс, гиповитаминоз, хронические заболевания внутренних органов, бесконтрольный прием антибиотиков (и некоторых других лекарств), нарушение микрофлоры кишечника (дисбактериоз). Первый признак того, что иммунитет ослаблен: разнообразные простудные заболевания. Если человек начинает простужаться чаще 4 раз в

год, если слабость в теле и регулярный насморк постоянно напоминают о себе, то следует задуматься о поднятии иммунитета. Аллергия – еще один признак. Когда аллергия проявляется на самые обыденные вещи, на нее также следует обратить особое внимание. К другим признакам слабого иммунитета относятся синдром хронической усталости и регулярные грибковые заболевания.

Мумие регулирует обменные процессы, нормализует состояние организма, в данном случае оно будет очень полезно.

- Взять порошок из клубней ятрышника, сок граната, сок сливы, пчелиный мед – все по 1 столовой ложке, виноградное вино – 100 мл, воды – 200 мл, мумие – 0,2 г. В 1 стакан кипятка всыпать порошок ятрышника и взболтать до получения густой слизи. В подогретое до +37 °С вино добавить мумие, мед, сок граната и сливы. Этот состав размешать со слизью ятрышника до получения однородной массы. Принимать по полстакана 2 раза в день. Курс приема – 20 дней.

- Растворить 2 г мумие в 10 столовых ложках теплой кипяченой воды и принимать по 1 столовой ложке утром натощак в течение 10 дней. Затем сделать перерыв на 5 дней и курс повторить, при этом еще 2 г мумие растворить в 10 ложках меда и принимать через 3—4 ч после ужина, затем 5 дней перерыв. Очередные 10 дней пить по 2 г водного раствора мумие. Четвертые 10 дней пить по 0,2 г водного раствора и 0,2 г медового, затем перерыв 10 дней. Всего провести четыре 20-дневных курса.

- В 6—8 г мумие добавить несколько капель воды, довести до кашицеобразного состояния, добавить 500 г натурального меда, затем тщательно перемешать. Принимать по 1 столовой ложке перед едой 3 раза в день. Хранить в прохладном месте.

Мумие в косметологии

Поскольку мумие обладает множеством полезных свойств, его применение в косметологии является вполне оправданным. Оно входит в состав кремов, масок, составов для массажа.

В качестве основы для приготовления кремов или масок с мумие можно использовать персиковое или оливковое масло, косметические питательные кремы, медицинский вазелин, глицерин или ланолин безводный.

- Для улучшения цвета лица, придания коже упругости и эластичности можно приготовить следующий крем: растворить 5 г мумие в 1 столовой ложке теплой кипяченой воды. Эту массу вмешать в 100 мл детского крема. Крем наносить на очищенную кожу лица, шеи, области декольте и рук тонким слоем и втирать легкими массажными движениями 1 раз в сутки. Если сюда добавить лавандовое масло, то этот крем подойдет для ухода за сухой и гиперчувствительной кожей.

В этот же крем вместо лавандового масла можно добавить по 30 мл сметаны и отвара петрушки, и тогда крем поможет избавиться от небольших пигментных пятен или пятен от неровного загара.

- Очищающая и питающая маска для лица: развести 2 г мумие в теплой кипяченой воде до состояния густой сметаны, нанести на лицо, через 15—20 минут смыть теплой водой.

- Питательная маска с противовоспалительным действием: 2 г мумие растворить в 1 чайной ложке воды, добавить 20 мл молока (для жирной кожи) или 20 мл 15%-ных сливок (для сухой кожи), 1 чайную ложку меда, 1 яичный белок (для жирной кожи) или 1 яичный желток (для сухой кожи), все тщательно перемешать и нанести на кожу. Через 30 минут смыть теплой водой. Рекомендуется делать 1 раз в неделю.

- Смягчающая маска: 2 г мумие смешать с настоем ромашки до консистенции негустой сметаны и нанести на лицо, шею и область декольте. Через 20 минут смыть маску прохладной водой. Для приготовления настоя ромашки 1 чайную ложку сухих цветков ромашки залить 1 стаканом кипятка, накрыть емкость и оставить для остывания, пока настой не станет комнатной температуры. Потом процедить, и можно добавлять мумие.

- Маска для проблемной кожи: смешать на водяной бане 0,2 г мумие с 1 чайной ложкой меда.

Нанести полученную массу на проблемные участки кожи, через 20 минут смыть теплой водой. Такая маска очищает и питает кожу, устраняет воспаления и покраснения.

Иногда у женщин после беременности и родов на коже возникают растяжки (стрии). Мумие может убрать их или уменьшить их заметность.

- 4 г мумие растворить в 1 столовой ложке теплой кипяченой воды до кремообразного состояния и вмешать эту массу в 1 тюбик детского крема. Полученный состав втирать в места растяжек 1 раз в день. Крем лучше хранить в холодильнике.

- Взять 500 мл молочка для тела, или косметического крема пониженной жирности, или 500 мл тоника и смешать с 4 г мумие. Полученную массу наносить на области растяжек вечером, втирая круговыми движениями.

- Смешать 1 г мумие с 1 столовой ложкой розового масла. Полученную массу втирать в область растяжек на ночь. Такую смесь хранить нельзя, его надо готовить перед каждым применением.

Целлюлитом, судя по окончанию «-ит», должно называться воспаление. И так действительно именуется флегмона (разлитое гнойное воспаление) подкожной жировой клетчатки. Но гораздо большую известность принесло этому слову другое понятие, с воспалением абсолютно никак не связанное. Все-все-все под целлюлитом подразумевают изменения в подкожно-жировом слое, из-за которых в нем нарушается микроциркуляция и отток лимфы. В итоге кожа начинает выглядеть как «апельсиновая корка». Дело в том, что именно в этих отделах кожи жиры образуются. По идее, они должны выводиться с помощью лимфы в другие части организма, но из-за нарушения оттока никуда не выводятся и скапливаются там же, под кожей. Целлюлит не является болезнью, и кампания против него началась лишь в 1973 году с подачи владелицы косметического салона Николь Ронсар, которая стремилась привлечь новых клиентов для своего салона.

Но уж если так случилось, и женщины теперь озабочены состоянием своей кожи, то для улучшения ее питания и уменьшения застойных явлений в подкожном слое можно применить следующие рецепты, которые помогут увеличить отток лимфы и нормализуют состояние кожного покрова.

- 2 г мумие растворить в 1 столовой ложке теплой кипяченой воды. Потом перемешать с 100 г детского или другого косметического крема. Втирать в область локализации целлюлита 1 раз в сутки. Эту смесь можно использовать в качестве состава для антицеллюлитных обертываний. Хранить крем лучше всего в холодильнике.

- Масло с мумие: 1 г мумие смешать с 1 столовой ложкой апельсинового, розового или мятного масла. Полученную смесь втирать в области целлюлита 1 раз в день перед сном. Можно использовать и для антицеллюлитных обертываний.

Обертывания проводятся так: сначала кожу в нужном месте очищают скрабом. Затем на

эти места наносят крем с мумие и обертывают кожу полиэтиленовой пленкой. Потом на все время процедуры ложатся под одеяло – обычно это 20 минут. После этого пленку снимают и принимают теплый душ. Вытираться полотенцем надо мягко, аккуратно, не тереть кожу, можно нанести на нее увлажняющий крем.

Антицеллюлитные обертывания противопоказаны:

- при сердечно-сосудистых заболеваниях;
- при наличии повреждений кожи;
- при варикозном расширении вен;
- при хронических или обострившихся гинекологических заболеваниях (в этих случаях противопоказан перегрев в области таза);
- во время беременности.

Подростков и молодых людей часто донимают прыщи и угревая сыпь, которая появляется из-за гормональных изменений в организме подростка. Угри – это гнойнички на коже лица, верхней половины груди и спины. Обычно, чтобы избавиться от прыщей и угрей, требуется комплексное лечение, а мумие может быть применено местно как противовоспалительное и улучшающее обмен веществ средство.

- Растопить мумие размером с горошину с 1 чайной ложкой меда на водяной бане и полученную смесь нанести на проблемные участки кожи. Через 20 минут массу смыть теплой водой.

- Добавить 5 г мумие в любой крем для лица, перемешать, дать настояться сутки, после чего наносить, не втирая, на участки кожи с угреями. Лучше это делать вечером.

Мумие можно использовать и в оздоровительных ваннах для омоложения кожи тела.

Температура воды для полной ванны должна составить +35—38 °С. Перед такой ванной следует вымыться под душем, чтобы кожа была чистая.

- 10 г мумие растворить в 500 мл прохладной кипяченой воды и половину (250 мл) вылить в набранную для ванны воду. Принимать ванну вечером в течение 25—30 минут, затем ванну оставить наполненной до утра. Утром вылить немного остывшей воды из ванны, добавить вторую половину раствора мумие и долить горячей воды столько, чтобы температура воды в ней была +35—36 градусов. Рекомендуется провести такой курс из 20 ванн с мумие.

Разнообразные полезные свойства мумие подходят для ухода за волосами и кожей головы. Вот несколько рецептов.

- 2 г мумие разбавить в 300 мл воды и за 2 часа до мытья волос обрызгивать этим раствором корни волос из пульверизатора.

- Растворить 1 г мумие в 100 мл настоя мяты и лопуха. Для приготовления такого настоя взять в равных пропорциях листья мяты и корни лопуха. 1 столовую ложку этой смеси заварить в 1 стакане кипятка. Настой охладить до температуры +40 °С и процедить. В процеженном настое растворить мумие. Полученный раствор втирать в кожу головы 1 раз в день, волосы потом не мыть и не споласкивать.

- Перемешать 5 г мумие и 50 г меда с 200 мл теплой воды, добавить туда 1 столовую ложку облепихового сока. Полученную смесь втирать в корни волос за 30 минут до мытья головы.

- При перхоти и зуде головы, для укрепления и усиления роста волос: 15—20 г сухих измельченных корней лопуха залить 200 мл кипящей воды и настаивать на водяной бане 10—15 минут. Отвар охладить, процедить и добавить в него 2 г мумие. Втирать в кожу

головы 1 раз в день, потом промывать голову не надо.

- Чтобы волосы стали гуще и здоровее: 1 столовую ложку сока алоэ, 1 чайную ложку чесночного сока, 1 столовую ложку меда перемешать и растворить в этой смеси 2 таблетки мумие по 0,2 г. Добавить два желтка и размять состав деревянной ложкой. Нанести состав на кожу головы, равномерно распределив расческой, не втирать. Надеть на голову купальную шапочку, намотать поверх шапочки теплый платок. Держать состав 20 минут, потом смыть, тщательно прополоскав волосы. После основной процедуры можно провести дополнительное ополаскивание травяным отваром. Взять траву крапивы и хвоща полевого в равных пропорциях, 3 столовые ложки этой смеси залить 1 л кипятка, настоять 30 минут. Он хорошо помогает, если после маски появятся неприятные ощущения на коже головы (чесночный сок может действовать раздражающе). Таким способом мыть голову нужно 5 дней подряд.

- Для лучшего очищения волос и кожи головы, для улучшения кровообращения в коже и предотвращения выпадения волос, а также для придания волосам мягкости и блеска рекомендуется добавить 2 г мумие на 1 средний флакон шампуня. Такой шампунь нужно наносить на волосы, вспенивать, затем оставлять на 3—5 минут и потом смывать теплой водой.