

тропинка к здоровью



Г. А. Гарбузов

ЧЕРНЫЙ ОРЕХ и другие орехи-целители

Г. А. Гарбузов — целитель,
который поможет!

«ЗОЖ» подтверждает



 ПИТЕР®

- трилистная крапива (картинка)
- принцип исцеления ореха.
- во видах орехов.
- 10 стр. - грецкий орех.
- чай из листьев грецкого ореха (уши с. 84).
- грецкий орех при кандидозе и др. кожных заболеваниях.
- интоксикационное средство и лечение галетью поческушанина, при физ. и умств. нагрузках.
- свар от камня.
- при поражениях почек - мазь; эликсир Година от рака (83).
- тодиками; 89 - применение керосина над ангиомиом.
- орех маньчжурский при лечении рака.
- кедровый орех (рекордсмен по витаминам), кедровое масло.
- ташник В3 цветет в интоксикации.
- лекарственные препараты на кедровом орехе (помогает при бронхолегочных заболеваниях).
- симвки, масло и молоко из кедра.
- кедровое масло.
- 10 стр. - фундук.
- 113 стр. - арахис (содержит много олеиновой кислоты (119)).
- 120 - миндаль (горький и сладкий)
- 122 - миндаль (содержит много олеиновой кислоты (122)).
- 123 - орешки (успокаивает бронхит, вводит везикулы и пята на коже).
- содержание витамина С в грецком орехе



Г. А. Гарбузов

ЧЕРНЫЙ ОРЕХ и другие орехи-целители



Москва · Санкт-Петербург · Нижний Новгород · Воронеж
Ростов-на-Дону · Екатеринбург · Самара · Новосибирск
Киев · Харьков · Минск

2005

Г. А. Гарбузов

Черный орех и другие орехи-целители

Серия «Тропинка к здоровью»

Главный редактор
Заведующая редакцией
Руководитель проекта
Литературные редакторы
Корректоры
Верстка

Е. Строганова
С. Шевякова
В. Малышкина
В. Малышкина, С. Федорова
М. Степина, С. Федорова
И. Проворов

*Данная книга не является учебником по медицине.
Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.*

ББК 53.525 УДК 615.3

Гарбузов Г. А.

Г20 Черный орех и другие орехи-целители. — СПб.: Питер, 2005. — 128 с.:
ил. — (Серия «Тропинка к здоровью»).

ISBN 5-469-01088-0

Геннадий Алексеевич Гарбузов — известный целитель из Сочи, давний последователь Б. В. Болотова, автор около 100 научно-популярных статей и книг. Его новая книга явилась плодом длительной исследовательской работы по изучению противораковых и других лекарственных свойств черного ореха и создания препаратов на его основе.

Черный орех — растение, обладающее поистине уникальными целебными свойствами. Сейчас доказано, что он является одним из самых сильных естественных антибиотиков. Ученый расскажет также о лекарственных свойствах грецкого, кедрового и других орехов, которые давно зарекомендовали себя как средство избавления от многих недугов.

В книге вы найдете уникальный материал, представленный ученым-целителем, узнаете о результатах лечения с использованием авторской методики из первых уст.

© ЗАО Издательский дом «Питер», 2005

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-469-01088-0

Лицензия ИД № 05784 от 07.09.2001.

Подписано к печати 18.06.2005. Формат 84×108^{1/32}. Усл. п. л. 6,72. Тираж 7000 экз.

Заказ № 1664.

ООО «Питер Принт», 194044, Санкт-Петербург, пр. Б. Сампсониевский, д. 29а.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ФГУП ИПК «Лениздат» Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям Министерства культуры и массовых коммуникаций РФ. 191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

Оглавление

От издателя	5
Глава 1. Черный орех и его секреты	7
История открытия черного ореха	7
Биологические особенности черного ореха	10
Глава 2. Лекарственные препараты черного ореха	19
Спиртовая настойка	19
Препараты на основе черного ореха, выпускаемые в России.	21
Фармацевтические препараты на основе черного ореха, выпускаемые за рубежом	23
Комплексные препараты черного ореха	25
Глава 3. Лечение онкологических заболеваний	48
Особенности онкологической патологии	48
Лечение спиртовой настойкой черного ореха	49
Детский график приема настойки	50
Очищение от микозов	51
Детоксикационные мероприятия	53
Глава 4. Опыт применения черного ореха в России	59
Опыт Асхиты Колпаковой	59
Опыт Г. А. Гарбузова	61
Глава 5. Черный орех и тройчатка против паразитов	66
Тройчатка	67
Глава 6. Эти удивительные орехи	78

Глава 7. Грецкий орех	80
Грецкий орех — диетический продукт	81
Химический состав и лекарственные свойства	83
Лекарственные препараты из грецкого ореха	89
Орех маньчжурский	95
Глава 8. Кедровый орех	96
Кедровый орех — диетический продукт.	97
Химический состав и лекарственные свойства	98
Лекарственные препараты	101
Глава 9. Лещина	109
Фундук — диетический продукт.	110
Химический состав и лекарственные свойства	111
Глава 10. Арахис	113
История арахиса	113
Арахис — диетический продукт.	115
Химический состав и лекарственные свойства	117
Глава 11. Миндаль	120
Миндаль — диетический продукт	120
Химический состав и лекарственные свойства	121
Глава 12. Фисташки	123
Фисташки — диетический продукт	124
Химический состав и лекарственные свойства	124
Заключение	127

ОТ ИЗДАТЕЛЯ

Гарбузов Геннадий Алексеевич — целитель-травник из Сочи, развивший и дополнивший учение Б. В. Болотова о механизмах здоровья. Родился в 1953 году, имеет высшее биологическое образование, кандидат наук, работал в ВНИИЛМ научным сотрудником в отделе интродукции растений. В 1992 году закончил высшие медицинские курсы повышения квалификации врачей по фитотерапии в Кубанской медицинской академии, где затем читал лекции. Профессию фитолога получил при Кубанском аграрном университете.

Геннадий Алексеевич создал плантации редких лекарственных растений-экзотов, которые ранее в России не произрастали и не применялись. Это гинкго, орех черный, мирт обыкновенный, диоскорея кавказская и другие. За последние 15 лет он разработал и внедрил комплексные растительные препараты, такие как «Юглон», «Гинкгокор», «Акан», «Асен», «Персицеразин», «Форпост» и многие другие, широко выпускаемые отечественной фармацевтической промышленностью.

Особое внимание Геннадий Алексеевич уделяет разработке и внедрению новых альтернативных растительных препаратов для лечения и профилактики онкологических заболеваний. Они применяются также в качестве очищающих, дегельминтизирующих, общеукрепляющих, геронтологических и противоатеросклеротических средств.

Геннадий Алексеевич — автор около 100 научно-популярных книг и статей (например, «Опухоли. Основы целительства», «Гинкго — дерево молодости», «Комплексные программы очистки от опухолей»). Готовятся к изданию книги «Закваски и ферменты против 100 болезней» и «Ахиллесова пята онкологии».

Геннадий Алексеевич Гарбузов хорошо известен многим публикациям в газетах «Целитель», «Народный доктор», «Вестник надежды» и других. В этих газетах можно найти благодарственные отзывы людей, которым удалось избавиться от самых разных заболеваний, в том числе и онкологических, когда официальная медицина была бессильна. Приведу одно из таких писем («Вестник ЗОЖ» № 20 (272) за 2004 г.).

Настоящие травники — отзывчивые люди. В этом я убедилась, написав письмо Геннадию Алексеевичу Гарбузову в Сочи. Спасибо ему за консультацию и «ЗОЖ», благодаря которому я нашла этого замечательного человека.

Карпишина Т. П., Воронежская обл.

«ЗОЖ»: Да, подтверждаем, Геннадий Алексеевич Гарбузов именно тот человек, который поможет разобраться в проблеме и пришлет именно то, что надо.

Будьте здоровы и счастливы, дорогие наши читатели. Надеемся, наши книги помогут вам в этом.

Свои пожелания и комментарии направляйте на адрес редакции: 194044, Санкт-Петербург, Б. Сампсониевский пр., д. 29а.

Глава 1

ЧЕРНЫЙ ОРЕХ И ЕГО СЕКРЕТЫ

История открытия черного ореха

Первой об использовании черного ореха при лечении рака заговорила Хулда Кларк — доктор медицины из США. Первоначально она использовала черный орех в целях борьбы с глистами и множеством других инвазий, в том числе и микробной, и получала великолепные результаты. Но поскольку черный орех действует преимущественно на взрослых паразитов, не уничтожая яйца — цисты (период покоя которых достигает 90 дней), возникла необходимость повторных курсов приема спиртовой настойки черного ореха. Таким образом, лечение в ряде случаев затягивалось на многие месяцы. Однако, к своему удивлению, Кларк получила побочный, ранее неизвестный эффект от применения этого препарата. У онкологических больных опухоли начинали потихоньку уменьшаться и рассасываться. Это заинтересовало Х. Кларк, и она решила попробовать использовать этот препарат в онкологии. При этом ее основная идея звучала следующим образом:

изгоните паразитов, в том числе и глистов, и вы вылечите свои болезни, даже рак.

У Х. Кларк появились основания предполагать, что одной из множества причин онкологических заболеваний могут быть паразиты (инвазии и экотоксины — онкофакторы). Да, конечно, выдвинутое доктором Кларк, и не только ею, паразитарное толкование природы рака устроит далеко не всех ученых-онкологов. Ее версия

легко может быть подвергнута критике, разносу и опровержению. Предложенный Кларк рецепт борьбы с паразитами, по ее утверждению, способен уничтожить до 100 видов паразитов без всяких побочных эффектов, чего не может сделать никакое другое лекарство. (Некоторые российские авторы вообще утверждают, что имеется до 1000 видов глистной инвазии, способной существовать в человеческом организме; многих из непрошенных гостей даже не удается определить с помощью тестов.) Однако главной заслугой доктора Кларк является все же открытие противораковых свойств настойки черного ореха.

В ходе проведенных ею исследований выяснилось, что черный орех, настоянный на водке или спирту вместе с гвоздикой и горькой полынью, дает хорошие результаты при лечении рака, в том числе и у детей. Впоследствии такое соединение лекарственных трав стало называться **тройчаткой**. Для избавления от паразитов доктор Кларк также рекомендует сочетание черного ореха с бахчевыми маслами (арбузным маслом) и спирулиной (вместо полыни).

Все три ингредиента надо принимать вместе и при лечении от паразитов. Черный орех и полынь убивают взрослых, активные особи паразитов, а гвоздика — яйца.

Причем, как утверждает Х. Кларк, эта же тройчатка помогает в большинстве онкологических случаев, к тому же болезнь можно остановить практически на любой стадии! С помощью своей рецептуры она лично вылечила около 200 онкобольных. В настоящее время ее методом заинтересовались в Германии и проводят научные исследования.

Опыт работы доктора Х. Кларк показал уникальные лечебные свойства именно черного ореха, в том числе при лечении онкологических и других системных хронических заболеваний. В своей книге «Лечение всех ви-

дов рака» г-жа Кларк перечисляет следующие свойства черного ореха:

✿ Болеутоляющее, противовоспалительное, вяжущее, кровоостанавливающее, кровоочистительное (избавляет кровь от токсинов, личинок паразитов), восстанавливающее кровотоки, рвотное, противопаразитарное (эффективен при туберкулезе).

Также его используют при дерматомикозе, чесотке, экземах, псориазе, для понижения кровяного давления. Он содержит достаточно много йода, что позволяет использовать настойку из молодых плодов для лечения зоба и тиреотоксикоза, при разрыхлении десен, катарактах желудка и кишок, при поносах, рахите и экссудативном диатезе, а также при подагре — внутрь и наружно.

Черный орех является малоизученным лекарственным растением. Исследованием его лекарственных свойств одними из первых занялись ученые кафедры органической и биологической химии и фармакологии Пятигорской государственной фармацевтической академии А. Л. Шинкаренко, С. Д. Соколов, В. И. Дороднева. Они занимались химическим и фармакологическим изучением флавоноидного комплекса из листьев ореха черного.

✿ Ими были получены такие результаты — сумма флавоноидов ореха черного в концентрациях 1:10000—1:1000 увеличивает амплитуду сердечных сокращений и замедляет их частоту в опытах на изолированном сердце лягушки. В дозе 100 мг/кг флавоноиды черного ореха снижают кровяное давление на 53 %, при этом гипотензия продолжается в течение 2 часов. Флавоноиды черного ореха снижают амплитуду и частоту сокращений, тонус изолированных отрезков кишки и матки кошки, обладают спазмолитическим эффектом в концентрациях 1:5000—1:1000. Они снимают спазмы, вызванные хлористым барием, что указывает на миотропный характер действия. За счет содержания органических кислот, эфирных масел, горьких гликозидов черный орех проявляет антисептическое и антипаразитарное дей-

ствия. Но в отношении грибов действует только на половозрелые и промежуточные стадии.

Биологические особенности черного ореха

Черный орех — ближайший родственник ореха грецкого, но родина его Северная Америка, где он произрастает в широколиственных лесах и занимает обширный ареал от штата Массачусетс на юг до Флориды и на запад — до Миннесоты и Техаса. В России он мало известен. Тем не менее ряд отечественных авторов по ошибке в своих статьях и книгах называют черный орех грецким черным орехом, что с ботанической точки зрения неверно и говорит о безграмотности этих авторов. Плоды его крупнее, чем у ореха грецкого, а околоплодник более мощный, мясистый. Кожура ореха очень твердая, из-за чего в питании его не используют. Принадлежит орех черный к тому же многочисленному семейству ореховых, что и грецкий.

В России и странах СНГ произрастает 4 вида дикорастущих орехов (орех грецкий, орех Зибольда, орех обманчивый, орех маньчжурский) и несколько видов интродуцированных (орех черный, орех серый, орех Гиндиса).

На юге России есть посадки этого растения, достаточные для промышленных заготовок. Это дерево хорошо растет и плодоносит в Краснодарском и Ставропольском краях. В городе Сочи имеются взрослые деревья и посадки, которые дают обильный урожай орехов.

Видовое ботаническое название *Juglans nigra* L. Относится к роду и семейству ореховых — *Juglandaceae*. Дерево высотой до 40–50 и диаметром 1,5 м (редко 3 м) с округлой высокоподнятой кроной и стволом, покрытым темно-бурой глубокобороздчатой корой. Листья светло-зеленые, сложные непарноперистые, 25–50 см длиной, из 15–23 яйцевидно-ланцетных с округлым основанием и острой вершиной листочков длиной 6–12 и шириной до 3,5 см. Цветет в середине мая, плодоносит с 10 лет. Скорлупа гораздо твер-

же, чем у ореха грецкого, ее с большим трудом можно разбить молотком.

Растет быстро, зимостоек, относительно засухоустойчив, светолюбив.

Из-за жесткой кожуры ядра ореха редко используются в пищу, хотя по составу они не уступают грецкому ореху. Ценность представляет толстая мясистая кожура ореха, обладающая рядом лечебных свойств.

Биологически активные вещества

В черном орехе содержится один оригинальный компонент. Он является по своей химической структуре 5-гидрокси-1,4-нафтохиноном и назван юглоном. Юглоном достаточно давно известен и уже применяется в качестве консерванта. Оказалось также, что ряд ацетилированных гликозидов группы юглона проявляют выраженную противогрибковую активность. Кроме того, было показано, что юглоны и его производные обладают цитостатической активностью. Исследования были проведены на клетках асцитной карциномы Эрлиха, адаптированной к росту *in vitro* (в пробирке). У бромюглонов была замечена наиболее высокая цитостатическая активность.

В 1961 г., проводя лечение юглоном ряда больных, страдавших различными заболеваниями кожи и слизистой оболочки, было замечено, что на месте его введения появляется чувство жжения. Оно было неодинаковым по интенсивности и продолжительности у различных больных, но возникало неизменно у каждого. Учитывая это качество юглона, его применили как хорошее зудотолющее и помогающее при других симптомах нейродермита средство.

Клинические показания к применению юглона: глистные инвазии; острые и хронические протозойные (в том числе и трихомонадные) инвазии; кандидоз; комплексные программы очищения и оздоровления организма.

Способы применения

В качестве биологически активной добавки рекомендуется принимать по 1 ч. ложке (при тяжелых хронических заболеваниях до 2 ч. ложек) 3 раза в день за 20–30 минут до еды в течение 30 дней; через 1–3 месяца курсы повторяют.

Детские дозы: 0,3–0,5 ч. ложки 3 раза в день.

Применение черного ореха в нетрадиционной медицине

В народной медицине и целительстве учитываются антибактериальное, ранозаживляющее, антисептическое (бактерицидное), глистогонное, антипаразитарное, сахаропонижающее действия, нормализующие углеводный и общий обмен веществ, иммуномодулирующее, фунгицидное (противогрибковое), желчегонное, сосудорасширяющее, регулирующее функциональную деятельность желудочно-кишечного тракта свойства черного ореха.

В связи с этим спектр применения черного ореха в народной медицине намного шире, чем в официальной. Большая часть показаний народной медицины построена с учетом рецептов, предложенных Х. Кларк.

Для лечения гельминтозов, микозов (кандидоз и пр.), ОРВИ, гриппа, псориаза, диабета:

1–2 ч. ложки настойки нужно смешать с 1 ст. ложкой арбузного и 1 ст. ложкой тыквенного масла и принимать 1–2 раза в день за 0,5–1,5 часа до еды. При явных гельминтозах одновременно принимать порошок полыни и гвоздики — по 0,5–1 ч. ложки. Курс — 2–3 недели. После недельного перерыва курс повторить.

Члены семьи и близкие должны обязательно принимать по 2 ч. ложки настойки хотя бы 2–4 раза в неделю. В их кишечнике могут находиться паразиты в разной стадии развития, никак не проявляя своего присутствия. Курс — 500–1500 мл, в зависимости от состава семьи.

Если нет масла, то спиртовую настойку можно развести в 50–100 г воды, можно добавить для смягчения вкуса мед и корицу. Пить маленькими глотками в течение 15 минут. Сочетание с арбузно-тыквенным маслом более предпочтительно, так как облегчит работу печени и почек в период лечения и будет способствовать уменьшению запоров, вызываемых присутствием дубильных веществ в настойке.

Арбузное и тыквенное масло можно приобрести в аптеке.

Тыквенное масло

Препарат обладает гепатопротекторным, репаративным, противовоспалительным, антисклеротическим, противоязвенным и антигистаминным свойствами. Нормализует деятельность предстательной железы. Снижает пролиферацию клеток простаты. Останавливает развитие желчекаменной болезни. У больных с диффузным поражением печени, в том числе алкогольного генеза, с синдромом гипомоторной дискинезии желчного пузыря, стимулирует фильтрационную и выделительную функции почек. Снижает кровяное давление. Уменьшает интоксикацию.

Принимать следует внутрь за 1 час до еды или через 2 часа после, ни в коем случае не запивая холодной водой. Масляные микроклизмы лучше всего делать с помощью разовых шприцев (без иглы!). Для их изготовления 1 ст. ложку масла наливают в 1/4 стакана теплой воды и энергично взбивают в эмульсию.

Арбузное масло

Арбузное масло получают методом холодного прессования из семян арбуза. Изменяя физико-химический состав мочи, оно устраняет причину образования камней, предотвращая развитие необратимых изменений в почках; растворяет и вымывает слизь; благотворно влияет на снятие воспалительных процессов в мочевыводящей системе и нормализацию кислотно-щелочного баланса; способствует переходу мочевой кислоты из тканей в кровь и усилива-

ет выведение ее почками, предотвращает образование новых камней. Как и в тыквенном масле, в нем наблюдается оптимальное содержание цинка и селена, которые нормализуют деятельность предстательной железы, препятствуя воспалению простаты (простатит), влияют на нормальное сексуальное состояние организма, улучшая сперматогенез; способствуют быстрому заживлению ссадин, ран, ожогов, ускорению роста и восстановлению здорового вида волос, ногтей, мышц; в сочетании с высокой концентрацией олеиновой кислоты стимулируют выработку простогландинов, тем самым улучшая обмен веществ и уменьшая угревую сыпь; снижают вероятность заболеваний раком и сводит практически к нулю риск перехода аденомы простаты (АПЖ) в злокачественную опухоль.

Основной способ применения совпадает со способом применения тыквенного масла.

При **опухолях** 1–3 ст. ложки спиртовой настойки черного ореха влить в 3–4 ст. ложки смеси арбузного и тыквенного масла + 1 ч. ложка гвоздики 3–4 раза в день + 1 ч. ложка полыни 1 раз в день. Смесь принимать перед едой 2–3 недели подряд с недельными перерывами в 6–12 месяцев.

При **явной онкологии, язвах и гастритах** (не в острой форме!) смешивать не с водой, а с 1–3 ст. ложками арбузного и 1–3 ст. ложками тыквенного масел. В период ремиссии принимать 1–2 раза в сутки с перерывами в 3–10 дней.

Для профилактики гриппа, рака, заболеваний ЖКТ, при заражении паразитами, грибками: 1 ст. ложка настойки + 1 ст. ложка арбузного масла + 1 ст. ложка тыквенного масла + 0,5 ч. ложки порошка полыни + 1 ч. ложка порошка гвоздики 1–3 раза в неделю перед едой в течение года.

Лекарственные препараты черного ореха также необходимы, если в вашем доме живут животные. Д-р Х. Кларк в отличие от некоторых отечественных целителей призывает: «Освободитесь от паразитов у животных, а не от самих животных». Периодически проводя противопаразитарную обработку естественным дегель-

минтным настоем черного ореха, вы не только продлите здоровую жизнь своего любимца, но и обезопасите себя от множества болезней, вызываемых сдвигом вашей внутренней флоры и фауны в патогенную сторону.

Запомните: любой вид дисбиоза, то есть серьезного устойчивого нарушения равновесного состояния микроорганизмов внутри каждого из нас, чреват самыми непредсказуемыми заболеваниями — от банального запора до рака, влияет на нормальное функционирование внутренних органов.

Возможно, большинство заболеваний неясной этиологии, то есть таких, когда история, диагноз и пути лечения неизвестны (например, псориаз), многие болезни, относимые к разряду кожных, некоторые виды опухолей и т. п. и вызываются именно дисбиозом и связанными с ним нарушениями работы печени и почек.

Побочные явления и противопоказания

Не употреблять во время беременности. Рекомендуется начинать в первый день с 1/4 ч. ложки, на другой день увеличить на 1/4 ч. ложки и т. д. Иногда при приеме больших доз возможны неприятные ощущения в желудке и головокружения, связанные с временным рефлекторным спазмом сосудов. Дозировку снизить, постепенно довести до рекомендуемой. Возможны запоры, которые снимаются любым из бахчевых масел в количестве 1–5 ст. ложки с несколькими каплями лимонного сока за прием. Необходимо учитывать, что усиленный прием настойки черного ореха может наряду с воздействием на патологическую инвазию и микрофлору, подавлять и полезную составляющую.

В связи с этим в промежутках между курсами нужно принимать продукты, содержащие бифидобактерии, например курингу. У ослабленных больных, кроме того, возможно усиление общей интоксикации организма на период лечения и 1–2 недели после него. Это связано с гибелью огромного количества паразитических микроорганизмов, обитающих в наших тканях и особенно в кишечнике. Чтобы избежать этого, в период приема настойки и 1–2 месяца спустя выпивай-

те 5–10 чашек зеленого чая. Такой режим облегчит работу желудка, печени и почек по выведению токсинов и будет способствовать эвакуации отходов организма и продуктов жизнедеятельности паразитов.

Сходства и различия черного и грецкого ореха

Лекарственным сырьем в обоих случаях являются листья, свежие недозрелые плоды и околоплодники.

Лечебные свойства ореха черного и грецкого очень похожи. Поскольку орех черный является ближайшим родственником ореха грецкого, то их химический состав также сходен, поэтому в народной медицине их часто применяют как аналоги.

Основными действующими веществами являются юглоны, полифенолы и летучие ароматические вещества. Различие лишь количественное — их концентрация в кожуре черного ореха намного выше. Этим объясняются более целебные свойства черного ореха. При лечении отдельных заболеваний часто необходимы очень высокие концентрации этих веществ. В противном случае не достигается должного лечебного эффекта.

Этим можно объяснить, почему ранее применявшиеся при многих заболеваниях препараты из грецкого ореха, в том числе тодикамп, не давали стабильного лечебного эффекта. Отдельные факты излечения онкобольных с помощью грецкого ореха врачами не принимались во внимание из-за того, что лечебный эффект при повторных случаях заболеваний часто не повторялся. Точнее, процент излечения с помощью грецкого ореха был слишком низок. Применение же в этих случаях черного ореха существенно повышает эффективность действия нового препарата за счет повышенной концентрации действующих веществ. Это и способствовало тому, что ряд врачей обратили на него внимание.

Известно, что рекомендуемые ранее дозы применения препаратов из грецкого ореха для лечения онкологиче-

ских заболеваний были занижены. Связано это с тем, что керосин, используемый в качестве растворителя в препарате тодикамп, ядовит, а значит, большие дозы потребления керосина невозможны. В то же время концентрация растворимых в нем эфирно-масляных и фитонцидных веществ невысока, что связано с недостаточно высокой их концентрацией в кожуре грецкого ореха. Реальные лечебные дозы не были известны, так как специальных клинических испытаний по этому поводу не проводилось. А настойку на керосине тодикамп предлагалось применять от 30 капель до 1 ч. ложки за один раз, чего явно недостаточно для достижения нужного лекарственного эффекта.

Если сравнить аромат двух вместе взятых плодов грецкого и черного ореха, то можно почувствовать, что аромат черного ореха существенно сильнее аромата грецкого. Это говорит о том, что содержание летучих ароматических веществ в последнем намного больше. А поскольку именно они и экстрагируются в керосине, то естественно ожидать, что настойка черного ореха будет намного эффективнее, чем настойка грецкого.

Выяснено, что спиртовая настойка черного ореха концентрированнее настойки грецкого в 4–5 раз! А поскольку лечебная ударная доза черного ореха, применяемая иногда при лечении онкологических заболеваний, достигает 16 ложек в день (или 75–100 г), то для такого же лечебного эффекта надо ежедневно пить 300–500 г настойки грецкого ореха, что нереально. Получение же чистого концентрата лечебных веществ пока проблематично. Это связано с тем, что биологически активные вещества, которые содержатся в живых незрелых оболочках плода и листьях, крайне нестабильны и быстро окисляются, что приводит к утрате препаратом лечебных свойств.

Однако те, кто имеет возможность лечиться грецким орехом, могут делать из него водные настои, которые

также лечебны, а самое главное, они могут приниматься в больших количествах, вплоть до литра в день.

У этих настоев есть один серьезный недостаток: их нельзя долго хранить (не более 3–5 дней в холодильнике). Поэтому вам придется каждый раз делать новый настой или хранить его в морозильной камере. При этом надо внимательно следить за тем, чтобы настой не окислился — не приобрел черный цвет. В этом случае он теряет свои лекарственные свойства.

Подобная ситуация с лечебными противораковыми свойствами полифенольных веществ, содержащихся только в зеленом чае. Из него было выделено полифенольное вещество эпигаллокатехингаллат, которое было опробовано на животных.

В ходе эксперимента выяснилось, что подопытные животные оказались в 4 раза менее восприимчивыми к искусственно вызываемым злокачественным опухолям. Выяснилось, что только зеленый чай является самым реальным и дешевым средством профилактики многих видов раковых заболеваний. Правда, чтобы напиток обеспечивал профилактику рака, доза зеленого чая должна быть 10–20 и более чашек в день. На первый взгляд она кажется нереальной, хотя, если сравнить с необходимыми 14 стаканами воды, рекомендуемыми для приема в течение суток многими целителями, все кажется не таким страшным.

Как в чае, так и в орехе полифенолы при окислении переходят в хиноны и приобретают бурую, а затем черную окраску. Недоокисленный настоящий зеленый чай имеет золотисто-зеленый цвет, а водный настой ореха — зеленовато-изумрудный. Сочетание лечебных свойств зеленого чая и ореха, по-видимому, даст усиление общего лечебного эффекта, так как расширяет спектр лечебных полифенолов.

Глава 2

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ ЧЕРНОГО ОРЕХА

Спиртовая настойка

Основным лекарственным препаратом черного ореха является спиртовая настойка, которую можно изготовить самостоятельно или заказать у автора по адресу: Сочи-2, а/я 159, Гарбузову Г. А.

Спиртовая настойка черного ореха

Для изготовления настойки черного ореха употребляют 50-процентный спирт или водку и мягкую (полузрелую) оболочку черного ореха. Использовать орех лучше целиком, не раскалывая, поскольку активные ингредиенты находятся именно в зеленой наружной оболочке. Вымытые орехи укладывают в стеклянные банки под горлышко, а затем заливают спиртом под самое горлышко, чтобы не оставалось воздушного пространства, так как воздух окисляет и портит препарат. Добавьте 1 ч. ложку витамина С, закройте как можно плотнее полиэтиленом, а сверху — крышкой и оставьте на 3–5 дней. Затем орехи удалите и добавьте по 1 ч. ложке витамина С на каждый литр. Благодаря этому цвет настойки окажется зеленым. Если банки закрываются металлическими крышками, то под крышки надо положить прокладку из полиэтилена. Целебные свойства настойки сохраняются несколько лет (если банки не открывать), даже если настойка при этом потемнеет.

Настойку нельзя разводить водой даже непосредственно при употреблении. От контакта с воздухом настойка темнеет и теряет свою целебную силу. Перед употреблением настойку из больших банок лучше раз-

лить по маленьким бутылкам из темного стекла таким образом, чтобы не оставалось воздушного пространства между пробкой и настойкой. Если настойка начинает терять зеленый цвет, добавьте в нее витамин С.

Способ хранения и использования

Настойку хранят в темноте, в прохладе. Сверху под самую пробку заливают слой растительного масла толщиной 0,5–1 см или вазелин, чтобы препарат не соприкасался с воздухом (препарат при открывании бутылки быстро окисляется и чернеет). Это максимально уменьшит соприкосновение препарата с воздухом, когда вы будете отливать от него ежедневные порции.

Хорошо бы иметь для хранения настойки химическую лабораторную посуду, имеющую краники для слива или сливную трубку с зажимами. При этом отпадает необходимость наклонять бутылку при отливании порции, что неизбежно приводит к соприкосновению препарата с воздухом даже при наличии изолирующего слоя из масла. Некоторые пациенты применяют для отсасывания препарата специальные шприцы или химические стеклянные трубочки-бюретки.

Показания к применению настойки черного ореха

Настойка окажет положительное действие:

- при всех видах онкологии, в том числе доброкачественных опухолях, мастопатии, фиброме, аденоме простаты;
- гипо- и гипертонии;
- диабете;
- рассеянном склерозе;
- кожных заболеваниях — псориазе, экземе, диатезе, нейродермите, грибковых заболеваниях, сыпи различного происхождения;

- хронической усталости, головных болях, мигрени;
- заболеваниях кишечника, в том числе колите, язвенном колите, дизентерии, геморрое;
- заболеваниях желудка, в том числе гастрите и язве;
- заболеваниях печени;
- болезни простаты;
- болях в мышцах, костях и суставах, артрите;
- зашлакованности организма, опухоли лимфатических желез (лимфаденит), излишней полноте, преждевременном старении.

Алкоголикам, больным циррозом, а также детям рекомендуется принимать водный настой, который, к сожалению, хранится гораздо хуже. Допустимо использовать как консервант мед (1 : 1).

Препараты на основе черного ореха, выпускаемые в России

Нуксен — это гомеопатическая настойка и первый из разработанных и производимых в нашей стране препаратов из ореха черного.

Показания

Применяется настойка при острых респираторных и простудных заболеваниях верхних дыхательных путей, хронических тонзиллитах, заболеваниях ротовой полости, нарушении деятельности ЖКТ, для лечения и профилактики сахарного диабета, а также как иммуномодулятор.

Юглон зарегистрирован Минздравом РФ как БАД (биологически активная добавка) с 2003 г. Выпускается в г. Сочи НТК «Жизненная сила». Он создан полностью в соответствии с рецептом американского врача Х. Кларк из книги «Неизлечимых болезней нет», в которой она приводит много примеров излечения онкозаболеваний с помощью черного ореха. Состоит юглон из жидкого экстракта черного ореха с аскорбиновой кислотой.

Показания

Безвредный антибиотик, глистогонное (нейтрализует около 100 видов паразитарных возбудителей) и желчегонное средство. Лечит экзему, нейродермит, простатит, нарушение функций щитовидной железы. Регулирует деятельность желудочно-кишечного тракта, излечивает иммунодефицитные состояния. Используется для лечения воспалений женской половой сферы, кист яичников, хронического пиелонефрита, уретрита, а также туберкулеза.

Препарат широко используется в народной медицине и при многих других заболеваниях, в том числе онкологических.

При применении препарата в качестве антигельминтика необходимо знать, что он действует только на взрослых особи. Учитывая, что цикл покоя многих цист (яиц) глистов составляет примерно 2 месяца, необходимо проводить повторные курсы через каждые 2 месяца. Всего за год целесообразно провести 2–3 курса.

Комплексные препараты на основе черного ореха

В Пятигорской государственной фармацевтической академии совместно с научно-производственной фирмой «ФИТЭКО» (г. Ростов-на-Дону) разработана серия БАДов, содержащая в качестве одного из доминирующих компонентов экстракт из околоплодника черного ореха. Работают с подобными композициями, содержащими извлечения из этого растения, и ряд крупных отечественных фирм. Однако возможности этого замечательного растения далеко не исчерпаны, поэтому ими предложена оригинальная фитокомпозиция, представляющая собой комплексный суммарный экстракт, включающий помимо околоплодника ореха черного цветы арники горной и плоды каштана конского.

Каштан конский обладает противовоспалительным, противоотечным, обезболивающим и капилляроукрепляющим свойствами. Многочисленные экспериментальные исследования позволили рекомендовать различные препараты каштана конского к клинической

апробации, а затем к широкому применению в медицине. Их используют для профилактики и лечения различных сосудистых заболеваний: послеоперационных тромбозов, посттравматических отеков, воспаления, тромбозов.

Антиагрегатное и антикоагуляционное действие конского каштана обуславливают его эффективность для профилактики тромбозов. Противовоспалительные, противоотечные и капилляроукрепляющие свойства, способность уменьшать проницаемость плазмолимфатического барьера способствуют ликвидации клинической симптоматики.

Сочетание этих трех составляющих позволит обеспечить венотонизирующее, капилляроукрепляющее, противовоспалительное, обезболивающее, смягчающее, противоревматическое действие и использовать настоящую композицию в лечебно-профилактических целях в дерматокосметике.

Фармацевтические препараты на основе черного ореха, выпускаемые за рубежом

Необходимо отметить, что все препараты из черного ореха выпускаются в США, то есть на родине черного ореха. Причем выпускают их в больших количествах почти все крупные компании, занимающиеся производством природных препаратов. Препарат получил широкое распространение и почти всегда рекомендован в комплексных программах очистки и оздоровления организма.

Black Walnut — натуральная биологически активная добавка с антипаразитарным действием. Продукт фирмы *VitaLine*.

Фармакологическое действие

За счет содержания органических кислот, эфирных масел, горьких гликозидов обладает антисептическим и антипаразитарным действием, а в отношении гельминтов действует только на половозрелые и промежуточные стадии.

Клиническое применение

- глистные инвазии;
- острые и хронические протозойные инвазии;
- кандидоз;
- комплексные программы очищения организма.

Напоминаю, что после курса лечения черным орехом показано назначение препаратов, содержащих гвоздику и полынь, которые убивают и личинки паразитов.

Противопоказания: не принимать во время беременности.

Способ применения

По 0,5–2 пипетки 2–3 раза в день (с водой или соком) перед едой и/или сном. Наилучший результат достигается при постепенном увеличении дозы препарата в течение 2 недель, с перерывом в неделю перед повторным курсом.

Black Walnut Leaves — лист черного ореха. Препарат фирмы *Coral Club*.

Состав

Листья черного ореха (487,5 мг), небольшое количество арабской камеди, фосфат кальция, целлюлоза, растительное масло, стеарат магния, зеин (белок кукурузного зерна).

Черный орех богат витаминами, минералами, аминокислотами, поэтому особенно полезен для истощенных больных людей, страдающих авитаминозами. Количество витамина С в нем в 8 раз больше, чем в черной смородине, и в 50 раз больше, чем в цитрусовых, что делает его прекрасным антиоксидантом.

Листья черного ореха содержат значительное количество линолевой кислоты, потребление которой способствует снижению уровня холестерина в крови. Эта пищевая добавка также способствует снижению в крови содержания сахара.

Листья черного ореха применяют при стригущем лишае, экземе, экссудативном диатезе, псориазе, гнойничковых и ал-

лергических заболеваниях, угрях. Он помогает при некоторых формах туберкулеза кожи, гортани, туберкулезном лимфадените. Черный орех также обладает бактерицидным действием, способствует заживлению ран, язв, обморожений, останавливает геморроидальное кровотечение, может использоваться как противоглистное средство при выведении круглых глистов; укрепляет зубы и десны.

Препарат оказывает целебное действие:

- при простудных заболеваниях (ОРЗ, ОРВИ, гриппе);
- острых бронхолегочных заболеваниях (трахеите, бронхите), остром фаринголарингите, катаре верхних дыхательных путей;
- хроническом тонзиллите;
- гайморите и синусите;
- заболеваниях зубов и полости рта;
- язвенной болезни;
- хроническом гастрите, гастроэнтероколите, дисбактериозе;
- кожных болезнях;
- авитаминозе;
- гельминтозе и лямблиозе;
- межреберной невралгии.

Применение

Принимать по 2 таблетки 2 раза в день во время еды. Не рекомендуется применять в течение длительного времени (более 3 недель).

Комплексные препараты черного ореха

К сожалению, идеальных лекарств не бывает. Не может быть таковым и настойка черного ореха. В ряде случаев онкологических заболеваний ее прием не результативен, особенно, как показывает наша практика, для органов, удаленных от желудочно-кишечного тракта. Тем не менее, учитывая доказуемую определенную эффек-

тивность при ряде опухолей, можно и нужно рассчитывать, что этот препарат в дальнейшем удастся усовершенствовать. В этом могут оказать определенную помощь сложные фитосборы и настойки, действующие синергично и комплексно в разных направлениях, но направленные на одну болезнь, то есть оказывающие многоплановое воздействие. Для этих целей мной предложены новые комплексные препараты на основе черного ореха, но обогащенные и другими растительными компонентами, которые проявили достаточно заметное противоонкологическое действие как в официальной медицине, так и в народной.

Персицеразин

Это первый из предложенных нами комплексных препаратов в виде настойки, в состав которой кроме известного черного ореха также входят листья персика, лавровишни, мирта.

Применяется настойка персицеразин по той же методике, что и настойка черного ореха.

Почему в состав настойки включен мирт, объясню подробнее.

Спектр действия лекарственных средств из мирта очень широк.

В официальной медицине западных стран мирт рекомендован как мягкий природный антибиотик.

В народной медицине лекарственные средства из мирта применяются для профилактики, а также лечения осложнений гриппа, так как действуют на организм мягко. Особенно хорошо давать их детям при аллергии, когда антибиотики противопоказаны.

Учитывая великолепные фитонцидные, бактерицидные, иммуностимулирующие свойства, настои, настойки и сухие листья мирта с успехом применяются при заболеваниях бронхов, легких (эмфиземе, бронхите и т. д.), астме, аллергии, туберкулезе, дифтерии, гаймо-

рите, болезнях горла, костей, мозга, в том числе эпилепсии, для лечения желудочно-кишечного тракта, в том числе и при дисбактериозе, органов брюшной полости, особенно органов низа живота, например при цистите и других заболеваниях мочевого пузыря, гинекологических воспалительных заболеваниях, простатите, пиелонефрите, геморрое, болезнях крови.

Положительный эффект часто проявляется довольно быстро. В справочниках и литературе нигде не упоминается о противоаллергических свойствах мирта, но практика подтверждает и это его свойство, что, возможно, связано с его хорошими противодисбактериозными свойствами.

Настойки, отвары, сборы мирта хорошо сочетаются со многими другими лекарственными травами, особенно в сборах для легких, желудочно-кишечного тракта и т. д. При многих инфекционно-воспалительных заболеваниях внутренних органов мирт — одно из лучших средств. Мирт хорошо справляется и со многими наружными воспалениями, в том числе со свищами, гнойными ранами, опоясывающим лишаем, прыщами, остеомиелитом.

Применение настойки мирта хорошо показало себя при болезнях полости рта, пародонтозе. Ежедневное полоскание рта настойкой мирта, особенно в сочетании с настойкой черного ореха, способно надежно приостановить многие гнилостные процессы, в том числе и кариес зубов.

Ежедневное применение настойки мирта — великолепное профилактическое средство от многих заболеваний.

При воспалительных заболеваниях глаз закапывать настойку 5 листиков мирта растереть руками, залить столовой ложкой кипятка, охладить и закапывать по 2 капли в глаз. Одновременно настойку мирта применять внутрь. Это помогает приостановить нарастающую потерю зрения.

Противотуберкулезные свойства. Особо эффективен мирт в лечении туберкулеза. Как показывает наша практика, эффективность такого лечения значительно усиливается в сочетании его со спиртовой настойкой черного ореха, которую вы можете заказать у нас. Эффективность лечения туберкулеза достигает 60 % при применении настоек мирта и черного ореха и дополнительного применения особой кисло-молочной закваски Курунга, укрепляющей иммунитет. Связано это с содержанием в мирте летучих эфирных масел, в том числе эвгенола.

Антисептические, антимикробные свойства эвгенола известны давно. Современные исследования позволяют отнести эвгенол к туберкулостатическим средствам: они прекращают рост микобактерий туберкулеза в пробирке в концентрации 1 : 8 000. Кстати, спиртовая настойка бутонов гвоздичного дерева, которая входит в состав тройчатки и схожа по своему действию с настойкой мирта, оказывает бактериостатическое действие на дифтерийную палочку, возбудителя сибирской язвы, бактерии холеры, паратифа А и В, чумы, а также вирусов гриппа.

Противовирусные свойства. В последние годы доказана и противовирусная активность мирта, в частности в отношении вируса простого герпеса (*Herpes simplex*, тип I и II). Максимальная эффективность препарата наблюдается в первые часы после начала заболевания. Это значит, что, если лечение начато до деструкции клеток, инфицированных вирусом, на коже не образуется герпетической пустулы и шрама.

Противоонкологические свойства. Ряд ученых предполагают, что некоторые онкологические заболевания тоже вызываются вирусами. Вполне возможно, что известное уже профилактическое противоонкологическое свойство мирта связано с его противовирусной активностью. Возможно, в отличие от профилактических доз

лечебные противоонкологические дозы должны быть многократно (до 10 раз) выше естественных, то есть приближаться до 25–50 г настойки за один раз.

Кстати, гвоздичное дерево, бутоны которого входят в состав предложенной Х. Кларк тройчатки, тоже относится к семейству миртовых. Не целесообразнее ли заменять гвоздику или добавлять мирт в противоонкологические сборы и настойки? В моей практике известны случаи, когда совместное применение серебряной воды, настойки черного ореха, настойки мирта тоже существенно сдерживало развитие опухоли и появление метастазов, особенно при злокачественных опухолях груди и мозга.

Всемирной организацией здравоохранения было установлено, что народы Средиземноморья (Сицилия) болеют определенными видами рака в 100 раз реже, чем другие. Ученый-биохимик М. М. Молодежников, который работал в Никитском ботаническом саду, в 1984 г. показал, что такой высокий уровень иммунитета к онкологическим заболеваниям обеспечивает мирт, употребляемый этими народами как приправа к пище.

3–4 листочка в виде порошка (для его изготовления необходимо размолоть сухой лист на кофемолке) или вместе с лавром при варке, или отдельно травяной чай.

Постоянно употребляйте листья мирта, или фиточай с его добавлением, или спиртовую настойку на водке. Также некоторые травники указывают на эффективность миртовой настойки или сухого порошка из листьев при лечении лейкоза. Я рекомендую усилить известную противоопухолевую тройчатку из черного ореха, полыни, гвоздики с помощью настойки мирта и тополя бальзамического. Их можно принимать параллельно, а можно пить и отдельными курсами.

Антибактериальные свойства. Мирт применяют также при многих устойчивых заболеваниях в области рта, желудочно-кишечного тракта и т. д. Мирт действует на

много эффективнее ряда антибиотиков, лучше их подавляет стрептококки, стафилококки и др. Мирт содержит вещества, которые можно развести в 100 тысяч раз, и они все равно способны убить болезнетворные микробы, бактерии, палочки.

Мирт намного лучше и легче переносится многими больными по сравнению со многими другими травами, имеющими аналогичное действие. Поэтому его с успехом можно предлагать и детям, конечно с учетом детских дозировок. Он прекрасно взаимодействует с другими лекарствами.

При инфекционно-воспалительных заболеваниях

Спиртовую настойку мирта нужно принимать по 25–30 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

Если хорошо переносится, дозу можно увеличить до 0,5–1,0 ч. ложки за один раз, можно разводить его в заварке чая или отваре шиповника.

При онкологических заболеваниях

Порошок из листьев применять до 0,5–1 ч. ложки как приправу в пищу в течение 3–15 месяцев. Через 3 месяца перерыва повторяйте курсы приема.

Настойка. При онкологических и других тяжелых заболеваниях дозу по возможности увеличивать до 2–4 и более чайных ложек за один раз, а количество приемов увеличивают до 5 и более за один раз.

Детские дозы

Для детей до 14 лет количество капель настойки мирта за один раз должно быть столько же, сколько и лет ребенку. Например, ребенку 10 лет, значит, разовая доза — 10 капель.

Детям до 1 года, больным дисбактериозом кишечника, расстройствами, инфекциями и т. д., разовая доза 1 капля с водой. За день не более 2–3 капель.

Противопоказаний к применению мирта не выявлено, то есть он безвреден при соблюдении дозировки.

Меры предосторожности

Маленькие дозы мирта успокаивают, улучшают сон; но повышение доз более 30–50 г может нарушить естественный сон, поэтому на ночь его лучше не принимать.

Способы приготовления спиртовой настойки

150 г измельченных листьев плотно укладывают в банку емкостью 0,8–1 л и заливают 0,5 л 70-процентного спирта или водки. Настаивают 5–15 и более дней в темноте, часто взбалтывая.

На мой взгляд, если бы врачи рекомендовали применение спиртовой настойки мирта взамен предлагаемых ими антибиотиков и других вредных лекарств, то этим могли бы избавить многих больных от частых осложнений как результата такого лечения. Тысячи детей, пролеченных методами официальной медицины, в конечном счете становятся больными с неизлечиваемыми или трудно излечиваемыми формами дисбактериоза. Это первое последствие их «лечения». А отдаленные последствия проявляются со временем в виде астмы, экземы, аллергии, нейродермита, псориаза, кандидоза и многочисленных «неведомо откуда» берущихся последствий. Эпоха антибиотиков и искусственных лекарств должна уходить. Природа — вот настоящая кладовая натуральных лекарств.

Нуждающиеся могут заказать у автора готовую настойку мирта, а также его семена.

Акан

Это неспиртовой комплексный препарат с добавлением черного ореха. Спиртовые препараты, к сожалению, имеют свои недостатки, поэтому нами решено разработать и создать препарат на основе не водочного экстракта, а порошка из листьев лекарственных растений. Порошковые препараты гораздо легче принимаются и лучше хранятся, а принимать их можно длительно, иногда годами, с целью поддерживающего эффекта.

Фармакологическое действие

Антиоксидантное, адаптогенное, противоопухолевое, противопаразитарное, антисептическое, иммуномодулирующее, общеукрепляющее.

Состав

Листья лавровишни, персика, бузины травянистой, черного ореха, полыни горькой, туй западной.

Фитосбор в виде порошка, подобранный с учетом того, что многокомпонентные препараты более эффективны, и на основе имеющегося положительного опыта применения трав в лечении опухолей, как в народной медицине, так и в официальной. Предлагается в качестве дополнения к официальным методам лечения онкологических заболеваний или как альтернативное лечение для тех, кто не может по ряду причин проводить методы лечения официальной медицины или не согласен с ней.

Рассмотрим свойства составных компонентов.

Лавровишня лекарственная. Издревле плоды и листья ее используют для получения настоек лавровишневой воды и масла, применяемых как успокоительное, болеутоляющее средство, при сердечных приступах, сердцебиении и бессоннице. Но наибольший интерес представляет применение в народной медицине в качестве **противоонкологического средства**.

Видимо это связано с тем, что содержащиеся в растении яды в малых дозах являются иммуномодуляторами. В народной медицине, например в Голландии, имеются указания на успешное применение при лечении рака легких, опухолях другой локализации и раковых язвах. Особенно необходимо уделить внимание имеющемуся в народной медицине опыту по применению настоек лавровишни при лечении лейкозов, миелолейкозов, лимфогранулематозов, а также при обычных заболеваниях лимфатических узлов.

Бузина травянистая. Не надо путать ее с бузиной черной (кустарник). С древних времен ее использовали как эффективное противонкологическое средство. Обладает выраженной биологической активностью, в ряде случаев противостоит развитию опухолей, приостанавливает их рост; описаны случаи полного излечения. Чаще всего ее применяют при новообразованиях в грудной железе и других гормонозависимых опухолях, а также при опухолях внутренних органов.

В прессе описан случай излечения ею меланомы (кожный рак). Имеются указания на излечение саркомы почек, саркомы кишечника, рака желудка, яичников. Отчеты о положительных результатах от таких людей (среди них были и дети) были получены через 7–13 лет после начала заболевания. Обычно при таких заболеваниях больные редко живут более 1–3 лет.

Врач-онколог Т. Щедина из Тулы описала, как лечила бузиной от меланомы свою мать.

На 3-й месяц исчезли все метастазы. Медики, наблюдавшие больную в Онкологическом институте им. Герцена, стали очевидцами отступления болезни, а затем и победы над ней. 23 года спустя бывшая больная даже и не помнит о своей прошлой болезни.

Принимают травянистую бузину и от мастопатии, миомы.

Бактериологические исследования болгарских ученых показали, что препараты травянистой бузины обладают сильным антимикробным действием. Они наиболее эффективны против возбудителей уриноинфекций, плохо поддающихся воздействию современных химиотерапевтических средств.

Сироп из черных ягод бузины — сильное биологически активное вещество: противораковое, противоопухолевое, кровоочистительное, укрепляющее иммунную систему. В народе применяется при заболеваниях крови (лейкоз, лимфогранулематоз) и лимфосистемы, масто-

патии, воспалениях женской половой сферы. Также он используется для лечения ревматизма, подагры, артритов, остеохондроза, болезней почек, воспаления мышц.

Все части травянистой бузины обладают удивительной целительной силой. Цветы с молодыми листиками применяют при заболеваниях легких и бронхов, ангинах, стоматитах, воспалительных заболеваниях кожи. Обладают мочегонным и потогонным действием, применяют при отеках сердечного и почечного происхождения, заболеваниях мочевого пузыря.

Персик. Его листья содержат набор биологически активных азотистых полифенольных и других веществ. Учитывая, что персик и лавровишня относятся к одному семейству розоцветных, нужно отметить большую схожесть их химического состава, а также биологически активных веществ. Также необходимо отметить схожесть заболеваний, при которых их рекомендуют. Это объясняет, почему сочетание их в одном препарате лишь усилит их общее действие, проявит эффект синергизма, то есть усиления действия друг друга.

В народной медицине давно уже применяют экстракты из листьев персика для лечения ряда болезней, в том числе онкологических заболеваний. Например, А. А. Плешаков применял водный экстракт из листьев персика для лечения даже запущенных онкобольных на III и IV стадиях. При этом длительные ремиссии были у 25 % онкобольных сроком до 5 лет и у 15 % — более 5 лет.

В США, а также в некоторых странах Европы и Азии при раковых заболеваниях широко применяется цианогенный гликозид — амигдалин (известный под названием «летрил»), который легко добывается из косточек и листьев персика, миндаля. Известен рецепт применения этих ядрышек по 5 штук в день или более (однако нельзя забывать о предосторожности, учитывая их ядовитость).

В официальной медицине были проведены клинические испытания специалистами Онкологического научного центра им. Н. Н. Блохина РАМН (Москва), которые показали, что профилактическое введение препарата мышам в течение 10 дней до прививки злокачественной опухоли приводило к тому, что у 25 % мышей опухоль не развивалась совсем. А у остальных рост ее замедлялся. Клинические испытания подтвердили эффективность применения препарата при лечении больных, страдающих онкозаболеваниями даже на III и IV стадиях в самых разных органах.

Известно, что течение болезни у многих больных сочетается с невыносимыми болями. Исследованиями показано, что применение препарата в течение 4–5 недель приводило к значительному уменьшению и даже полному исчезновению болевого синдрома. Также повышался аппетит, увеличивалась продолжительность ночного сна, повышалась работоспособность. Препарат существенно сглаживал или устранял негативные последствия от химиотерапии почти у всех пациентов. Это позволило Минздраву России официально рекомендовать препараты из персика в качестве дополнительных методов лечения онкозаболеваний.

Основные лечебные и профилактические противоопухолевые свойства персика обусловлены выраженной антиоксидантной активностью за счет удачно сочетающейся группы полифенольных веществ, а также иммуностимулирующих свойств, благодаря, по-видимому, содержанию особых азотистых веществ, в том числе амигдалина.

Также препарат обладает и адаптогенными свойствами, что проявляется в увеличении мышечной и силовой выносливости, повышении порога болевой чувствительности, снижении потенциальных последствий стресса, его профилактике, а также ослаблении симптоматики уже имеющегося стресса.

Исследованиями показана эффективность применения амигдалина и препаратов персика при лечении гинекологических заболеваний. Так, через 3–5 месяцев приема препарата у женщин исчезают симптомы аденомиоза, мастопатий, нормализуется менструальный цикл (исчезают боли, уменьшаются кровопотери). По-видимому, с уменьшением кровопотерь связано достоверное повышение содержания гемоглобина при анемиях.

У мужчин отмечается положительный результат при лечении заболеваний простаты. У детей отмечено улучшение показателей иммунной системы, а также концентрация гемоглобина в крови.

Аналогично успокаивающему эффекту настоек из лавровишни препараты из персика ограничивают действие стресса. Известно, что хронический стресс, как экзогенной природы, так и эндогенной природы, приводит к выраженным нарушениям иммунитета. Препараты из лавровишни и персика сглаживают, смягчают негативные последствия стрессовых состояний, в том числе и эндогенного стресса, возникающего в результате внутренних хронических болезней, болей, переутомления, интоксикаций, онкологических заболеваний и т. д., а также действуют профилактически, то есть предупреждают возможные стрессы.

Снижение потенциальных последствий стресса, его профилактика, а также ослабление симптоматики уже имеющегося стресса говорит о типичных адаптогенных свойствах препаратов из персика. Не зря в Китае персик применялся наряду с женьшенем и почитался как символ долголетия.

Официально препараты из персика рекомендуется использовать с целью профилактики онкозаболеваний и повышения иммунного статуса; для повышения сопротивляемости организма; при повышенных неблагоприятных экологических нагрузках; при лечении за-

болеваний органов дыхания, пищеварения, простаты, а также при гинекологических, сердечно-сосудистых, онкологических заболеваниях; для предотвращения последствий интоксикаций и сдерживания процессов старения.

Туя западная. Широко применяется в народной и гомеопатической медицине. Обладает противовирусными свойствами, особенно хорошо помогает при таких заболеваниях, как простой герпес, опоясывающий лишай, бородавки, кондиломы, базалиома. Способствует рассасыванию новообразований на коже, слизистых оболочках, на железах и внутренних органах с железистым строением. Обладает десенсибилизирующими и иммуномодулирующими свойствами. Возможно, это обусловлено содержанием особых смол, эфирных масел.

Способ применения порошка «Акан»

По 1 ч. ложке 2 раза в день до еды, запивая водой. Длительность применения ежедневно 1–2 года или до выздоровления.

Противопоказания и меры предосторожности

Препарат не следует принимать при индивидуальной непереносимости компонентов, входящих в состав продукта, при беременности. Лавровишня и персик содержат амигдалин, который при кислотном гидролизе распадается с образованием синильной кислоты. При передозировке (выше лечебной) это может привести сначала к появлению возбуждения, а затем угнетению дыхательного центра и ЦНС. При малых дозах препарата это не проявляется.

Совместимость с другими лекарствами и методами лечения

Можно сочетать с химио-, радиотерапией и принимать после операции. Также сочетается с приемом большинства официальных лекарств. При лечении «Аканом» не рекомендуется одновременно применять ядовитые травы. Но лечение совместимо с приемом других трав и другими методами лечения. Проводить такое лечение лучше на фоне

общеукрепляющей терапии с приемом, например, пчелиного молочка, обилия живых овощей, фруктов. Недопустимо переутомление, прием больших доз алкоголя, курение.

Тодикларк

Среди известных природных препаратов, взятых из народной медицины, особое внимание привлекает **тодикамп** — препарат, изготавливаемый на особом, медицинском керосине с экстрактом кожуры грецкого ореха. Но поскольку кора черного ореха обладает более высокими лечебными свойствами, для настойки на керосине предложено использовать именно ее. Новый предложенный препарат объединяет преимущества препаратов, предложенных Х. Кларк и М. Тодика. В их честь препарат назван мною **тодикларк**.

Практика показывает, что тодикларк в несколько раз сильнее, чем тодикамп. Изготавливают его на авиационном керосине с очисткой через особые активированные биофильтры. Практика показывает также, что лечение больных фитонцидными травами, настоянными на водке, дает невысокий положительный результат в лечении кандидоза, особенно на запущенной стадии. Объяснить это можно отчасти тем, что спиртовые экстракты неполноценно экстрагируют жирорастворимые биологически активные вещества. Ранее в печати говорилось, что кандидоз якобы «алкоголик», то есть «любит» лекарства на водке. По-видимому, только в жирорастворимой фракции кожуры черного ореха, получаемой на основе керосина, имеются фитонцидные вещества (фитоалексины), которые максимально эффективно действуют на кандиду. Исходя из этого, целесообразнее рекомендовать при кандидозе именно тодикларк, а не спиртовую настойку черного ореха.

Тодикларк, так же как и тодикамп, обладает способностью высокой проницаемости в ткани (эффект пенетрации). Это обуславливает то, что в ряде случаев в области онкологии он может делать то, что не может

спиртовая настойка черного ореха. Исходя из особенностей тодикларка, его лучше и целесообразнее рекомендовать при тех видах опухолей, которые достаточно далеко расположены от ЖКТ. Это опухоли в легких, женской половой сфере, груди и т. д. Также тодикларк более эффективен при удаленных метастазах.

Кроме кожуры ореха в керосин можно добавлять также ряд других растительных препаратов, которые получили достаточное распространение в народной и официальной медицине, — чагу, тополь, тую и др. Наблюдения показали, что прием орехово-керосинового препарата вместе с чагой улучшил состояние больных более чем в 70 % случаев. В 20 % случаев наблюдалось обратное развитие опухолевого процесса.

Научные исследования по применению в онкологии тодикампа проводил ученый А. Г. Маленков. Он доказал невысокую токсичность этого препарата и считает достаточно эффективным применение препарата для лечения рака легких, молочной железы, щитовидной железы, почек, мочевого пузыря, предстательной железы, прямой кишки. Препарат предупреждает рецидивы и метастазирование, в том числе опухолей мозга, желудка, поджелудочной железы и яичников.

Лечебные свойства тодикампа ученый объясняет:

- выведением организма из состояния хронического стресса, снятием воспаления, что приводит к значительному улучшению состояния, уменьшению или снятию болей;
- мягким и весьма избирательным подавлением и разрушением опухолевых клеток;
- «осумкованием» опухоли, что «гасит» злокачественность и рост опухоли.

Кроме того, керосиновые препараты хорошо действуют на эхинококковую инвазию, которая, по мнению некоторых целителей, является одной из причин онкологических заболеваний. Эхинококкоз практически не

поддается современным методам лечения. Способность керосиновых специальных препаратов подавлять эхинококки доказана на огромном экспериментальном и клиническом материале ведущими учеными Московской медицинской академии и Самаркандского университета. Керосиновые препараты в нетоксических дозах с 98-процентной вероятностью уничтожают эхинококков.

Эта теоретическая подоплека позволяет также рекомендовать чередовать курсы приема тодикларка с настоек черного ореха, так как это должно повысить эффективность лечения, сделать более широким фронт наступления на болезнь. Я предлагаю при ряде онкологических заболеваний чередовать через 0,5–1 месяца курсы этих препаратов. Причем рекомендуется в течение года провести 3 курса приема настойки черного ореха и 3 курса тодикларка. Затем делают перерыв в 6 месяцев и, если необходимо, курсы повторяют.

Показания

Как и тодикамп, тодикларк применяют при радикулите, остеохондрозе, хронических инфильтратах. Благодаря препарату лечатся многие болезни органов дыхания — простуда, бронхит, астма, туберкулез; заболевания желудочно-кишечного тракта: гастрит, язвы желудка, пиелонефрит; сердечно-сосудистой системы: гипертония, склероз, варикоз, ишемия, тромбоз, тромбоз вен; различные воспаления органов — простатит, артрит, артроз, гигрома суставов. Лечатся также шизофрения, отдельные виды бесплодия и, самое главное, онкологические заболевания, в том числе мозга, матки, груди и т. д.

При втирании лекарства в кожу головы в сочетании с легким массажем прекращается выпадение волос. Процедуру надо повторять через день по необходимости. Исчезают насморк и полипы при постановке турунд или закапывании лекарства в нос по 2 раза в день в течение двух дней.

Гайморит и фронтит проходят при 2–3-кратном смазывании скул и лба с легким массажем в течение 3–5 дней.

Тодикларк помогает наладить перистальтику, избавляет от запоров. В народе применяется для лечения геморроя в начальных стадиях, трещин ануса, полипов и кисты. Обычно для этого хватает курса в 10–15 дней. При необходимости его повторяют.

При артритах, артрозе, тромбозах вен, варикозах тодикларк применяют обычно наружно.

Методика применения

Принимают тодикларк чаще всего по 30 капель 3 раза в день до еды, курс — месяц. Затем перерыв — месяц. Так повторяют 3 раза. Следующий цикл курсов повторяют при необходимости через 6 месяцев. При повторных курсах дозу при онкозаболеваниях можно повышать до 1 ч. ложки за один раз, а за день — до 3. На третьем курсе, если все проходило нормально, дозу допустимо повышать до 1,5 и даже 2 ложек. Есть люди, которые легко повышают дозы до 3–5 ложек.

На один курс вместе с наружными аппликациями (на область болезни и печень) и внутренним употреблением обычно уходит 1 бутылочка. А на год таких бутылочек надо 3, поэтому рекомендуем заказывать тодикларк комплектом, то есть по 3 бутылочки. В ряде случаев я рекомендую чередовать через раз приемы тодикларка с настоек черного ореха на водке, что повышает эффективность. Заказать эту настойку можно у автора.

Детские дозы

Детские дозы высчитываются с учетом возраста ребенка или подбираются индивидуально. Обычно разовую дозу подбирают так: ребенку дают столько капель препарата, сколько ему лет. Например, ребенку 3 года, ему дают 3 капли. В последующие курсы, если ребенок переносит нормально, дозу можно увеличить в 2, а иногда и в 3 раза. Дети 16–18 лет принимают взрослые дозы.

Некоторые целители рекомендуют в период проведения первых курсов тодикларка применять заниженные дозы — от 5 капель 3 раза в день, прибавляя по одной ежедневно и доведя до 15 капель 3 раза в день, затем уменьшают до 5 капель. Это позволяет организму приспособиться к лекарству даже в тех случаях, если у больного непереносимость керосина. Это также подходит для профилактических курсов.

Целесообразно применять вместе с тодикларком (учитывая опыт Х. Кларк и др.) порошок из трав полыни, гвоздики, пижмы или заказать у меня фитосбор акан. Обычно их принимают по 1/3 ч. ложки до или после тодикларка, при необходимости запивая водой. Если порошок полыни или других трав плохо переносится организмом, их можно закатывать в мякиш из хлеба.

Компрессы

Берут марлю в 2–3 слоя, размером 10 x 15 см или более, капают на нее 1 ч. ложку препарата, накладывают компресс на больное место. Сверху укрывают плотной бумагой или тканью. Все это закрепляется и держится до получаса. Обычно такое время не вызывает раздражения кожи, но у некоторых возможно покраснение.

Отдельные пациенты доводят время экспозиции до 4–5 часов. В этом случае иногда возможно сильное раздражение кожи, похожее на ожог. Во избежание ожога участок кожи обрабатывают противоожоговым аэрозолем (есть в аптеках). Новый компресс применяют, только когда все признаки раздражения кожи исчезли (как правило, через 3–4 дня). Обычно таких компрессов делают до 4–6.

В случае открытого рака кожи компрессы лучше разместить вокруг опухоли. При меланоме кожи и других злокачественных или изъязвленных ранах лучше применять аппликации с ионированной серебряной водой в высокой концентрации. Компрессы из тодикларка че-

редуют через день с аппликациями серебряной водой. Курс — месяц, перерыв тоже месяц, затем все повторяют. Для проведения этого лечения нужно будет получить у автора специальную инструкцию.

При раке кожи вместо компрессов можно применить обычное растирание больного участка тодикларком. Процедуру иногда повторяют через каждые 3 часа.

Сочетание с другими видами лечения. Параллельно с тодикларком можно применять и множество других лечебных и общеукрепляющих трав (только не ядовитых), но не за один прием, а обычно с перерывом, например через 30 минут после тодикларка.

Сочетать с тодикларком химиотерапию, прием антибиотиков или других тяжелых медицинских воздействий, таких как облучение, операционное вмешательство, не рекомендуется. В крайнем случае следует снижать дозу тодикларка вдвое или даже больше, то есть подбирают такую дозу, которая не является нагрузкой для пациента и не вызывает внутреннего стресса. При этом можно увеличить длительность курса, например, вдвое. Однако надо учитывать, что при тяжелых заболеваниях, в том числе при раке, гангрене, вышеуказанные профилактические заниженные дозы будут менее эффективны. Дозу в этом случае можно доводить до 2 ч. ложек 3 раза в день.

Тодикларк нельзя совмещать с психотропными и понижающими давление средствами, в противном случае нужно следить за перепадами давления. Тодикларк несовместим с приемом алкоголя, а также с препаратами, содержащими большое количество алкоголя (неприемлем известный метод лечения «водка + масло»). Считается, что лечение тодикларком несовместимо с пребыванием на солнце, переутомлением, стрессами.

Важнейшим свойством препаратов на керосине, в частности тодикларка, является их способность ослаблять или вообще снимать тяжелые, мучительные онкологические и интоксикационные боли. Конечно, утверждать,

что такой эффект обезболивания проявляется у всех, нельзя, но процент обезболивания, согласно моим наблюдениям и письмам больных, принимавших тодикларк, достаточно высок — от 40 до 60 %, причем даже в тех случаях, когда обычные обезболивающие препараты практически не помогали. В некоторых случаях лежащие, нетрудоспособные больные переходили к относительно нормальной жизни без боли, начинали заниматься посильным трудом.

Необходимо отметить, что ряду больных удалось продлить жизнь на несколько лет, что само по себе является определенным достижением. У некоторых больных удалось приостановить, стабилизировать процесс развития опухоли, и даже повернуть процесс вспять. Представляют научный интерес факты исчезновения основной первичной опухоли или ее метастазов, что в определенной степени проливает свет на природу этого заболевания и позволяет утверждать, что это не связано с генетическими нарушениями.

Практика показывает, что даже тяжелобольным, которые потеряли аппетит или не могут есть совсем, прием тодикларка не вредит, более того, спустя некоторое время (7–10 дней) аппетит возвращается.

Противопоказания и меры предосторожности

Недопустимо применять при запущенных заболеваниях печени (цирроз, гепатит). После приема керосина может наблюдаться легкое жжение в животе, отрыжка керосином, иногда поташнивание. Чтобы избежать этих явлений, нужно принимать керосин натошак. После этого иногда рекомендуется 1,5–2 часа не принимать пищи и лучше полежать.

В некоторых случаях возможно усиление болевых процессов, жжения или других симптомов в органах, подверженных патологии. Если это в пределах терпимого, с этим необходимо мириться. При этом следите за самочувствием, особенно за работой почек, печени.

Возможные негативные последствия лечения

Могут отмечаться такие явления, как головная боль, изжога, понос, отрыжка, головокружение, тошнота, слабость, а также боли внутри организма. Это не должно пугать, это обострение, вызванное очищением организма, когда выходят наружу все застарелые заболевания. Со временем это должно пройти. Но если эти негативные проявления от препарата чрезмерно выражены и ослабляют больного, то дозу надо уменьшить, возможно вдвое, или же подобрать индивидуально для больного. Со временем побочные эффекты должны пройти.

Обязательным сопутствующим мероприятием после приема тодикларка должно быть лечение кишечника от дисбактериоза. Об этом подробно описано в моей книге «Дисбактериоз и дисбиоз — причина 1000 болезней». Это помогает более быстрому комплексному оздоровлению всего организма и усилению, восстановлению его защитных сил и жизненной силы. Для лечения дисбактериоза рекомендую заказать у меня закваску курунга — пробиотика из симбиоза оздоравливающих бактерий.

Те, кто по каким-либо причинам не может принимать препарат на керосине, могут заменить его спиртовой настойкой черного ореха. Кроме того, такую настойку применяют также при поликистозах почек, лейкозе, различных глистных заражениях, а водный настой часто рекомендован при диабете, циррозе печени, склерозе. Обычно для последних случаев его смешивают с медом.

Фитотодик

За основу этого препарата взят тодикларк с добавлением для усиления лечебного действия ряда фитокомпонентов. Методика применения фитотодика внутрь аналогична методике применения тодикларка.

Учитывая известные положительные лечебные свойства препаратов тодикамп и тодикларк, мной предложено с целью усиления лечебных свойств тодикларка обога-

тить его рядом лекарственных растений, обладающих также определенными противоопухолевыми, антиоксидантными, антирадиантными, шлакогонными, общеукрепляющими, противовирусными и иными свойствами.

С этой целью в тодикларк вместе с кожурой черного ореха добавляются до 10–20 % от общего веса ореха следующие травы: полынь, чистотел, почки тополя черного или бальзамического или почки березы, лист мирта, лавровишни, лавра, эвкалипта, цветы каштана конского (иногда заменяя их почками, корой молодых побегов или каштанами), туи западной, плоды маклюры.

Указанный комплексный препарат фитотодик дает более выраженные результаты, чем тодикамп, в том числе и при наружном применении — в компрессах, например, над областью опухоли, а также при кандидозе, при приеме вовнутрь, а также в виде мазей, тампонов, свечей.

Мазь

Мазевая основа — глина или тальк, детская присыпка, крахмал. В этом случае смешивают 100 г керосинового препарата с мазевой основой, разведенной водой до состояния сметаны. На одну наружную мазевую аппликацию использовать 1–2 ч. ложки фитотодика. Применяют мазь 1 раз, реже — 2 раза в день. Обычно аппликацию накладывают на 15–30 минут, но некоторые пациенты держат до 2 и более часов. Курс — 15–30 дней. Мазь можно наносить через 1–3 дня, если идет раздражение кожи. Тогда курс длится до 45 дней, и требуется месячный перерыв. При необходимости повторяют за год до 3, иногда более курсов.

При наружно расположенных опухолях мазь размещают над опухолью или вокруг нее. В случае применения поверхностных мазей ее обычно размещают над той областью, где скрыта опухоль, или же над больными суставами, или просто над больным органом. Так же можно применять мазь при внутренних неглубоко расположенных опухолях, нанося мазь над расположен-

ной в глубине опухолью (фиброкистозные мастопатии, остеомные саркомы, а также при саркоматозе легких, пораженных лимфоузлах, метастазах и т. д.). Известны случаи, когда положительные результаты были получены при применении этой мази при демодекозе, то есть кожном клеще, при лечении суставных артрозных болей, лимфоаденитах.

Тампоны

Для применения тампонов при лечении гинекологических заболеваний, например миоме, раке матки и других, делают состав из самой обычной глины, которая имеется почти везде. Доводят до консистенции пластилина, скатывают в виде сосиски и оборачивают марлей в один слой. На тампон капают 3–5 или, если хорошо переносится, немного больше капель тодикларка или фитотодика. Такой тампон вставляют внутрь как можно ближе к шейке матки. Держат 2–3 часа. Курс — месяц, потом перерыв, и все повторяют. В моей практике были случаи излечения миомы, когда отпала необходимость в операции.

Глава 3

ЛЕЧЕНИЕ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Особенности онкологической патологии

Как и многие другие хронические болезни, онкология — многофакторный процесс. Опухоль — это «узлы» запутанных, цепляющихся друг за друга различных процессов, в результате образования которых происходит нарушение их оптимального течения и гармоничного сосуществования. Одно цепляется за другое и тормозит оба процесса, мешая третьему.

Для примера приведем состояние дисбиоза организма¹, которое способствует иммунодефицитным состояниям. Последние сами усиливают дисбиоз, то есть наблюдается закольцовывание, замкнутый круг самовоспроизведения патологического процесса. Иначе говоря, появляются активные процессы, «процессы-паразиты», существующие за счет основных процессов, но действующие в ущерб им.

Основная задача при лечении онкологических заболеваний, заключается именно в «развязывании» первичных, исходных нитей этих узлов. Борьба с инвазией и дисбиозом, являющимися причиной ослабления иммунитета и появления онкологии, — это обязательная составная комплексной программы лечения. Хорошую помощь в этом может оказать применение спиртового экстракта из кожуры черного ореха.

¹ Более подробно о дисбиозе читайте в книге Г. А. Гарбузова «Дисбиоз и дисбактериоз — причина 1000 болезней». — *Примеч. ред.*

Лечение спиртовой настойкой черного ореха

При лечении опухолей и других серьезных заболеваний рекомендуются ударные, то есть намного завышенные, дозы настойки.

Меры предосторожности

Предварительно необходимо провериться на переносимость препарата (отсутствие аллергической реакции и т. п.). Для этого в первый день примите 0,5 ч. ложки один раз в день перед едой на пустой желудок, а на другой день увеличьте дозу на 0,5 ч. ложки и т. д.

После того как вы проверили себя на переносимость препарата, то есть вышли на 2 ч. ложки один раз в день, можно наращивать дозу и принимать лекарство 2 раза в день, то есть на 3-й день — 3 ложки, на 4-й день — 4 ложки... на 8-й день — 8 ложек за один прием. Всего до 16 ложек, а при необходимости и более, например до 16 ложек за один прием. Причем дневную общую норму дробят на части, так чтобы за один раз было не более 4 или 8 ложек. Тем, кто плохо переносит горечь настойки, за один раз принимать не более 4 ч. ложек.

Учитывая, что настойка имеет жгучий горький вкус и что ее не все могут свободно принимать, разрешается во время приема разводить ее и запивать холодной водой, чтобы легче было принимать и не тошнило. Но на такие сверхвысокие дозы (мегадозы) с первого курса никогда не выходите. К ним можно прийти в крайнем случае во время проведения третьего курса, если станет ясно, что принимаемые до этого дозы не оказывают определенного заметного улучшения, и при условии, что организм переносит настойку. Например, профессор В. А. Иванченко противник не только мегадоз, но и ударных доз, так как считает, что они могут привести к осложнениям. Только особо крепкий желудок может выдержать такие дозы, считает профессор.

Тем, кто совершенно не переносит спиртовую настойку черного ореха, рекомендуется пить тодикларк на медицинском керосине (более высококачественный аналог тодикампа).

Если тяжело принимать за один раз 8 и более ложек, то можно разбить эту дозу на большее количество приемов: 3–6 и более раз за день по 1–3 ложки.

В некоторых рецептурах рекомендуется задержаться на 3–4 дня на дозе 16 ложек в день (за 3–4 или более раз в день). Затем нужно постепенно снижать дозировку — на 1 ч. ложку в день.

Курс длится 2–3 недели. Затем нужно сделать перерыв на неделю. Напомню, что принимать настойку следует до еды, на пустой желудок.

Повторение курса. Обычно за год рекомендуется пройти до 2 курсов, то есть повторять курс нужно каждые полгода. Онкобольным целесообразно проводить не менее 3 курсов приема препарата с перерывом в неделю, через каждые полгода.

Последующее профилактическое лечение. Для профилактики рекомендуется регулярно на протяжении всей жизни, например по воскресеньям, принимать тройчатку один раз в неделю.

Детский график приема настойки

Дети должны придерживаться того же графика приема настойки черного ореха, что и взрослые, в течение пяти дней. Начиная с шестого дня следует придерживаться следующей схемы, в зависимости от возраста.

Возраст	Настойка, ч. ложка	Никотинамид, мг
До 6 месяцев	0,25	50
От 6 месяцев до 5 лет	0,5	50
От 6 до 10 лет	1	100
От 11 до 16 лет	1,5	600

Эта схема подходит и для избавления от паразитов. А для лечения онкологических заболеваний необходим более жесткий график. Дозировку необходимо увеличивать до тех пор, пока не появятся признаки улучшения, вплоть до 16 ч. ложек. Длительность лечения должна быть продолжительной, и повторять его надо минимум дважды в год.

При приеме больших доз настойки (3–4 ч. ложки) ее можно запивать или разводить водой, луковым отваром, зеленым чаем, отваром шиповника в любом количестве. Пить маленькими глотками, чтобы не было тошноты. Этот растительный препарат совершенно безвреден, чего нельзя сказать об алкоголе, который может вызывать тошноту.

Если от настойки вас тошнит

- Вам необходимо постепенно привыкать к 8 ложкам за один прием. Можете каждый день увеличивать по 1 ложке или через день.
- Для нейтрализации действия алкоголя на Западе рекомендуют по три таблетки по 500 мг ниацинамида. Его аналогом оказался наш отечественный препарат никотинамид, то есть витамин PP. Он устраняет тошноту и рвоту.
- Полежите примерно час после приема настойки или выйдите погулять на воздух.
- Принимайте противорвотные препараты.

Очищение от микозов

Дополнительной компонентой, извращающей течение процессов, опосредованной причиной ряда трудноизлечимых и онкологических болезней, могут быть микозные инвазии. Для комплексного лечения предложено подобрать такие препараты, которые наиболее эффективно действовали бы на грибковую инфекцию, не разрушая при этом внутриорганизменную экологию (чего не обеспечивают антибиотики).

Мной изучен набор препаратов растительного происхождения, которые действуют как на грибковую инвазию, так и на опухоли.

Ряд американских ученых вполне обоснованно утверждают, что провоцировать онкологические заболевания могут и грибы-дрожжи рода кандиды. Они показывают, что в 30 % случаев онкологические заболевания сопровождаются кандидозом. Поэтому, утверждают они, если вы хотите вылечиться от онкозаболевания, сначала одолейте кандидоз. Другие исследователи связывают онкологию с черным грибом *Aspergillus niger* и множественностью другой микозной инвазии, которая обнаруживается в большинстве случаев онкозаболеваний.

Также кандидоз и другие микозные инвазии боятся эфирно-масляных экстрактов, например масла розового, лавандового, чайного, пихтового, кожуры цитрусовых и многих других. В литературе появились надежные научные данные об эффективном применении масла из кожуры грейпфрута под фирменным названием «Цитросепт».

Особые эфирные масла содержатся и в чесноке. Он превосходит многие лекарственные препараты по противогрибковым свойствам¹.

Очищенный зубок чеснока растирают в кашицу и заливают 50 мл воды, взбалтывают и настаивают. Такую жидкость используют и для капель в нос, спринцеваний, а также приема внутрь по 1 ч. ложке с пищей несколько раз в день.

Для ученых, экспериментирующих с чесноком, сюрпризом было то, что молодая зелень чеснока гораздо полезнее, чем зубки. В связи с этим целесообразно иметь домашнюю грядку из зелени чеснока.

Моя практика показывает, что даже применение всех вышеперечисленных препаратов и ароматических

¹ Более подробно о лекарственных свойствах чеснока написано в книге А. Кородецкого «Чеснок против 100 болезней». — Примеч. ред.

масел обеспечивает не полное излечение, а лишь торможение кандидоза, подавляет его бурное развитие, но до конца болезнь не убирает. По этим же причинам и при лечении онкологических заболеваний иногда возможно лишь отчасти сдерживать развитие болезни. Этим и объясняется, почему некоторые микозы переходят в стадию глубоких микозов, которые фактически не поддаются антибиотикам и методам официальной медицины. К счастью, не все глубокие микозы обязательно переходят в разряд онкологических, но тем не менее процент онкобольных существенно растет. То есть микозы способствуют онкологии, однако не являются ее прямой причиной.

Итак, принципы подходов в лечении онкологических заболеваний во многом должны быть схожи с принципами лечения глубоких микозов, которые тоже практически не поддаются лечению современными методами официальной медицины.

Немаловажное значение в лечении онкологических заболеваний имеет избавление от дисбиоза и выявление факторов, провоцирующих болезнь. В этом суть медицины будущего. Уповать на то, что подавить и излечить глубокие микозы с помощью каких-либо комплексных и особых препаратов, бессмысленно, это невозможно! Это сможет и в состоянии сделать только сам организм. Задача состоит именно в том, чтобы привести организм к такому состоянию, когда он сам сможет бороться с болезнью, в том числе и с онкологической.

Детоксикационные мероприятия

В некоторых случаях при лечении черным орехом, особенно у онкологических больных III и IV стадий, возможно усиление общей интоксикации организма на период лечения и 1–2 месяца после него. Это связано с гибелью огромного количества паразитических микроорганизмов, которые обитают в наших тканях и особен-

но в кишечнике. Эта интоксикация ложится дополнительной нагрузкой на сердечно-сосудистую систему и особенно на ослабленное сердце. В единичных случаях это может привести к критическим и, возможно, предынфарктным состояниям. Поэтому в этот период особенно важно проводить целый комплекс детоксационных мероприятий.

Особенно полезно в этот период принимать до 10 чашек зеленого чая без сахара или пить больше свежевыжатых соков из апельсина, граната, вишни, ежевики, смородины, ирги и других фруктов, которые преимущественно имеют ярко-желтый, красный или черный цвет (благодаря наличию в них особых полифенольных красителей-детоксикаторов), в том числе сок красной свеклы.

Во многих случаях онкология сочетается со многими нарушениями в формуле крови, повышается СОЭ, падает гемоглобин. Наблюдаются и многие другие нарушения.

Применение соков из зелени

Во всех этих случаях необходимо применять живой сок из любых зеленых листьев до 20–50 г в день. Это сок крапивы, листья винограда, разных деревьев, разнотравья лугового и т. д. В зимний период их частично могут заменить листья капусты, ботва свеклы, моркови, а также пророщенные ростки зерен пшеницы, кукурузы и т. д. Можно применять не сок из них, а жмых.

Регулярный прием живых соков и жмыхов растений оптимизирует и стабилизирует кислотно-щелочную среду организма, снимает крены в сторону как закисления, так и ощелачивания среды, что в обоих случаях способствует существованию и развитию опухоли. Но лечебный эффект от соков или жмыха из зелени, овощей появится только при условии устойчивого, регулярного приема. При этом пациент должен знать, что спелые фрукты, сладкие овощи смещают реакцию внутренней среды организма в щелочную сторону, а незре-

лые, особенно сок зелени листьев, побегов, имеют более кислую реакцию.

В этих случаях важно определить, каких продуктов — закисленных или ощелаченных — каждому пациенту нужно больше в данный момент. В этом случае мы рекомендуем пациентам подбирать направленность такой диеты для себя лично методом подбора. Для этого нужно уметь анализировать свое самочувствие, состояние, характер болей, работоспособность, температуру или другие симптомы, в зависимости от того, какие соки использовались в течение 1–3 недель.

Если есть симптомы положительных изменений, значит, вы на верном пути, если идет ухудшение, попробуйте изменить характер живой пищи, сделать ее более щелочной или более кислотной. Но это не значит, что подобранная вами живая пища должна быть неизменной, то есть постоянной.

Встречаются случаи, когда у некоторых пациентов реакция организма меняется со временем на противоположную. В связи с этим соки, зелень, жмых следует подбирать так, чтобы они соответствовали потребностям организма на данный момент. Таким маневрированием, изменением кислотно-щелочного баланса с помощью употребления обязательно живых продуктов (сыроедение!) удастся добиться во многих случаях регрессии вашей патологии, увеличить защитные силы организма и заставить его самого бороться с болезнью.

Кроме того, нужно параллельно вычищать, восстанавливать, лечить и детоксицировать кишечник. В больших количествах в этот период рекомендуется применять и витамин С и Е. Для растворения кист, спаек, рубцов и т. п., да и для лечения опухолей, в этот период целесообразно употреблять усиленные дозы **рыбьего жира или льняного масла**, которые содержат особую, Омега-3 кислоту, обладающую способностью рассасывать фиброзные разрастания, которые часто сопутствуют и многим опухолевым процессам.

Дозы приема должны быть в 3–4 раза выше рекомендуемых врачами, а длительность применения не менее 6–8 месяцев. Если врачи обычно рекомендуют принимать рыбий жир по 1,5–2 г, то это означает, что в нашем случае доза должна доходить до 5–8 г в день, а в тяжелых онкологических случаях — до 15–20 г в день.

Рыбий жир можно заменять льняным пищевым маслом (есть в продаже). При наличии онкологических болей, онкологических отеков, интоксикации предлагается опробовать применение растительного подсолнечного масла, нерафинированного и нежареного, то есть полученного методом холодного прессования.

Принимать масло нужно 100–150 г в день за 3–5 раз, обязательно с другой грубой пищей. **В чистом виде не применять!** Принимайте 3–4 недели и при этом следите за самочувствием и всеми изменениями, которые будут у вас наблюдаться. Затем пришлите мне отчет, чтобы я мог дать дальнейшие инструкции. Чаще всего с помощью приема избыточного количества растительных масел (подсолнечное, кукурузное и т. д.) в обязательном сочетании с рыбьим жиром или льняным маслом в соотношении 4 : 1 (например, 100–150 г растительного масла и 20–25 г рыбьего жира), вы сможете снять болевые, отечные, интоксикационные симптомы онкологических заболеваний.

В литературе описаны случаи излечения онкобольных, регулярно и длительно применяющих смеси этих масел и рыбьего жира. Объясняется такой лечебный эффект тем, что масла и рыбий жир могут длительно и устойчиво восстанавливать, выравнивать нарушенный кислотно-щелочной баланс как во всем организме, так и в области опухоли. Это восстанавливает микросреду, где находится опухоль. В этих условиях она чаще всего приостанавливает свой рост, ее метастазирование сдерживается, и даже возможно обратное развитие опухоли. При этом также могут постепенно затихать интоксикационные и опухолевые боли.

Восстановление здоровой кишечной микрофлоры¹. Необходимо учитывать и предполагать, что усиленный прием настойки черного ореха будет подавлять не только патологическую инвазию и микрофлору, но и полезную микрофлору. В этом случае после отмены препарата может возникнуть ситуация, когда с подавлением определенной группы полезной микрофлоры могут создаться условия для вспышки роста патогенной, в частности грибковой, например, из группы кандиды или других. То есть возникает ситуация, когда одна форма дисбактериоза переходит в другую. Чтобы предотвратить такое негативное смещение баланса микрофлоры от одной группы к другой, необходимо сразу же после курса приема черного ореха провести курс лечения дисбактериоза. Для этого нужно принимать препарат **нари-нэ** или другие, ему подобные, то есть содержащие особые кисломолочные бифидумбактерии. Все они продаются в аптеках. Благодаря этому вы восстановите здоровую микрофлору кишечника.

Дисбактериоз приводит к ослаблению поступления из кишечника микроэлементов и витаминов группы В. Также необходимо дополнительно пополнять организм микроэлементами, принимая, например, препараты **сплат, спинулина, компливит, пентавит** и др.

Надо знать, что одним махом хронический размытый дисбактериоз вылечить не удастся. Для этого нужны месяцы и годы. Поэтому лечение дисбактериоза и связанных с ним вторичных нарушений обмена веществ, гормонального сбоя и т. д. на этот период должно проводиться интенсивно, форсированно, непрерывно. Необходимо будет настойчиво восстанавливать микрофлору кишечника и довести ее до состояния, соответствующего молодым здоровым людям.

¹ Подробнее см. в книге Гарбузова Г. А. «Дисбиоз и дисбактериоз — причина 1000 болезней». — *Примеч. ред.*

Наша практика показывает, что на период приема настойки черного ореха могут наблюдаться отчетливые признаки ослабления симптомов основного заболевания, например приостанавливаться кровотечения при раке кишечника и мочевого пузыря. Но с прекращением приема настойки все быстро возвращается на исходный уровень. Это можно объяснить быстро восстанавливаемым дисбактериозом.

Именно дисбактериоз не дает возможности иммунитету бороться с основным заболеванием. Целители понимают под дисбактериозом микробиологические сдвиги не только в кишечнике, но и во всем организме — на слизистой, коже, в крови, лимфе, соединительной ткани и т. д. Но чтобы бороться с дисбактериозом во всем организме, необходимо начинать в первую очередь с кишечника.

Глава 4

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ ЧЕРНОГО ОРЕХА В РОССИИ

Опыт Асхиты Колпаковой

Последовательницей доктора Х. Кларк в нашей стране стала Асхита Колпакова. Она описывает, как лечила три свои опухоли: в половых органах, кишечнике и на ноге. Болезнь была на стадии ЗБ. Целый день она лежала без сил, чувствуя непреодолимую слабость. Буквально через три дня с начала приема настойки черного ореха ее опухоль из плотной стала мягкой. У других это может произойти на пятый день и т. д. А. Колпакова почувствовала, как начали возвращаться силы, появился аппетит, работоспособность. Применяя комплексную методику лечения с настойкой черного ореха, она исцелилась. А. Колпакова утверждает, что металлические коронки зубов могут замедлять лечение из-за ослабления иммунитета. Когда она сняла коронки, боли через 2 месяца стали меньше, а состояние улучшилось.

Затем, будучи врачом, она смогла исцелить и многих других. В дальнейшем она описывает примеры, когда настойка черного ореха помогла при ряде неизлечимых заболеваний. Она приводит случаи, когда настойка дала положительный результат при фиброматозных узлах в матке, кистах в яичниках, которые через полгода полностью исчезли, что подтверждено исследованиями.



Рак простаты с сопутствующим диабетом: за три недели сахар нормализовался, при повторном обследовании раковые клетки не обнаружены.

Рак матки в начальной стадии: исчез через полгода.

Раковая язва на коже: полностью зажила.

Большая раком груди с сопутствующим диабетом, метастазами в легкие: комплексное лечение привело к исчезновению метастазов.

Больной раком легких: опухоль практически рассосалась.

А. Колпакова утверждает, что хуже и медленнее всего поддается лечению рак груди. Прогресс в лечении очень медленный. Но самое главное, через некоторое время приема настойки рост опухоли останавливается.

В отношении онкобольных с последней, IV стадией она более пессимистична, чем Х. Кларк, считая, что в этом случае очень мало шансов восстановить полностью разрушенный организм. Но по крайней мере можно продлить жизнь больного и уменьшить его мучения.

Через некоторое время в российских журналах появились статьи о применении черного ореха и других авторов, в том числе М. Зеленовой, которая описывает больную с железисто-кистозной гиперплазией эндометрия с обильными кровотечениями (предраковое состояние).

Кровотечения были длительные, до полутора месяцев. Больной предлагали сильные гормоны, что вызвало ряд сильнейших побочных проявлений, в том числе и психические нарушения. Начали разрушаться зубы, появились боли в сердце и костях. Гормоны не помогли. Заключение врачей — необходимо оперативное лечение, что означает удаление репродуктивных органов. Другими словами, врачи оказались бессильны, предлагая только метод, который приводит к инвалидности

Применение настойки черного ореха остановило кровотечение за 5 дней! При приеме настойки в первый же день больной стало плохо, появились головокружение, слабость, тошнота. На второй — еще хуже: заболело сердце, голова. Целители в этом случае утверждают, что это идет яды, токсины. Особенно это возможно при силь-

ной зараженности организма паразитами. В первые дни лечение идет с трудом, основные симптомы болезни могут усилиться, в том числе может усилиться кровотечение. Но на седьмой (!) день кровотечение прекратилось. В последующем в течение полугода кровотечений не наблюдалось. Месячные женские циклы восстановились. Теперь больная пьет настойку для профилактики, так как болезнь легче предупредить, чем лечить.

Опыт Г. А. Гарбузова

Считаю возможным обобщить собственный опыт лечения онкозаболеваний с помощью настойки черного ореха и других методов народной медицины. Теперь уже можно делать определенные выводы. Конечно же, эта настойка помогает не всем, но она очень эффективна для лечения опухолей в области гортани, пищевода, желудка, в меньшей степени кишечника, печени, простаты, опухолей в женской половой сфере (матке) и т. д. Своих пациентов я прошу, чтобы они периодически присылали отзывы о своем лечении. Так вот, по моим приблизительным подсчетам, из каждых десяти больных с вышеперечисленными онкологическими заболеваниями четверо добиваются определенного положительного результата.

В ряде случаев проходит гортанно-пищеводная непроходимость пищи, вызванная опухолью, спадает ее отек, уходят или ослабевают боли. Ряд пациентов из лежачих немощных больных становятся работоспособными, то есть работают по хозяйству, в саду и т. д. У некоторых пациентов опухоль уменьшается ненамного, однако она как бы застывает, прекращает рост, превращается в «недействующий вулкан». Пациенты о ней даже забывают, и жизнь для них становится приемлемой.

Естественно, такие больные могут прожить дольше и отодвинуть критический рубеж, обусловленный болезнью, на несколько лет.

Но и это еще не все! Есть в моей практике больные, которые действительно излечились. Ко мне приезжал за настойкой больной из Новосибирска. Мы с ним разговорились, и он рассказал, что ранее у него был рак гортани. От облучения, операции и химии он отказался, решил бороться народными средствами. Получал настойку, рецепты и прочее по почте. Лечение дало результаты в течение года. Опухоль стала уменьшаться и уходить. В дальнейшем при обследовании у врачей он получил заключение, что опухоль исчезла, в лечении он не нуждается и его надо снять с онкологического учета.

По моей просьбе больной показал это медицинское заключение, которое является официальным заключением его выздоровления. Также он показал не какой-нибудь медицинский сертификат, а гистологические анализы, подтверждающие, что ранее у него было онкологическое заболевание, то есть ошибка в диагностике была исключена. Сейчас он снят с учета, работает на предприятии, ведет полноценный образ жизни.

Также о результатах моей работы вы можете прочитать в средствах массовой информации, куда пишут люди, опробовавшие мой метод исцеления онкологических заболеваний.

Письмо в газету «Вестник ЗОЖ» № 21(273) 2004 г.:

Много лет я выписываю вашу газету, но пишу впервые. Через вашу газету узнала адрес целителя Гарбузова Геннадия Алексеевича. И благодаря его препаратам, которые он нам присылал, муж мой жив. У него с 1999 года рак гортани III стадии. В настоящее время он чувствует себя хорошо. Пил он черный орех на водке и еще сбор трав «Акан» для укрепления организма. Я вас прошу убедительно, чтобы вы написали об этом целителе, который не просто целитель, он послан нам Богом. Он очень чуткий и внимательный, он не просто высылает лекарство, он интересуется своими больными, хочет знать, как протекает заболевание. Его адрес: 354002, г. Сочи, а/я 159, Гарбузов Г. А. Если вы напечатаете,

те, спасете много жизней. Не каждый человек знает, к кому обращаться.

**Л. В. Агафонова, Краснодарский край,
Курганинский р-н, ст. Воздвиженская**

Статья «Человеку по заслугам воздается честь» в газете «Народный доктор» № 23, 2004 г.:

Не первый год поддерживает связь с нашей редакцией травник-целитель, кандидат с.-х. наук Геннадий Алексеевич Гарбузов из Сочи. Раньше, правда, чаще писал, а сейчас, видимо, своих дел невпроворот. А вот читатели его не забывают, периодически шлют в редакцию письма со словами благодарности в его адрес.

Например, Г. Семенищеву целитель помог избавиться от аденомы предстательной железы и цистита, предложив комплексную программу оздоровления, включающую специальные упражнения, витамины, соки, масла, цветочную пыльцу, иммуноукрепляющие народные средства. «А главное, — пишет Г. Семенищев, — он начал снабжать меня редкими травами (черный орех, гинкго, бузина травянистая, морозник, диоскорея, лавровишня, почки тополя бальзамического, мирт и др.)».

Письмо в газету «Вестник Надежды», № 3 (142), 2005 г.:

В 2004 г. выписала ваш журнал и узнала о целителе Гарбузове Геннадии Алексеевиче из г. Сочи. Благодаря лекарству, которое он выслал, я живу. Этот целитель послан Богом. Выражаю ему и вам благодарность. Вы меня спасли.

И. П. Поморова, Омск

Письмо в газету «Народный доктор», № 18, 2003 г.:

А было все так. В 1999 г. тяжело заболела моя дочь, и ее положили в больницу. После обследования лечащий врач сказал мне, что у дочки — рак кишечника. Когда я это услышала, меня всю прострелило с головы до пят. Это был самый мощный стресс в моей жизни из всех пережитых. Но я дочери об этом приговоре ничего не стала говорить, лишь

мягко подготовила ее к факту перевода в онкодиспансер: мол, здесь затрудняются с установкой диагноза, нужны консультации специалистов-онкологов, но это вовсе не значит... и т. д. В диспансере дочь еще раз тщательным образом проверили и... рака никакого не нашли. Дочь вылечили за две недели.

Через несколько дней после судьбоносной беседы с доктором у меня на шее выскочила шишка величиной с крупную сливу. Но в поликлинику я обращаться не стала: не до того было, ведь на первом месте стояло здоровье дочери, а шишка вроде как и не беспокоила. На осмотр к врачу пошла спустя несколько месяцев после ее появления. Меня сразу же направили в онкодиспансер, где лечили сначала химией, а потом еще провели 35 сеансов лучевой терапии. Как я выглядела после всего этого, трудно передать словами. Не чувствовала ни вкуса, ни запаха, они потеряли свой изначальный аромат и смысловое наполнение: мед стал горьким, будто полынь, а соль — безвкусной. Во рту было все сожжено, чему поспособствовал мой диагноз: рак слизистой оболочки рта. Я была в сильной депрессии, не могла ни есть, ни пить, очень быстро и сильно худела. Чувствовала, что приходит мой конец... А жить очень хотелось. Я решила, что надо искать какой-то выход.

Сняла с полки подшивки газет, стала их перечитывать в надежде найти хоть что-то похожее на свою болезнь. И вот наткнулась на письмо одного мужчины, который страдал от рака горла. Он писал, что ему помогла настойка черного ореха. Там же был адрес целителя: 354002, г. Сочи, а/я 159, Гарбузову Геннадию Алексеевичу, тел. (8622) 97-17-71.

Сразу же связалась с ним, рассказала о том, как протекает болезнь. Геннадий Алексеевич посоветовал лечиться настойкой черного ореха и тодикларком. Я заказала у него оба средства. Сначала пила настойку, затем — тодикларк. Через месяц после черного ореха я решила взвеситься. Оказалось, что за это время я не похудела! И для меня этот факт был большой радостью. Я поняла, что моя вера в исцеление этой настойкой не подвела. Тут же ушла депрессия, поднялось настроение, появился аппетит, и я пошла на по-

правку. В августе 2002 г. врач-онколог предложил мне сняться с учета, а еще через какое-то время сказал, что если уж я так боюсь возврата болезни, то могу прийти на проверку через год. Он поинтересовался, чем же я лечилась. И когда я ему все рассказала, ответил: «Хоть я и не верю в лечение народными методами, но факт есть факт — операции вам удалось избежать».

Вот такая история моей жизни и болезни. Я верила и излечилась. И хочу всем-всем сказать: «Люди, не теряйте веру в исцеление от рака. Боритесь за свою жизнь. Она так прекрасна! Да, сильна бывает болезнь, которая в нас вселяется. Но мы должны быть сильнее!»

Сейчас я чувствую себя хорошо, поправилась на 13 кг. Через день езжу на дачу. Хочу через газету выразить огромную благодарность Геннадию Алексеевичу Гарбузову. Здоровья ему и счастья. Ведь он помогает людям!

В. Михайлова, Белгород

Глава 5

ЧЕРНЫЙ ОРЕХ И ТРОЙЧАТКА ПРОТИВ ПАРАЗИТОВ

Черный орех становится обязательным компонентом во многих комплексных программах очисток и оздоровления.

Он рекомендуется при многих внешне не похожих заболеваниях, ведь он действует на глубинные первопричины, корень болезни. Практически нет людей, которые не были бы поражены глистной или иной (бактериальной, вирусной, грибковой) инвазиями, против которых успешно борется черный орех.

В некоторых центрах здоровья в Америке проводится обязательный курс применения черного ореха для всех проходящих общеоздоровительные программы или вместе с теми или иными лечебными курсами.

Для профилактики и изгнания паразитов (гельминтов) спиртовую настойку черного ореха применяют следующим образом.

День 1-й: 1 капля на 1/2 стакана воды на пустой желудок.

День 2-й: 2 капли.

День 5-й: 5 капель.

День 6-й: 2 ч. ложки на 1/4 стакана воды.

Пить маленькими глотками в течение 15 минут. Если ваш вес больше 68 кг, примите 2,5 ч. ложки, а если больше 90 кг — то 3 ч. ложки. Для ароматизации можно добавить мед и корицу.

Члены семьи и близкие должны обязательно принимать по 2 ч. ложки настойки раз в 2 недели, чтобы не за-

разить вас повторно. В их кишечнике могут находиться паразиты в разной стадии развития, никак не проявляя своего присутствия.


Меры предосторожности

Для чего нужно 5–6 дней, чтобы выйти на дозу 2 ч. ложки? Возможно, у вас весьма чувствительный желудок и не исключены побочные эффекты.

На 6-й день вы сами поймете, как реагирует ваш организм на настойку. У некоторых людей во время приема препарата, особенно в больших дозах, возможны неприятные ощущения в желудке и головокружение. Это связано со спазмом сосудов желудка и рефлекторным временным спазмом сосудов мозга. Это не должно пугать пациентов, а тем более не должно быть причиной прекращения приема препарата. Все негативные ощущения быстро проходят. У некоторых пациентов, склонных к запорам кишечника, возможно усиление запоров, что не должно быть причиной отмены препарата. В этом случае надо принимать, например, настой семян льна.

Тройчатка

Спиртовая настойка черного ореха наиболее эффективна, если ее принимать вместе с полынью и гвоздикой. Такой препарат называется «тройчатка».

 Курс приема начинается с 2 ч. ложек настойки + 0,5 ч. ложки порошка полыни + 1 ч. ложка порошка гвоздики.

В дальнейшем в основном будет говориться об этом тройном препарате. Именно он наиболее эффективен при лечении паразитов и онкологических заболеваний.

Гвоздика

Гвоздику для изготовления тройчатки надо покупать не молотую, а цельную. Свои лечебные свойства проявляет только свежемолотая гвоздика, поэтому лучше всего молоть ее самим и держать в закрытой баночке не более 10 дней. Бутоны гвоздичного дерева продают на рынках

и в магазинах как пряную приправу. Употреблять гвоздику и полынь можно в виде порошка.

Лучше засыпать порошок в капсулы, только тогда они смогут оказать свое лечебное действие в кишечнике. Капсулы из желатина можно брать от других лекарств. Некоторые заменяют капсулы хлебным мякишем, куда закатывают порошок; также его можно смешать с яблочным пюре или с обезжиренными сливками.

Начинают прием гвоздики обычно с 1/5 ч. ложки, 3 раза в день. На 2-й день принимайте по 1/4 ч. ложки 3 раза в день перед едой. Принимайте по 1/3 ч. ложки с 3-го по 10-й день 3 раза в день до еды. После 10-го дня принимайте раз в неделю 1 ч. ложку.

Гвоздичное дерево (*Eugenia caryophyllata*) относится к семейству миртовых. Общеизвестной пряностью являются зрелые высушенные бутоны, содержащие до 20 % дубильных веществ и 20 % эфирного гвоздичного масла, основным компонентом которого (около 90 %) признан эвгенол. Кстати, эвгенол в больших количествах содержится в эвкалипте, мирте и во многих других растениях.

Антисептические, антимикробные свойства эвгенола известны давно. Современные исследования позволяют отнести гвоздичное масло и эвгенол к туберкуло-статическим средствам, поскольку они прекращают рост микобактерий туберкулеза в пробирке в концентрации 1 : 8000. Спиртовая настойка бутонов гвоздики оказывает бактериостатическое действие на дифтерийную палочку, возбудителя сибирской язвы, золотистый и белый стафилококки, бациллы холеры, паратифа А и В, чумы, а также вирусов гриппа. В китайской медицине применяется как антигельминтное средство (противоглистное): она убивает или парализует аскарид. Устраняет настойка и диспептические жалобы:

тошноту, рвоту, метеоризм. Она полезна при женских заболеваниях простудного характера.

Есть основания предполагать не только антибактериальное, барьерное, противодисбактериозное, многостороннее защитное действие эвгенола, но и детоксикационное и иммуномодулирующее, поэтому гвоздику часто назначают при туберкулезе легких.

Можно ли заменить гвоздику?

Поскольку основное эфирное вещество гвоздики — эвгенол, то, по-видимому, ее вполне могут заменить и листья эвкалипта или мирта, которые тоже содержат эвгенол.

Врач О. Земский утверждает, что вместо гвоздики можно использовать таволгу (лабазник вязолистный): она оказывает выраженное противовирусное действие. Используя свою тройчатку, О. Земский получил хорошие клинические результаты при сахарном диабете 2-го типа, хроническом холецистопанкреатите, кардионеврозах, повышенной лабильности нервной системы, вегетососудистой дистонии.

Можно ли заменить черный орех?

Поскольку о черном орехе в России известно мало, то нашлись специалисты, которые стали утверждать, что черный орех можно заменить. Таким инициатором стал проф. В. А. Иванченко, который изобрел «русский» вариант тройчатки. Вместо настойки черного ореха он предлагает пижму обыкновенную (цветочные корзинки), которую настойчиво пропагандирует. Со своей стороны хочу отметить, что это предложение нельзя назвать альтернативой, так как это всего лишь гипотетическое предположение. Фактов излечения онкологии, а тем более достоверной статистики В. А. Иванченко не приводит. Но вполне возможно, что в качестве средства, дополняющего и обогащающего целебные свойства известной ранее тройчатки, можно использовать пижму. Вспомним, что известная грузинская целительница, специали-

зирующаяся по онкологии, Р. Д. Ломидзе в своих травяных сборах использует до 90 наименований трав и утверждает, что онкологические заболевания можно лечить сложными фитосборами.

По мнению В. А. Иванченко, базовая доза порошка из цветов пижмы 1 г, суточная доза — до 3 г. Лучше употреблять все компоненты тройчатки сразу. В первый день нужно принять одну разовую дозу за полчаса до еды. Во второй день — разовую дозу перед завтраком и перед обедом. На третий день и всю последующую неделю принимать по дозе 3 раза в день перед едой. В последующем желательно принимать одну дозу раз в неделю в течение нескольких месяцев, иногда в течение года.

Полынь

Вместе с порошком гвоздики принимают порошок из полыни горькой в количестве 0,5 ст. ложки один раз в день до еды.

Листья полыни необходимо высушить и измельчить в кофемолке.

Некоторые чувствительные люди не могут принять сразу 1/2 ст. ложки полыни. В этом случае начинайте со щепотки, затем принимайте 1/4 ч. ложки, на другой день 1/3 ч. ложки; далее — 1/2 ч. ложки. Затем в течение 2–3 дней принимайте по 1/2 ст. ложки в день. В дальнейшем принимайте по 1/2 ст. ложки один раз в неделю. При возможности дозу наращивают до 1 ч. ложки.

При лечении онкологических заболеваний принимать полынь нужно не менее 14 дней. Прием полыни по указанной рекомендации фактически не дает побочных эффектов. Только иногда могут появиться легкое головокружение и тошнота, которые быстро проходят.

Для чего рекомендуется сухая полынь? Для того что-бы она прошла через весь ЖКТ и пролечила все участки. Отвары полыни не доходят до кишечника. Можно полынь закатать в хлеб, обмазать вареньем, медом и все

проглотить. В результате лечения можно избавиться от миомы, аденомы.

Поддерживающее противопаразитарное лечение. После первого курса нужно будет пройти поддерживающее лечение. Это связано с тем, что неубитые яйца паразитов могут активизироваться через 2 месяца, поэтому лечение обычно повторяют спустя 2 месяца. При лечении онкологических заболеваний таких повторных курсов может быть три.

Полынь горькая (*Artemisia absinthium*) рекомендуется при потере аппетита, хронических запорах, метеоризме, изжоге, желудочно-кишечных заболеваниях, болезнях печени: острых и хронических гепатитах, циррозе печени, желчного пузыря, малокровии, панкреатитах, атрофических гастритах, раке желудка, колитах, туберкулезе лимфоузлов, бессоннице, лейкопении, в том числе при химио- и рентгенотерапии, анемии и, возможно, при тромбоцитопении. Используется она также как успокаивающее, обезболивающее, противоглистное, противовоспалительное и противоязвенное средство.

Полынь уничтожает гноеродные микробы, очищает кровь от трихомонад, хламидий, кошачьих лямблий, одноклеточных жгутиковых (протистовые, протозойные, зооспоры), гемолитического стафилококка и других паразитов.

Полынь применяется для лечения большинства опухолей.

Порошок полыни горькой надо использовать 3–4 раза по 2–3 г в день.

Полынь обыкновенная (чернобыльник) (*Artemisia vulgaris*) обладает жаропонижающим, обезболивающим, кровоостанавливающим, ранозаживляющим, общеукрепляющим, противоглистным, противотуберкулезным действием, применяется при бронхиальной астме, пневмонии, входит в сбор Заренко для лечения

папилломатоза мочевого пузыря, эффективна в лечении скрофул, туберкулезного лимфаденита. Ученые Ладынина Е. А. и Морозова Р. С. настойчиво рекомендуют применять ее при туберкулезе легких. Бронхоэктатическая болезнь, хронические и острые бронхиты, лихорадки, интоксикации, астенические состояния, неврозы, вегетососудистая дистония по гипотоническому типу и многие другие заболевания излечиваются благодаря антимикробным, тонизирующим, общеукрепляющим, мягчительным, антиневротическим, детоксикационным, диуретическим и многим другим свойствам полыни обыкновенной.

Считается, что чернобыльник — наилучшая целебная трава против всех женских болезней. Рекомендуются верхушки цветущей полыни сжечь и вводить эту золу в матку — для избавления от язв и рассасывания опухолевых узелков. По-видимому, эту золу можно использовать и при онкологических язвах груди в виде аппликаций.

Полынь применяют также для лечения многих видов опухолей, особенно рака матки, яичников, мочевого пузыря, желудка, прямой кишки. А учитывая то, что целители склоняются к инвазийной (инфекционной) природе рака, можно понять и объяснить производимый полынью лечебный эффект.

Считается, что разнообразная инфекция, являющаяся следствием нарушения работы ЖКТ (дисбактериоз и т. п.), выводит из строя саморегуляцию и иммунную защиту.

Именно эндо- и экзотоксины и инфекция — почва, на которой могут зарождаться опухоли. С этих позиций, учитывая лечебное воздействие полыни на ЖКТ, можно понять, почему полынь включена в тройчатку при лечении опухолей. Чаще всего в случаях лечения онкологических заболеваний используется отвар корня полыни, настой и спиртовая настойка.

Отвар корня полыни

2 ст. ложки измельченного корня полыни залить стаканом воды, настаивать в закрытой посуде 10 часов, затем прокипятить на слабом огне 10 минут, настаивать в теплом месте 2 часа, процедить. Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день за 30 минут до еды — при раке пищевода, желудка, кишечника, прямой кишки, саркоме.

При раке матки не только пьют отвар, но и спринцуются им. Для этого один стакан отвара разбавляют прохладной кипяченой водой, доводя объем до одного литра.

Настой травы полыни

3 ч. ложки сухой измельченной травы настаивать 4 часа в 1,5 стаканах кипятка в закрытой посуде, процедить. Принимать по 1/4 стакана 3–4 раза в день до еды.

Спиртовая настойка

5 ст. ложек измельченной травы залить 0,5 л водки, настаивать 2 недели, периодически встряхивая, процедить. Принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день до еды при раке матки, саркоме, раке прямой кишки, желудка, пищевода, кишечника.

Густой спиртовой настой корней чернобыльника пьют по 20 капель 3 раза в день до еды при раке желудка и женских половых органов.

Интересную информацию о полыни приводит вестник «ЗОЖ» № 8 (140).

Полынь убивает всю гноеродную и простейшую инфекцию, лечит нервные болезни и восстанавливает обмен веществ, как результат исчезают ожирение и лишний вес. Полынь горька и ядовита. Как привыкнуть к полыни?

Вначале, в первый день, класть по одному сухому цветочку на язык, размочить слюной и со слюной проглотить, можно запивать. И так через каждые 2 часа с утра до вечера.

На второй день можно уже по два цветочка проглатывать и за 4 дня дойти до дозы, уместающейся на кончике чайной ложки. С пятого дня принимать полынь 3 раза перед едой и на ночь (4-й раз) в течение 14 дней, можно даже до

30 дней, доведя дозу до 1/4–1/3 ч. ложки. Теперь ее даже можно разжевать и подержать во рту, чтобы продезинфицировать зубы, десны, полость рта.

Заготовленную полынь потереть руками и просеять через дуршлаг. Просеянную полынь проглатывать в сухом виде, а непросеянная пойдет на приготовление напара для клизм, спринцеваний (их также проводят обязательно при воспалениях и опухолях в урогенитальной, кишечной областях); для закапывания в глаза, уши, нос или полоскания рта.

Клизмы начинать со второго дня курса лечения и проводить в течение 7 дней. Вечером после стула поставить большую клизму до 2 литров, начиная с 0,5 л теплым напаром полыни (42–43 °С). После опорожнения кишечника ставится лечебная микроклизма в количестве 50–100 г, которая остается на ночь. Одновременно с клизмами надо начинать спринцевание влагалища и уретры 2 раза в день, утром и вечером, теплым напаром полыни.

Напар полыни приготавливать, исходя из следующей пропорции: 1 ч. ложка полыни на литр воды. Прокипятить не более 30 секунд, настоять 7–10 минут.

Спринцеваться 2 раза в день первую неделю, 1 раз — вторую неделю, до 30 дней с одновременным закапыванием в нос, глаза, уши. Спринцеваться до прекращения всех признаков поражения инфекцией мочеполовых путей. Профилактически потом проводить обязательно 2 раза в год, весной и осенью, хотя бы по 14–30 дней.

Меры предосторожности и противопоказания

Аллергия на полынь. Люди, склонные к аллергиям, не должны прикасаться к измельченному сырью. Для них настои или препараты из полыни должны делать посторонние.

Тройчатка против паразитов

Обычно, чтобы избавиться от трематоды и множества других паразитов, которые находятся в кишечнике, достаточно принимать тройчатку 7–14 дней. Но учтите, что этот срок приемлем для лечения глистной инвазии, а не онкологического заболевания — сам прием трав

(полынь и гвоздика) может продолжаться и после окончания курса настойки черного ореха. Курс приема трав можно продолжать в течение двух месяцев с целью полного освобождения от патогенной инвазии. Двухмесячный курс лечения повторяют через несколько месяцев.

Несмотря на то что травы, входящие в состав тройчатки, безвредны, лекарственный препарат имеет противопоказания.

Противопоказания

Цирроз печени, алкоголизм. Из-за присутствия алкоголя препарат лучше применять на воде или меде, особенно детям. В этом случае можете заказать у нас водный настой, лучше сразу 2 бутылки. При язвенной болезни желудка и эрозивных гастритах принимать тройчатку не рекомендуется.

При гипертонии надо соблюдать повышенную осторожность, контролируя артериальное давление крови, так как гвоздика его повышает.

Побочные действия

Во время приема тройчатки возможны головокружения, тошнота, рвота, что обычно проявляется редко. В период прохождения курса возможно обострение застарелых хронических заболеваний, в том числе небольшое повышение артериального давления, запоры или поносы, повышение температуры, обострение застойных воспалений и даже небольшие боли в желудочно-кишечном тракте, поджелудочной железе и т. д. Но опасности эти явления не представляют и не должны быть основанием для отмены лечения. По окончании курса все они должны исчезнуть.

Необходимо, однако, следить за своим самочувствием. В случае явного чрезмерного действия препарата дозу снижать до приемлемой, а затем, постепенно приучая организм, поднимать дозу до необходимой ударной, то есть 8 ч. ложек за один прием. Есть люди, которые не могут довести дозу до 8 ложек, тогда им можно

порекомендовать принимать препарат чаще, например 3–4 раза в день, с целью набрать необходимые 16 ложек в день при лечении онкологического заболевания. Если и это не удастся, то подбирают те дозы, которые приемлемы, но при этом длительность курса увеличивают, что, однако, не совсем желательно, так как основная задача состоит в том, чтобы увеличить концентрацию действующих веществ в крови.

Ускоренный курс

Если вы уверены, что организм нормально принимает настойку, можете принимать ее по 2 ч. ложки ежедневно.

Замедленный курс

Если организм плохо принимает настойку, то принимайте каплями, увеличивая дозу по своему усмотрению, пока не осмелитесь дойти до 2 ч. ложек.

Принципы исцеления

Компоненты тройчатки действуют преимущественно на микробные и глистные инвазии, которые могут вырабатывать токсины или способствовать появлению определенных онкофакторов. Однако фундамент онкологии многомерен, полифакторен, многокомпонентен. Сплетение этих факторов и противодействие их друг другу создает «функциональные узлы» — заторы, которые и являются базой тех или иных заболеваний. Но в онкологии кроме глистно-микробной компоненты не менее существенную роль может играть и вирусная компонента, причем они могут усиливать друг друга. Не менее важной в онкологии является микозная компонента.

То есть они, конечно, не являются прямой причиной этих болезней, но предрасполагают к ним (сенсibiliзируют). Если к этим сенсibiliзирующим факторам добавить еще различные специфические провоцирующие факторы (например, инфекцию), то могут проявиться самые разнообразные, внешне различные заболевания.

Чтобы распутать этот клубок патологических факторов, в первую очередь надо воздействовать на первопричину. Понимать это следует так: первопричины косвенно создают почву, плацдарм, на базе которого становится возможным проявление огромного числа производных болезней. Без этих первопричин невозможно проявление производных. **Это обуславливает многоэтажность, многоуровневость болезней.**

Новое понимание сути ряда неизлечимых хронических болезней предусматривает и разработку новых подходов в лечении, снятии **общих первопричин многих болезней.** У многих, казалось бы различных, заболеваний часто один фундамент.

В последние годы получило развитие новое направление — разработка комплексных программ очисток и оздоровления организма, в которых обязательно применение только природных, абсолютно безвредных веществ.

В эти программы обязательно входят чистки:

- от глистной инвазии;
- вирусов;
- грибковых и дрожжевых вспышек;
- скрытой, хронической или непроявленной инфекции.

Кроме того, в программы входят:

- преодоление дисбиоза;
- преодоление иммунодефицита или коррекция иммунитета;
- укрепление общих защитных сил организма, или так называемой жизненной силы — **Витаукт.**

Не только черный орех обладает уникальными лекарственными свойствами, но и большинство других орехов. Многие диетологи и целители рекомендуют есть как можно больше этих замечательных источников растительного белка. Орехи входят в состав многих лекарственных средств народной и официальной медицины.

информация

Глава 6

ЭТИ УДИВИТЕЛЬНЫЕ ОРЕХИ

Человечество употребляет орехи очень давно. Если верить теории происхождения человечества, которую предложил нам Ч. Дарвин, то можно сказать, что орехи были той пищей, на которой взращивалось и совершенствовалось человечество; не случайно в древности им приписывали божественное происхождение. К сожалению, современный человек, перейдя в основном на мясной рацион, незаслуженно забыл об этих уникальных дарах природы.

Самое удивительное, что те плоды, которые мы называем орехами, далеко не всегда являются таковыми, по крайней мере с точки зрения ученых-ботаников. Настоящими орехами являются только лещина и фундук, чья твердая скорлупа не окружена мякотью, об этом вам скажет любой ребенок, начинающий изучать ботанику. Остальные «орехи» по типу плодов относятся к семечкам, костянкам и даже бобам.

Мы, не углубляясь в научные дебри, будем считать орехами все то, что содержит вкусные, а главное, полезные ядра. Ведь во всех орехах содержится большое количество витаминов и микроэлементов, которые способны сохраняться без изменений в течение нескольких лет. Знаете ли вы о том, что гораздо полезнее съесть зимой или весной не яблоко или апельсин, утрачивающие свой витаминный баланс уже к середине зимы, а горсть орехов, а еще лучше добавить орехи в овощные и фруктовые салаты, соусы, каши, десерты?

Огромное значение имеют орехи для людей, желающих похудеть. Из-за крайне низкого содержания угле-

водов орехи можно есть при очень строгой диете и при этом не поправляться. Более того, они являются источником бесценного растительного белка, легко усвояемого и позволительного даже во время поста. При употреблении орехов активизируется деятельность мозга. Также орехи весьма хороши для нервной системы, и не только благодаря содержащимся в них микроэлементам.

В каждом регионе мира существуют свои ореховые страсти

Европейцы любят фисташки и грецкие орехи, американцы — арахис, жители Востока вкушают засахаренный миндаль. Африканцы потчуют вас своими любимыми кокосовыми орехами, россияне, любившие в свое время лесной и грецкий орех, тоже постепенно переходят на арахис и фисташки.

Глава 7

ГРЕЦКИЙ ОРЕХ

Начать рассказ я решил с грецкого ореха, все-таки он является ближайшим родственником черного ореха, да и по лечебным качествам мало уступает ему.

Грецкий орех — растение в своем роде уникальное. Издревле считается, что грецкий орех — это одно из чудес, созданных природой, которое по совокупности полезных свойств почти не имеет себе равных в растительном мире. Дерево жизни, христов орех, каменный орех, чужеземный орех, волошский орех — так часто называют грецкий орех в народе. Он используется в зельях, амулетах, маслах, считается символом мира и человека, защищает от любых воздействий и собственных ошибок.


Родина грецкого ореха — Средняя и Малая Азия. Впервые на русскую землю его привезли греческие купцы около десяти веков назад, отсюда и название. В диком виде распространен на Кавказе, в Закавказье и Средней Азии. Растет по ущельям и речным долинам отдельно или группами, реже встречается в виде небольших рощ. С глубокой древности введен в культуру. Выращивают его в Средней Азии, Закавказье, Крыму, Молдавии, Украине и на Северном Кавказе.

Грецкий орех благодаря своим замечательным свойствам даже упоминается в Библии. Известный швейцарский врач М. Бирхер-Бергер называл грецкие орехи самой полезной пищей и утверждал, что можно питаться только ими. Другие специалисты, правда, рекомендуют соблюдать умеренность: за один прием они совету-

ют съесть только 3–4 ореха, а всего за день — не более 10 орехов.

В древности их считали панацеей от всех болезней. Греки называли их царскими желудями и преподносили друг другу в дар в знак самых добрых пожеланий. В Римской империи они были обязательным блюдом на всех свадебных церемониях. На Кавказе и в Молдавии существовало поверье, что дерево грецкого ореха, посаженное после рождения ребенка, способно придать его телу крепость, а душе — силу и веру.

В наше время грецкий орех можно встретить практически на всей территории Европы.

 Грецкий орех (*Juglans regia*) — это 30-метровое дерево семейства ореховых, с мощной раскидистой кроной. На старых стволах кора светло-серая, с трещинами, на молодых — гладкая. Листья сложные, непарноперистые, с 5–9 овальными дольками: отдельные дольки тоже крупные, около 15 см длины. Продолжительность его жизни составляет около 500 лет. Первое плодоношение наступает после майского цветения на 5–10-й год жизни растения. Плод — костянка, а не орех. Дело в том, что сверху он покрыт мякотью, а орех — сухой плод, лишенный кожуры. После созревания зеленый наружный околоплодник становится черным и отделяется от ореха. Созревают орехи в конце августа.

Грецкий орех — диетический продукт

Грецкий орех издавна считался поистине драгоценным продуктом питания. Жрецы в Древнем Вавилоне запрещали простым людям употреблять в пищу грецкие орехи, а Геродот, древнегреческий историк, писал, что они наделены особой жизненной силой.

Гиппократ советовал есть грецкий орех при заболеваниях желудка, мозга, печени и почек.

Еще в трудах знаменитого арабского врача Ибн Сины (Авиценны) грецкий орех рекомендовался для восста-

новительного питания и лечения. Авиценна считал, что нужно съедать три грецких ореха в день. У некоторых народов грецкие орехи считались пищей воинов.

Известный психолог Владимир Леви называл грецкий орех «праздником для мозга», так как его регулярное употребление улучшает память.

Известный американский врач Д. Гейбл утверждает, что 4–5 грецких орехов в день достаточно, чтобы обезопасить себя от повышенной радиации.

Великий путешественник Тур Хейердал непременно включал грецкий орех в рацион питания во время длительных экспедиций.

Еда космонавтов представляет собой пасту из сливок и грецкого ореха.

Грецкий орех может обеспечить организм всеми необходимыми витаминами и минеральными веществами, не говоря уже о белках, жирах и углеводах. Известный швейцарский врач М. Бирхер-Бергер считал грецкий орех чуть ли не самой полезной пищей, достаточной для полноценного питания:

✿ Это естественная живая пища, насыщенная энергией солнца. В принципе можно питаться одними орехами.

По калорийности грецкий орех превосходит говядину в 7 раз, а хлеб в 2, более того, его растительный белок гораздо быстрее усваивается. Белок ореха богат незаменимыми аминокислотами — метионином, лизином и др. Энергетическая ценность 100 г грецкого ореха — 698 ккал, то есть 20–25 грецких орехов в день удовлетворяют суточную потребность человека в пище. Поэтому он пользуется популярностью у вегетарианцев.

Грецкие орехи — прекрасное дополнение к мясным блюдам, кашам, сырам, соусам и кондитерским изделиям. Их рекомендуют для профилактики и лечения атеросклероза, при недостатке витаминов, солей кобальта и железа в организме. В орехах много клетчатки и масла,

которые способны усиливать деятельность кишечника. Они полезны пожилым людям, склонным к запорам.

Из-за наличия минеральных веществ (калия, магния, йода) в сочетании с жирными ненасыщенными кислотами рекомендуется включать их в рацион питания больных ишемией, при сердечных заболеваниях и гипертонии. Очень полезен грецкий орех при малокровии, так как содержит соединения железа и кобальта.

Я думаю, рецептов с грецким орехом известно очень много, его даже в супы добавляют.

✿ Суп из чернослива и грецких орехов

Для приготовления этого замечательного блюда вам потребуются следующие продукты: чернослив без косточек — 50 г, грецкие орехи — 6 шт., лимонный сок — 2 ч. ложки, вода — 150 мл, сахар — 1 ч. ложка.

Чернослив и орехи измельчите в комбайне или пропустите через мясорубку, разведите теплой водой, добавьте сахар и лимонный сок, дайте настояться 5 минут и подавайте на стол.

Химический состав и лекарственные свойства

Лекарственным сырьем являются листья, свежие незрелые плоды и околоплодники.

В листьях содержатся флавоноиды и известное полифенольное вещество нафтохиноновой группы — юглон, который обладает выраженной противоопухолевой активностью. По другим данным, в грецких орехах также содержится алкалоид югландин, гликозиды, очень много витамина С (до 2000 мг%) и каротина, витамины В₁, В₆, Р, Е, эфирное масло, органические кислоты, дубильные и другие вещества. Листья грецкого ореха — достойный заменитель чая. Листья заготавливают в июне, когда они не достигли окончательного развития, и быстро сушат на солнце, следя, чтобы не почернели, иначе они потеряют свои лечебные свойства.

Листья грецкого ореха, благодаря большому количеству содержащихся в них дубильных веществ, применяются при воспалительных заболеваниях кожи и слизистых оболочек. Область применения — воспаление слизистой оболочки кишечника при поносах, раздражение слизистой желудка, воспаление полости рта и горла, воспаление глаз, особенно краев век. Но больше всего это растение подходит для лечения различных кожных заболеваний (экзема, угревая сыпь, обморожения). Листья грецкого ореха используют наружно и внутрь в виде настоя (чая); особенно хорошо он помогает для снижения уровня сахара в крови при диабете.

Чай из листьев грецкого ореха

2 ч. ложки измельченных в порошок листьев залить 250 мл холодной воды, нагреть до кипения и нагревать при этой температуре 3–5 минут. После процеживания чай будет готов к употреблению.

Для внутреннего применения дозировка: 2–3 раза в день по чашке. Для полосканий, орошения полости рта, промывания глаз и ванночек при кожных заболеваниях и геморрое следует разбавить его ромашковым чаем в равных пропорциях.

Чай из листьев грецкого ореха хорошо давать молодым девушкам при угреватой коже, а также для регулирования менструального цикла. Хорошо помогают свежие, измельченные листья с медом.

Побочные действия. Пациенты с чувствительным желудком иногда реагируют на сырье с дубильными веществами: возникают тошнота и рвота. Остальным можно не опасаться побочных действий.

В **кожуре незрелых плодов** обнаружено много витамина С, провитамина А, а также витамины В и РР, есть эфирные масла, сахара, хиноны, 3–4 % дубильных веществ. По содержанию витамина С грецкие орехи в 8 раз превосходят смородину и в 50 раз плоды цитрусовых.

Из незрелых плодов, в фазе образования студенистого ядра, варят варенье, которое является диетическим и лечебным продуктом.

Для повышения иммунитета, лечения легочной кисты и зоба, а также кожных заболеваний используют ядра незрелых грецких орехов.

✿ Прокрутить через мясорубку ядра зеленых грецких орехов и смешать с медом в пропорции 1:1. Закатать в банки и поставить на месяц в темное прохладное место, периодически встряхивая. После этого принимать по 1 ч. ложке 3 раза в день перед едой.

Как вспомогательное средство ядра грецких орехов рекомендуют использовать при малокровии, дерматитах, простудах, повышенном содержании холестерина, нервных расстройствах и заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Заготавливают орех в период достижения им предельных размеров (5–6 см), но при этом ядро ореха должно быть молочно-восковой спелости или в стадии, когда орех почти созрел и скоро будет осыпаться. В этот период в кожуре скапливается максимальное количество лечебных веществ. Осыпавшиеся, а тем более почерневшие, непригодны, так как настойка из них будет черной и, увы, бесполезной.

Процентное содержание веществ в грецких орехах

Белок	14,8 %
Жир	64 %
Углеводы	13,7 %
Минеральные вещества	1,9 %
Витамин В ₁	0,8 %
Витамин В ₂	0,5 %
Витамин В ₆	0,7 %

Зрелые ядра грецкого ореха содержат 58–77 % одного из самых лучших и дорогих растительных масел, богатого линолевой, линоленовой, олеиновой, пальметиновой, стеариновой, лауриновой, миристиновой, арахидиновой и другими жирными кислотами. Часть из этих полиненасыщенных жирных кислот являются незаменимыми, и их называют витамином F.

Именно ореховое масло превосходит все растительные масла по содержанию витамина F.

Эти масла обладают великолепными лечебными и профилактическими свойствами при атеросклерозе, ишемической болезни сердца и других сердечно-сосудистых заболеваниях, а также заболеваниях печени, в частности жировом ее перерождении.

Попутно отмечу, что альфа-линолевая кислота, которой богаты все ореховые, широко известна под названием «Омега-3». Она обладает уникальными свойствами для профилактики и лечения атеросклеротических и онкологических заболеваний. Они объясняются способностью Омега-3 растворять фибриновые соединительнотканые волокна, которые образуются при спайках, рубцах, старческих перерождениях тканей, фиброзно-кистозных, фибромиомных и других опухолях и т. п.

Особенно активно фибриновые разрастания и перерождения происходят в очагах воспаления, например в кистах и т. п. Омега-3 обладает также и противовоспалительными свойствами, поэтому сочетание мощнейшего антиракового юглонового вещества с Омега-3 значительно усиливают лечебный эффект. Но, учитывая, что незрелые плоды грецкого ореха богаты юглонами, но еще не успели накопить Омегу-3, я рекомендую дополнительно применять ореховое (грецкого ореха), пекановое или льняное масло, в случае их отсутствия — рыбий жир по 2 ч. ложки. В тяжелых случаях онкологических заболеваний дозу следует увеличивать до 20 г

в день, смешивая их с грубой пищей, чтобы масла лучше усваивались и не было поносов.

Грецкий орех, так же как и черный, обладает сильнейшими фитонцидными, бактерицидными и протистическими свойствами. Под протистами в данном случае понимаются одноклеточные организмы животного и растительного происхождения, способные к передвижению. Сюда же относят и протозойные инфекции, такие как трихомонада и многие другие, которые являются страшнейшим бичом человечества.

Кроме антимикробной активности грецкий орех используется для лечения ряда грибковых заболеваний — обладают фунгицидными свойствами, что очень важно, так как многие системные заболевания сопровождаются комплексной инвазией (бактериальной, вирусной, грибковой, глистной).

Известны рецепты применения листа грецкого ореха при кандидозе. Этот грибок часто поражает многие слизистые и кожные оболочки человека.

Грецкий орех при кандидозе

В этом случае 1 ст. ложку измельченных листьев на стакан кипятка настоять до остывания, процедить. Детям 3–4 лет пить по 1–2 ч. ложки, 5–7 лет — по 3–4 ч. ложке, старше — по 1 ст. ложке 3 раза в день за 20–30 минут до еды. Для взрослых — 1 стакан в день.

Еще большей эффективностью обладает цельный порошок из листьев грецкого ореха.

Настой листьев и незрелых плодов рекомендуют применять в виде ванн для детей при золотухе, лишае и высыпаниях на коже, экссудативном диатезе, сухой и влажной экземе, нейродермите, грибковых поражениях кожи, воспалении лимфатических желез, угрях, туберкулезе, ангине, как неспецифическое средство при лечении туберкулеза кожи, хронической эпидермофитии, псориаза, а также стрептококковых и стафилококковых заболеваний кожи и слизистых оболочек. В неко-

торых случаях грецкий орех помогает избавиться даже от вирусных заболеваний, таких как бородавки.

Также его применяют для очищения крови, при катарах желудка и кишечника, при поносах и **несварении желудка**. В этом случае хорошо помогает следующая смесь:

✿ 20 очищенных ядер ореха, 2 лимона, по 200 г кураги, изюма без косточек, чернослива прокрутить через мясорубку. Принимать по 1 ст. ложке 2 раза в день.

Известно применение настоя грецкого ореха при зобе, сахарном диабете, в качестве полоскания при стоматитах, пародонтозе и других инфекционных заболеваниях полости рта.

В народе широко используют спиртовую настойку из перегородок плодов ореха при мастопатии и фибромиоме матки. Эта же настойка применяется и для лечения других предраковых заболеваний, а также для лечения рака.

При лейкозах лист грецкого ореха используется в составе сборов из трав.

✿ Сбор при лейкозе

Донник желтый — 2 части, пырей (корневище) — 2 части, лист грецкого ореха — 2 части, одуванчик (все растение) — 2 части, шалфей — 2 части, чистотел — 0,5 части, яснотка белая — 2 части. Взять 25–30 г сбора, залить холодной водой, довести до кипения и кипятить на слабом огне 5–7 минут, настоять 3–4 часа. Пить настой надо по 150 г 3 раза в день за 20–30 минут до еды.

Грецкий орех издавна широко используется как глистогонное средство при круглых и других глистах. Еще Гиппократ применял зеленые околоплодники орехов для изгнания глистов. В народной медицине Средней и Южной Америки, Ирана, Средней Азии и Кавказа и поныне используют незрелые плоды против аскарид и солитера.

Древние греки верили, что ядра грецкого ореха, кстати очень похожие на модель мозга, могут избавить от головной боли. Современная народная медицина с ними согласна: 3–4 ореха с ложкой меда — отличное лечебное средство. Помогает оно и от головной боли, и от бессонницы, склероза и даже защищает от повышенной радиации. Также грецкий орех советуют есть людям, испытывающим большие физические и умственные нагрузки, а также страдающим диабетом и болезнями почек.

Из грецкого ореха можно изготовить замечательное **глистогонное средство**.

✿ 4 ст. ложки измельченных незрелых орехов заливают стаканом слегка подсоленного кипятка, настаивают 30 минут и процеживают. Дозу выпивают в течение дня, на ночь принимают солевое слабительное. Это средство поможет изгнать солитера и других глистов.

Ореховое масло употребляют для смазывания ожогов и длительно не заживающих ран.

Благодаря своим антибактериальным свойствам спелые ядра грецкого ореха используют как лечебное средство при частом мочеиспускании.

✿ Ядра пяти грецких орехов следует поджарить и растолочь, принимать перед сном, запивая водой.

Лекарственные препараты из грецкого ореха

В народной медицине грецкий орех нашел широкое применение. Он используется во всевозможных формах в виде настоя, спиртовой настойки, настойки на керосине.

Настои и отвары

Настой листьев нужно принимать при склерозе мозговых и сердечных сосудов, для улучшения обмена ве-

цеств и снижения сахара в крови, а также для уменьшения кровохарканья при туберкулезе легких.

Для его приготовления 2 ч. ложки листьев заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час и процеживают. Принимают по 1/4 стакана 4 раза в день за 20 минут до еды.

Наружно настой листьев используется в виде примочек, ванн, обмываний, при гнойных сыпях, лишае, экземе, нейродермите, как ранозаживляющее средство, а также для полоскания полости рта и горла при различных воспалительных заболеваниях и кровоточащих деснах.

Приготовление настоя для наружного применения

250 г листьев залить 5 л кипятка, кипятить 30 минут, развести 1:1 горячей водой и использовать для ванн при лечении кожных заболеваний, геморроя, воспалении лимфатических желез. Курс лечения — 10–15 процедур.

Настой коржур и листьев повышает функциональную активность кожи, поэтому показан при различных заболеваниях кожи (гнойные сыпи, лишай, экзема). Его применяют наружно в виде примочек, ванн и обмываний.

Для его приготовления 5 ст. ложек сырья заливают 0,5 л горячей воды, кипятят 15 минут, охлаждают и процеживают. Используют как ранозаживляющее средство.

Грецкий орех входит в состав сбора, помогающего при крапивнице и зуде.

Для его приготовления следует взять 5 ст. ложек измельченной скорлупы грецкого ореха, по 1 ст. ложке измельченных корней лопуха и крапивы, все перемешать, залить 1,5 л воды и варить 20 минут. Затем добавить по 1 ч ложке базилика, мяты, Melissa, корней валерианы и шалфея и варить еще 10 минут. Остывший отвар процедить и пить по 1 ст. ложке через 2 часа после еды. Курс — 1 месяц, затем следует сделать перерыв на 2 недели, затем лечение повторить.

Детям при рахите дают пить настой ореха грецкого внутрь.

Для его приготовления 1 ст. ложку листьев заливают стаканом кипятка, настаивают 1/2–1 час и процеживают. Назначают по 1–2 ч. ложки до еды.

Настой листьев такой же концентрации применяют для полоскания полости рта и горла при различных воспалительных заболеваниях и кровоточащих деснах. Вместо листьев можно использовать кору корней и стволов, которая обладает небольшим слабительным действием.

Настой грецкого ореха поможет при диабете.

1 ст. ложку измельченных листьев грецкого ореха заливают стаканом горячей воды, кипятят 20–30 минут, настаивают до охлаждения и процеживают. Дозу выпивают равномерно в течение дня.

Отвар листьев грецкого ореха часто используют для сидячих ванн при геморрое.

Ванны от геморроя

Для приготовления ванн листья смешивают с равным количеством дубовой коры, затем 2 ч. ложки смеси залить стаканом холодной воды, нагреть до кипения и держать при этой температуре 3–5 минут. Для ванн отвар разводят в соотношении 1 ст. ложка на 1 л воды.

В ход идут даже перегородки грецкого ореха, они помогают при диабете.

Перегородки от 40 орехов заливают стаканом кипятка, выдерживают на водяной бане 1 час, остужают и процеживают. Принимают по 1 ч. ложке 3 раза в день.

Отвар грецкого ореха с бузиной и медом помогает от кашля.

Отвар от кашля

Для его приготовления возьмите 4 ореха вместе со скорлупой, 1 ст. ложку бузины, 1 ст. ложку меда, залейте 0,5 л хо-

лодной воды и варите на медленном огне. Отвар следует пить по 1 ст. ложке 3 раза в день в течение недели.

Спиртовая настойка

Спиртовая настойка грецкого ореха применяется при тех же показаниях, что и настойка черного ореха. Кроме того, она снимает **желудочные спазмы**.

30 мелко нарезанных зеленых плодов грецкого ореха вместе с кожурой заливают 1 литром 40-процентного спирта и настаивают на солнце 14 дней, затем сливают спирт. Настойку принимают по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой, разбавляя водой.

При заболеваниях щитовидной железы, болезнях суставов и гипертонии также используют спиртовую настойку, но из перегородок грецкого ореха.

Спиртовая настойка из перегородок грецкого ореха

Поллитровую банку наполнить перегородками грецкого ореха на одну треть, залить доверху водкой и настаивать 21 день, затем процедить, перелить в темную бутылку и пить по 1 ст. ложке до еды. Курс лечения — 1 месяц.

Даже официальная медицина признает лекарственные свойства грецкого ореха. Из него получают лекарственные препараты. До недавнего времени из околоплодников получали препараты *карнон* и *юглон*, применявшиеся при туберкулезе кожи, стригущем лишае, экземе, аллергии, стрептококковых и стафилококковых заболеваниях кожи.

Мазь

Для лечения труднозаживающих язв, рака кожи, ожогов и т. п. используют мазь из листьев грецкого ореха.

Мазь из листьев грецкого ореха

Листья измельчить в порошок, смешать с оливковым маслом, настоять 7 дней, добавить желтый воск, перемешать. Смазывать пораженные участки каждый день.

Для лечения фиброзно-кистозных образований и узлов молочной железы, щитовидной железы, а также мастопатии и аденомы груди, ревматизма и как дополнительное лечение злокачественных опухолей используется мазь на основе спиртовой настойки грецкого ореха.

Мазь из зеленых грецких орехов

2 ч ложки спиртовой настойки зеленых грецких орехов смешать с тюбиком ланолинового крема.

Способ применения: 2 раза в день нанести мазь тонким слоем на проекцию больного органа. При мастопатии, аденоме и онкологии груди не массажировать и не греть! Курс лечения — месяц, затем сделать перерыв тоже на месяц.

Эликсир Година

В России давно известен эликсир М. Година.

Эликсир Година

Размолотые грецкие орехи настоять на водке 14 дней. Затем процедить и смешать с равным количеством керосина. Встряхнуть до получения белой эмульсии. Компресс, наложенный на больные места, излечивает от радикулита, рассасывает инфильтраты, опухоли.

Все вышеперечисленные рецепты также применимы для черного ореха, который гораздо более эффективен.

Тодикамп

О лечебных свойствах ореха грецкого в нашей стране известно уже давно. Именно его незрелые плоды наш отечественный целитель М. П. Тодика предложил использовать в настойке на керосине для лечения онкозаболеваний.

Попутно была показана эффективность этой настойки при радикулите, инфильтратах, гастрите, простатите, артрите, пиелонефрите, гипертонии, склерозе, тромбозе, варикозном расширении вен, папилломах, при различных ушибах, болях мышц и при ожогах, кожных и желудочно-кишечных заболеваниях, рассасы-

вании застарелых швов, абсцессов (применяются наружные аппликации), ишемии, шизофрении, циррозе.

Несмотря на некоторые клинические испытания препарата, официально разрешенного выпуска этого препарата пока еще нет. А выпускаемый в Волгограде и ряде других мест тодикамп не сертифицирован и не имеет достаточных разрешающих документов для применения. В то же время волгоградский препарат зарегистрирован и разрешен для применения в ветеринарии.

В народной медицине тодикамп чаще всего применяют для профилактики гриппа, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хроническом гастрите, диспепсии, дисбактериозе, хронических колитах, иммунодефицитных состояниях.

Некоторые целители применяют его при кожных болезнях — экземе, диатезе, сыпи различного типа, псориазе, угревой сыпи, бородавках, стрептококковых и стафилококковых заболеваниях; стоматите, пародонтозе, сахарном диабете, нарушении функций щитовидной железы, воспалительных заболеваниях женской половой сферы, дисгормональных нарушениях, кисты яичников, болезнях почек — хронических пиелонефритах, циститах, уретритах, простатите; остром конъюнктивите, болезни Крона, дизентерии, геморрое, костном туберкулезе и туберкулезной кожной волчанке, рассеянном склерозе, головных болях, мигрени, аллергии, артрите.

Но самое важное его применение в составе комплексного лечения доброкачественных и злокачественных опухолей. Среди них: мастопатия, фибромиома матки, аденома предстательной железы, опухоли лимфатических желез (лимфаденит), лейкоз.

Как я уже писал, спиртовая настойка черного ореха, предложенная Х. Кларк, в какой то мере является более эффективным аналогом нашего тодикампа. Каждый из них имеет свои достоинства и недостатки. Керосиновая настойка, как показала австрийка П. Кернер, хорошо проявила себя при лечении рака, лейкоз, детского

церебрального паралича, субфебрильной температуры, болезни Бехтерева.

Керосин сам по себе обладает лечебными свойствами за счет того, что разжижает лимфу, снимает ее застой, а значит, снимает и сопутствующую лимфостазу лимфоинтоксикацию. Также керосин растворяет фибриновые разрастания, то есть спайки, что ускоряет излечение.

Орех маньчжурский

Орех маньчжурский является ближайшим родственником орехов черного и грецкого. Оказывается, он тоже давно известен в народной медицине как противораковое средство. Установлено, что стрессы оказывают выраженное стимулирующее влияние на метастазирование злокачественных опухолей. Могут ли лекарственные растения противостоять этому, повышать адаптационно-компенсаторные возможности нейроэндокринной системы онкологических больных?

Оказывается, могут, и одно из них — орех маньчжурский. Обнаружено, что спиртовой экстракт его листьев (и его незрелых плодов) смягчает патологическое влияние эмоционально-болевого стресса на процесс метастазирования. Обладает высокой активностью и проявляет противоопухолевое действие.

К сожалению, не проводились эксперименты по выявлению необходимых доз приема лекарственного средства. В результате его действие было недооценено и он не получил широкого распространения, а свойства его не были как следует изучены. Единственное, что сейчас известно, — в отдельных случаях он помогает при онкологических заболеваниях. Можно только пожалеть о непроведенных скрупулезных исследованиях этого ореха, так как возможный ареал культивирования ореха маньчжурского намного шире, чем грецкого. В России орех маньчжурский встречается в Хабаровском и Приморском краях, на Сахалине и Курилах.

Глава 8

КЕДРОВЫЙ ОРЕХ

Неменьшими лекарственными свойствами обладает и кедровый орех, который, в отличие от его южных родственников, произрастает в Сибири. Я думаю, многим известно, что название этого уникального продукта питания, мягко говоря, не совсем верное. Никакого отношения к кедру эти орешки не имеют.

В XV веке сосну сибирскую (*Pinus sibirica*) стали ошибочно именовать сибирским кедром — именно так окрестили ее первооткрыватели Сибири, принявшие эти величественные деревья за священные кедры, описанные в Ветхом Завете. Именно поэтому сибирская сосна называется сегодня сибирским кедром. Этот 40-метровый исполин, доживающий до 500 лет, раз в 5–6 лет дает съедобные семечки, называемые кедровыми орешками.

Кедровые орешки невелики по размерам, однако по словицу «Мал золотник, да дорог» можно отнести к ним в полной мере. В них содержится более 30 необходимых человеку минеральных веществ. А по количеству витаминов они превышают все остальные орехи в десятки раз. Более того, они очень питательны; коренные жители Сибири часто называют сосну сибирскую деревом-коровой. Только в отличие от животного это замечательное растение одаривает людей продукцией, не требующей никаких затрат на корма и уход.

Сбор кедровых орехов издавна был одним из важнейших промыслов жителей Сибири и Урала. Еще во времена Ивана Грозного кедровый орех экспортировался из

России в Англию и другие страны. С давних пор в Сибири и на Урале из ядер кедровых орехов извлекали масло, которое считалось деликатесом. Оно и сейчас значительно превосходит лучшие сорта прованского масла, получаемого из маслин, легко усваивается организмом, обладает высокими питательными и целебными свойствами, необычайно богато витаминами и минеральными элементами.

Кедровый орех — диетический продукт

Кедровые орехи повышают иммунитет, поэтому их рекомендуют есть беременным и кормящим мамам, детям и подросткам. Толченые орехи с медом полезны при язве желудка. Их также издавна считают хорошим средством для омоложения организма и укрепления мужской силы. В качестве вспомогательного средства их рекомендуют использовать при авитаминозах, расстройствах пищеварения и простудах. Особенно же они полезны пожилым людям и детям, так как содержат очень важные для организма аминокислоты. Ежедневная норма — 20–40 г.

Дробленый кедровый орех можно использовать в качестве вкусовой и витаминной добавки для йогуртов, творога, кефира, а также при приготовлении салатов, приправ, кондитерских изделий, десертов.

Из зерен кедрового ореха изготавливают кедровое масло, которое обладает уникальными медицинскими свойствами — способствует заживлению ран в желудочно-кишечном тракте, а также на коже, обладает омолаживающим эффектом, способствует ускорению регенерации клеток.

Масло кедрового ореха является уникальным продуктом, который просто необходим детям, кормящим матерям, беременным женщинам, женщинам, ведущим активный образ жизни и стремящимся сохранить молодость и стройность фигуры, а также мужчинам,

следящим за своей мускулатурой и желающим оставаться мужчинами до почтенного возраста. Его регулярное потребление повышает иммунитет и стрессоустойчивость, помогает нормализовать обмен веществ, укрепить стенки кровеносных сосудов и избавиться от избытков холестерина.

Боле того, кедровое масло является замечательным продуктом питания. Оно имеет превосходный вкус и сбалансированный состав, хорошо сочетается с другими продуктами питания, а самое главное, его можно употреблять в пищу без риска набора лишнего веса.

В пищу кедровое масло используют в качестве заправки для супов, каш, салатов и др.

Закуска из сыра и кедрового ореха

Для приготовления этой изысканной закуски вам потребуется: сыр рокфор — 250 г, ядра кедровых орехов — 200 г, сливочное масло — 50 г, листья салата — 50 г.

Разомните сыр и смешайте его со сливочным маслом. Орехи измельчите и разделите на две части. Одну смешайте с сырной массой, из которой затем сделайте небольшие шарики и обваляйте их в оставшейся ореховой крошке. Наколите шарики на шпажки и выложите на листья салата. Подавайте к сухому вину или к кофе.

Химический состав и лекарственные свойства

Кедровый орех не только вкусен, но и исключительно полезен для человека. Он не содержит холестерина и отличается повышенным содержанием белка — до 30 %, то есть в 12 раз больше, чем в курином мясе. Поэтому употребление в пищу кедрового ореха, так же как и грецкого, позволяет компенсировать «белковый голод» тем, кто перешел на вегетарианское питание. Энергетическая ценность кедровых орехов не меньше, чем таковая у грецких, — 674 ккал. Растительный белок кедрового ореха идеально сбалансирован и по составу близок

к белкам ткани человека и усваивается организмом на 99 %. Другим фактором, определяющим высокую питательную ценность кедрового ореха, является то, что кедровый орех содержит практически все незаменимые аминокислоты, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины: А, В, С, Д, Е, Р, а также калий, кальций, магний, фосфор и другие минеральные элементы.

Кедровый орех отличается высоким содержанием веществ, являющихся антиоксидантами, то есть веществами, предотвращающими старение организма, в том числе токоферола.

Процентное содержание веществ в кедровых орехах

Белок	23,7 %
Жир	50 %
Углеводы	18 %
Минеральные вещества	6,2 %
Витамин В ₁	0,3 %
Витамин В ₂	0,14 %
Витамин В ₃	0,12 %
Витамин Е	0,8 %

Витамин В₁ (тиамин) регулирует окисление продуктов обмена углеводов, участвует в обмене аминокислот. образовании жирных кислот, положительно влияет на функционирование сердечно-сосудистой, пищеварительной, эндокринной, центральной и периферической нервной системы. Суточная потребность — 1,3–2,6 мг. Она значительно увеличивается при болезнях желудочно-кишечного тракта, острых и хронических инфекциях, ожоговой болезни, сахарном диабете, лечении некоторыми антибиотиками. Содержание тиамин в кедровом масле — 0,39–0,66 %.

Витамин В₂ (рибофлавин) необходим для формирования и поддержания тканей организма. Улучшает остроту зрения на свет и цвет, положительно влияет на состояние нервной системы, кожи и слизистых оболочек, функционирование печени, кроветворение. Суточная потребность — 1,5–3,0 мг. Потребность возрастает при анацидном гастрите, хроническом энтероколите, гепатите, циррозах печени, анемиях, некоторых болезнях глаз и кожи. Содержание рибофлавина в кедровом масле — 0,14–0,17 %.

Витамин В₃ (ниацин) важен для синтеза жиров, белкового обмена и энергетического преобразования питательных веществ. Поддерживает нормальное состояние нервной системы и помогает предотвратить потерю аппетита. Участвует в процессах клеточного дыхания, выделения энергии при окислении углеводов и белков, воздействует регулирующим образом на высшую нервную деятельность, функции органов пищеварения, обмен холестерина и кроветворение. Влияет на сердечно-сосудистую систему, в частности расширяет мелкие сосуды. Суточная потребность 14–28 мг. Потребность возрастает при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, особенно с поносами, болезнях печени, атеросклерозе, длительном приеме противотуберкулезных препаратов. Содержание ниацина в кедровом масле 1,05–1,4 %.

Витамин Е (токоферол) — антиоксидант. Влияет на функции половых и других эндокринных желез (восстанавливает мужскую силу и возвращает молодость), стимулирует деятельность мышц, участвует в обмене белков и углеводов, способствует усвоению жиров, витаминов А и D, предохраняет мембраны клеток от повреждения. Суточная потребность — 12–15 мг. Она повышается при нарушении усвоения витамина Е при заболеваниях печени (гепатите, циррозе), поджелудочной железы, кишечника, а также при длительном приеме линетола, заболеваниях половой и нервно-мышеч-

ной систем, кожи, атеросклерозе. Содержание токоферола в кедровом масле 0,8–0,9 %.

Благодаря своему химическому составу кедровый орех не имеет противопоказаний к употреблению как в пищевых, так и в лечебно-профилактических целях. Особенно полезен кедровый орех:

- при ослаблении иммунитета;
- аллергических заболеваниях;
- атеросклерозе, ишемической болезни сердца;
- заболеваниях желудочно-кишечного тракта, в том числе язвенной и желче-каменной болезни.
- геморрое;
- болезнях почек и мочевого пузыря;
- гипертонии и атеросклерозе.

Лекарственные препараты

Кедровый орех часто рекомендуют смешивать с медом и использовать это лекарство как великолепное средство для повышения иммунитета.



Кедровый орех на меду

Это лекарство очень просто в приготовлении. Пол-литровую банку засыпьте кедровыми орехами на 3/4, можно добавить один тертый лимон, особенно если вы собираетесь использовать это лекарство для повышения иммунитета и для предотвращения авитаминоза.

Принимать до 5 ст. ложек 3 раза в день за 30 минут до еды. Детям 2–5 лет дают по 1–2 ст. ложки, детям 6–12 лет — по 3 ст. ложки.

Оно оказывает на организм комплексное воздействие, обусловленное действием меда и ядра кедрового ореха. Кедровый орех в меду ликвидирует недостаток витаминов и микроэлементов, повышает сопротивляемость организма, регулирует обменные процессы, укрепляет сосуды, обладает антисклеротическим и антианемическим

действием, нормализует состав крови, повышает либидо и потенцию у мужчин и женщин, благотворно влияет на бронхолегочную систему.


Это лекарство рекомендуется в следующих случаях.

1. При заболеваниях сердечно-сосудистой системы — атеросклерозе, стенокардии.
2. При заболеваниях крови, анемии.
3. При заболеваниях бронхолегочной системы — трахеобронхите, пневмонии, туберкулезе.
4. При авитаминозе.

Кроме того, оно рекомендуется для оздоровления организма и укрепления иммунитета в период лечебного голодания, соблюдения постных дней, для предупреждения преждевременного старения организма.

Масло и молоко

Кедровое масло не только ценнейший пищевой продукт, но и бесценное лекарство. Оно может заменить любое растительное масло (облепиховое, репейное, кокосовое, прованское, миндальное и т. д.) во всех случаях медицинского применения. Полноценно заменить кедровое масло невозможно ничем! Недаром В. М. Флоринский так написал в своей книге «Русские простонародные травники и лечебники»¹:

 Масло кедровое коросту с тела сгонит, различные язвы заживит, и вши от него убегают.


Как я уже писал, жители Сибири не случайно называли сибирскую сосну деревом-коровой. Дело в том, что из кедрового масла можно получать... сливки. Приготовленные из кедровых орехов растительные сливки по жирности вдвое превосходят коровьи, содержат жиров больше в два с лишним раза, чем мясо, и в 1,2 раза боль-

¹Флоринский В. М. Русские простонародные травники и лечебники. — Казань, 1880.

ше, чем яйца. По калорийности они значительно превосходят эти продукты, но в отличие от них не содержат холестерина. Растительные сливки и постное молоко, приготовленное из них, с давних пор использовались в лечебных целях. А самое главное, что это продукт, привычный для желудков большинства россиян, в отличие от сои, которая всюду пропагандируется как залог здорового образа жизни. Однако северные люди не способны ее переваривать и вместо здоровья получают расстройства пищеварительной системы. Не случайно говорят, что полезны только те растительные продукты, которые растут в вашем регионе.

В народной фитотерапии Сибири такие сливки широко применялись при лечении нервных расстройств, болезнях почек, атеросклерозе, повышенной кислотности, язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Кедровое молоко рекомендовалось кормящим матерям и грудным детям, с давних времен применялось для лечения нервных заболеваний, туберкулеза легких и заболеваний почек не только в Сибири, но и во многих странах Европы, куда экспортировались кедровые орехи.

Еще в 1786 г. целебные свойства кедровых орехов отмечал академик П. С. Паллас¹:

 В Швейцарии оные употребляют в аптеках; из них делают молоко, которое приписывают в грудных болезнях... по причине пронизательного, тонкого и отчасти бальзамического их масла оне с пользою употреблены были чахотными людьми.

Ценные диетические и лечебные свойства кедрового ореха отмечал врач Ф. Автократов, работавший в селе Талица, недалеко от Свердловска. Он сообщал, что орехи помогают при повышенном артериальном давлении и атеросклерозе. Положительный эффект от приме-

¹Паллас П. С. Описание растений Российского государства. — СПб., 1786.

ния кедровых орехов он получил и при лечении повышенной кислотности, язв желудка и двенадцатиперстной кишки, отрыжки и изжоги.

Кедровое масло является как пищевым продуктом для диетического, детского и спортивного питания, так и высокоэффективным терапевтическим средством для лечения ряда заболеваний. Получаемое из ядра кедрового ореха масло в концентрированном виде содержит витамины А, В₁, В₂, В₃ (РР), В₆, D, E, F. К примеру, по содержанию витамина E (токоферол), недостаток которого приводит к нарушениям обмена веществ и атеросклерозу, кедровое масло превосходит оливковое в пять раз.

Кедровое масло, являясь естественным природным продуктом, в отличие от многих лекарственных и витаминных препаратов, не имеет противопоказаний и не вызывает аллергических и иных побочных реакций. Кедровым маслом заинтересовалась не только народная и официальная медицина. По данным современных клинических исследований, кедровое масло:

- обладает общеукрепляющим действием;
- восстанавливает силы организма, повышает потенцию у мужчин, способствует устранению синдрома хронической усталости, повышает работоспособность, снимает последствия стрессов и повышает адаптивные возможности организма человека, особенно в зонах с неблагоприятными климатическими и экологическими условиями жизни;
- особенно эффективно при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта: гастритов, панкреатитов, холециститов, язве желудка и двенадцатиперстной кишки (вплоть до полного рассасывания) и др.;
- помогает при ОРЗ (простуда, грипп и др.), ларингите, трахеите и т. д., особенно ценно как профилактическое средство;

- предотвращает облысение, ломкость волос, ногтей, эффективно при псориазе, дерматитах, диатезе, крапивнице, нейродермитах и других кожных заболеваниях, пролежнях, эрозиях, трофических язвах, ожогах и обморожениях.



- При внутренних заболеваниях кедровое масло принимается от 1 ч. до 1 ст. ложки за полчаса-час до еды мелкими глотками, 1–3 раза в день.
- При простуде и насморке масло следует закапывать в нос.
- Для лечения кожных заболеваний рекомендуется внутренний прием сочетать с накладыванием повязок с кедровым маслом на пораженные места.

Следует отметить, что далеко не все кедровое масло полезно. Необходимо точно знать, как оно получено. Самый простой способ получения масла — это **экстракция**. Кедровый орех заливают бензином или эфиром, который вначале вытягивает (экстрагирует) масло из ореха, а затем постепенно улетучивается. Кедровое масло, полученное подобным способом, не только не имеет вышеописанных качеств, но может даже навредить человеку. Поэтому не рекомендуется приобретать разливное кедровое масло с рук: скорее всего, оно получено именно таким способом, так как все остальные варианты его производства требуют дорогостоящего оборудования.

Другой способ получения кедрового масла — это давление ядра кедрового ореха под прессом при высокой температуре. В отличие от масла, полученного методом экстракции, это масло безвредно для человека, но употребление его не принесет пользы, поскольку большинство веществ, определяющих его питательную и лечебную ценность, будут разрушены под воздействием высоких температур.

Единственная технология, позволяющая сохранить все богатство питательных свойств, — это холодное прессование ядра кедрового ореха. Холодным прессованием кедрового масла получается намного меньше, чем

при вышеописанных способах, поэтому кедровое масло, полученное по данной технологии, является очень дорогим продуктом.

Кедровое масло — лучшее лекарство

Масло кедрового ореха издавна применялось в народной медицине. Оно содержит большое количество необходимых организму полиненасыщенных жирных кислот, жирорастворимые витамины Е и F, обладающих высокой физиологической и антиокислительной активностью. В масле содержится очень важный для организма фосфатидный фосфор. Оно также богато жизненно важными микроэлементами: фосфором, калием, магнием, марганцем, медью, цинком, кобальтом, йодом.

Клинические испытания кедрового масла проводились в Томском НИИ курортологии и физиотерапии. Предполагалось в ходе экспериментов выяснить лечебную эффективность препарата при внутреннем и наружном применении, а также возможность использования его в физиотерапевтических процедурах. Кроме того, медиками разрабатывалась методика лекарственного применения кедрового масла.

Был сделан вывод, что кедровое масло оказывает лечебный эффект, хорошо переносится больными и может применяться для лечения заболеваний органов пищеварения. Особенно эффективно оно при язвенных поражениях желудка и двенадцатиперстной кишки и, кроме того, оказывает противовоспалительное и обезболивающее действие. При холециститах и гепатохолециститах рекомендуется использовать кедровое масло, разведенное молоком.

Показания к применению кедрового масла

- Язвенные поражения желудка и двенадцатиперстной кишки, послеоперационный период, после удаления язвы или полипов — кедровое масло принимать за 30 минут

или 1 час до приема пищи в течение 21–24 дней медленными глотками по 1 ч. ложке 3 раза в день.

- Холецистит и гепатохолецистит — кедровое масло назначается за 1 час до приема пищи в разведении с молоком в соотношении 1:1 за 30 минут или 1 час до приема пищи в течение 21–24 дней по 1 ч. ложке 3 раза в день медленными глотками.
- Гастрит, бульбит, хронический панкреатит — кедровое масло назначается по первой методике.

Противопоказаний к применению нет.

В 1992 г. было проведено исследование лечебно-профилактического действия масла кедрового ореха в группе лиц, принимавших участие в ликвидации последствий аварии на Чернобыльской АЭС в 1986–1987 гг. Всего под наблюдением находилось 11 человек. Преобладающими жалобами были повышенная утомляемость, нарушение работоспособности во второй половине дня (у всех 11 человек), плохой сон (8 человек), частые нервно-психические срывы (7 человек), периодические головные боли (7 человек). Кроме того, 4 человека страдали хроническим гастродуоденитом и 3 — хроническим ларинготрахеитом.

Курс лечения составлял по продолжительности от 30 до 45 дней и включал ежедневный прием внутрь кедрового масла в виде 50-процентной эмульсии на молоке. Практиковались два варианта приема препарата: один раз в сутки натощак, утром в количестве 1 ст. ложки (около 20 г) и 3 раза в сутки перед приемом пищи в количестве 1 ч. ложки масла (около 7 г).

Результаты приема кедрового масла всеми пациентами оцениваются положительно. Все 11 человек отметили улучшение общего самочувствия, повышение работоспособности, существенную стабилизацию состояния нервной системы, нормализацию сна. Исчезли или стали менее выраженными головные боли. Благоприятное действие отмечено и со стороны желудочно-кишечного тракта — практически исчезли симптомы гастрита,


нормализовалась работа кишечника. Полностью исчезли явления ларинготрахеита у трех пациентов, страдавших этим заболеванием. Более того, за время приема препарата ни один из пациентов не заболел гриппом или другим острым респираторным заболеванием, несмотря на то что эксперимент совпал с эпидемией гриппа.

Глава 9

ЛЕЩИНА

Фундук, или ломбардский орех, а также его дикорастущий родственник лещина (*Corylus*) — истинный ореховый король. Еще с незапамятных времен этим небольшим орешкам приписывали многочисленные магические свойства: они служили оберегом от нечистой силы, от мышей, грозы, были символом супружества, семейного счастья, изобилия, здоровья и богатства, неотъемлемой частью девичьих гаданий, а главное, нередко спасали от голода в неурожайные годы, да и сейчас вполне могут выручить заплутавших путников.

Более того, это единственные настоящие орехи. Их родина — Малая Азия и Кавказ, откуда они распространились по всей Европе. В XVII–XVIII вв. фундук был завезен и в Америку. Наши предки приписывали им магические свойства и считали, что они могут защитить от молнии, сглаза, нечистой силы, мышей и змей. Нам лучше знаком фундук — культурная разновидность лещины, его еще называют лесным орехом. В нем больше жира, поэтому и на вкус он значительно нежнее своего дикого собрата.

 Дерево лещины довольно тонкое, около 5 метров высотой. Орешник цветет в марте-апреле, его цветки невзрачные и разнополые, плоды образуются только из женских цветков, очень похожих на почки, с карминно-красными кисточками — рыльцами. Плоды лещины и фундука имеют характерную листовую обвертку.

И фундук, и лещина богаты многими питательными веществами.

Фундук — диетический продукт

Фундук пользуется огромной популярностью благодаря своей высокой питательной ценности (его энергетическая ценность 679 ккал) и отменным вкусовым качествам. Фундук используется в производстве ореховой пасты, крема, шоколада, в кондитерской промышленности и даже для приготовления ликера. Фундук — основа халвы и знаменитой чурчхелы, и просто лакомство, и один из основных поставщиков белка в рационе вегетарианцев.

Ежедневное употребление всего 100 граммов этих орехов полностью удовлетворяет потребность человеческого организма в белках. Помимо этого, они содержат вещества, необходимые организму для очищения от шлаков. Как вспомогательное средство фундук используются при хронической усталости, диабете, гипертонии и ожирении.

В ядрах фундука содержится большое количество растительного масла, в состав которого в основном входят глицериды олеиновой, стеариновой и пальмитиновой кислот, которые препятствуют росту холестерина в крови, защищают от сосудистых заболеваний, а также крайне необходимы для растущего организма. Поэтому фундук должен быть неотъемлемой частью питания детей, молодежи и особенно лиц пожилого возраста. В связи с этим фундук рекомендуется при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и малокровии, увеличении предстательной железы, при варикозном расширении вен, флебитах, трофических язвах голени и капиллярных геморрагиях.

Для того чтобы довести фундук до привычного нам вида — темно-коричневого ореха в крепкой кожуре, над ним приходится серьезно поработать.

Если обвертка не отваливается сама, по мере созревания ореха от нее надо освобождаться, для чего есть плюскоочистительные машины. На веялке отвеивают пус-

тые, а значит, легкие орехи. Помимо этих процедур орехи подвергают ферментации — держат с неделю под навесом или слегка (до 40 °С) подогревают. Скорлупа коричневеет, а ядра приобретают знакомый характерный вкус. Теперь фундук можно хранить как минимум три года. Перед употреблением его полезно прокалить примерно при 100 °С и обрызгать холодной водой, чтобы скорлупа стала совсем хрупкой. Биохимики уверяют, что при калении выделяется чуть-чуть сероводорода, который придает орехам этакий пикантный привкус.

Традиционно фундук применяется в кондитерском производстве и при изготовлении сладостей. В молочной промышленности дробленый фундук используется в различных творожных массах, творожных глазированных сырках, при производстве мороженого. Фундук также является одним из компонентов столь популярных в наше время сухих завтраков.

Химический состав и лекарственные свойства

Фундук характеризуется высоким содержанием жира (60%), белка (20%), витамина Е и минеральных веществ: калия, железа, кобальта.

Процентное содержание веществ в фундуке

Белок	12,6 %
Жир	62 %
Углеводы	13,7 %
Минеральные вещества	0,3 %
Витамин В ₁	0,33 %
Витамин В ₂	0,12 %
Витамин В ₆	0,24 %
Витамин Е	5,8 %

Витамины группы В и витамин Е, в большом количестве содержащиеся в ядрах фундука, являются обязательными компонентами для нормального функционирования сердца, мышц, репродуктивной системы человека. Наиболее важной особенностью витамина Е является его способность препятствовать образованию канцерогенных факторов в организме. То есть витамин Е является мощным профилактическим средством против рака, а также болезней сердца и мышечной системы.

Минеральные вещества, представленные в фундуке, также очень полезны. Кальций укрепляет кости и зубы, железо необходимо для крови, цинк — для выработки половых гормонов, калий необходим для работы сердца и водного обмена. Высокое содержание калия, кальция и натрия способствует эффективному развитию и укреплению структуры костей и предотвращает высокое кровяное давление.

Издравле врачи использовали кору дерева, листья и плоды в качестве лекарства. Фундук всегда считался источником здоровья и счастья. При малокровии принимают очищенные от кожуры и растертые в муку лесные орехи с изюмом.

Так же как из других орехов, из фундука добывают масло, оно не высыхает, очень вкусное, легко усваивается организмом.

Прекрасным общеукрепляющим средством, помогающим от усталости и авитаминоза, является очищенный фундук с медом. Еще более полезным считается фундучное молоко.

60 г ядер фундука поджарить, растереть в ступке или смолоть, затем смешать с 0,5 л горячего молока и 2 ст. ложками меда. Через 15 минут молоко готово, его можно пить без ограничения.

Глава 10

АРАХИС

Я думаю, это самый известный и наиболее покупаемый орех в России, который на самом деле к орехам вообще никакого отношения не имеет: он является ближайшим родственником гороха.

Земляные орехи, или арахис (*Arachis hypogaea*), — травянистое растение семейства бобовых. Его родина — Бразилия или Перу. В пазухах листьев образуются мелкие желтые или оранжевые однополые цветки — мужские и женские на одном и том же растении. После опыления лепестки женских цветков вянут и опадают, а их цветоножка с завязью на конце удлиняется и растет вниз, буквально заталкивая завязи в почву на глубину до 15 см, именно поэтому его второе название — земляной орех. Образовавшиеся подземные плоды являются бобами, под хрупкой красной, темно- или светло-коричневой оболочкой которых содержится от 1 до 5 ядер. Обычно растение дает 25–50 бобов. Существуют два основных сорта арахиса подземного — крупносемянный и мелкосемянный кустистый. Большинство крупносемянных сортов — ползучие лианы с бобами по всей длине побегов, а мелкосемянные, включая популярный узбекский арахис, — прямостоячие растения с бобами, располагающимися группами вокруг основания куста.

История арахиса

Считается, что арахис выходец из Африки, но фактически дикие растения арахиса не найдены нигде, кроме Южной Америки, впервые он был обнаружен за 950 лет до н. э. Перуанские археологи обнаружили скорлупу арахиса на раскопках некоторых церемониальных уча-

стков III тысячелетия до н. э. Этот орех до сих пор занимает значительное место в национальной кухне этой страны.

Дикие виды арахиса в древние времена назывались лесным американским орехом. Считается, что в качестве пищевой культуры его начали использовать римляне. Так как орех этот был достаточно дешев и очень питателен, им кормили рабов на галерах.

После открытия Америки арахисом заинтересовались испанские конкистадоры: они использовали его как добавку к кондитерским изделиям и как сырье для напитка, напоминающего кофе. Климат Южной Америки не способствовал хорошему самочувствию испанцев и провоцировал состояние хронической усталости у новых поселенцев. Эти недомогания они приписывали новым для себя продуктам питания, в частности арахису. В связи с этим арахис не считался здоровой пищей, ему приписывали возникновение головокружения и головных болей (типичные признаки высотной болезни). Значительно позднее Александр Дюма добавил к этому еще и воспаление горла.

Но колонисты не расстроились и нашли еще одно применение зернам арахиса. Они использовали его как сырье для получения масла для фонарей.

Нам кажется, что арахис в России употребляли издавна, однако это далеко не так. В Европе арахис получил признание только в начале XIX в., да и то благодаря тому, что имел страстного поклонника и защитника в лице эксцентричного француза по имени Кондамин, который посвятил жизнь пропаганде и популяризации арахиса.

В России арахис стал известен только с конца XVIII в. В 1792 г. он проник через Одессу из Турции, а первые попытки возделывания арахиса относятся к 1825 г., когда этим растением заинтересовался Одесский ботанический сад, после чего арахис стал появляться на приусадебных

участках. Пробные попытки увенчались успехом и сделали возможным возделывание его на юге Украины.

Несколько позже арахис стали выращивать на Северном Кавказе, в 1861 г. — в окрестностях Екатеринодара, в 1894–1897 гг. — в Закавказье, в 1898 г. — на Украине близ Одессы, наконец, в 1910 г. были опубликованы материалы об удачных опытах выращивания арахиса на орошаемых землях в Средней Азии. Важной полевой культурой арахис стал лишь при советской власти.

Столетием раньше португальцы привезли в Западную Африку арахис вместе с некоторыми другими ценными продуктами. Африканцы тотчас же оценили его по достоинству как источник бесценного растительного белка. Кроме того, растение арахис обогащает почву азотом. Самое удивительное, что в Бразилии арахис не использовался коренным населением (индейцами) вплоть до появления там рабов из Африки, которые привнесли традицию потребления этого растения. Во времена гражданской войны между севером и югом арахис распространился по всем Соединенным Штатам.

Как это ни удивительно, арахис раньше всех стали использовать китайцы. Первые упоминания об арахисе датируются уже 1530 г., всего через несколько десятилетий после открытия Америки. Вероятно, зерна этого растения попали в Китай вместе с испанскими и португальскими торговцами специями и миссионерами. В то время как Китай совершенно не принял картофель, который считался там пищей отчаявшихся и бедных, арахис получил превосходный прием в стране с наиболее изысканными кулинарными традициями в мире.

Арахис — диетический продукт

Пищевые качества арахиса уже давно были по достоинству отмечены президентом Америки Джорджем Вашингтоном. В то время его выращиванием занимались рабы, и он играл большую роль в росте и развитии пище-

вой индустрии из-за своей высокой питательной ценности. Именно поэтому во время Второй мировой войны в нем возникла огромная потребность. В Америке 60 % выращиваемого арахиса идет на производство продуктов питания. Этот орех обычно поджаривают с солью, также он широко используется в выпечке, кондитерских изделиях, острых соусах и для получения орехового масла.

Постоянное употребление арахиса снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний, способствует росту и обновлению клеток.

Американские ученые рекомендуют ежедневно потреблять одну унцию — около 30 г арахиса. Считается, что арахис — любимая пища вегетарианцев и топ-моделей, ведь, во-первых, арахис самый питательный орех, а во-вторых, от него абсолютно не полнеют. В арахисе много белка, поэтому он быстро утоляет голод.

Бобы арахиса — ценнейшая культура, обладающая хорошо сбалансированным и необходимым для человека содержанием белков, жиров и углеводов.

Даже небольшое количество съеденных орехов надолго дает ощущение сытости (его энергетическая ценность 642 ккал).

Основная часть всех выращиваемых орехов идет на приготовление масла, по пищевым качествам превосходящего многие другие растительные масла.

Как вспомогательное средство арахис используется при повышенном содержании холестерина, бессоннице, сильной утомляемости, а также при ожирении.

Арахис используется в различных формах — сырой, жареный, дробленый, в виде арахисового масла, точнее, пасты, кондитерских изделий и т. п. Это также один из главных источников растительного масла, используемого для заправки салатов и приготовления других блюд, для производства разрыхлителя теста, маргарина и мыла. Жмых, остающийся после выжимания масла,

а иногда и цельные плоды арахиса скармливают скоту. Хотя свиньи, получающие такой корм, дают довольно дряблое мясо, говорят, что у приготавливаемой из него ветчины превосходный аромат. Жаль только, попробовать ее нам вряд ли удастся. А вот арахисовые палочки вы сможете изготовить сами.

Арахисовые палочки

Для их изготовления вам потребуется: арахис очищенный — 500 г, мука — 500 г, сахар — 2 стакана, яйца — 4 шт, молоко — 40 мл, сливочное масло — 60 г, соль.

Замесите тесто из муки, дробленого арахиса, сахара, взбитых яиц, растопленного сливочного масла, молока и соли. Раскатайте его в пласт толщиной 1 см, нарежьте полосками и испеките в духовке.

Самое замечательное, что арахис можно использовать не только в пищу: он нашел применение в промышленности и науке. Думаю, для многих из вас будет открытием, что из него производят клеящие вещества, синтетические волокна, составы для мелования бумаги, пламягасящие жидкости, проклейки для бумаги и тканей, водоотталкивающие материалы, белковые гидролизаты для выращивания продуцентов антибиотиков и т. д.

Химический состав и лекарственные свойства

Особенно полезен арахис, настоянный на красном вине. Американские исследователи обнаружили, что в нем содержится резвератрол — вещество, благодаря которому красное вино обладает целебными свойствами. Арахис в количестве 20–25 орешков в день нормализует функции кровеносных органов и... разглаживает морщинки

Арахис не только очень вкусный и питательный, но также и целебный орех. Он содержит витамины группы В, которые придают блеск волосам и оказывают успо-

каивающее действие на нервную систему, и витамины группы Е, которые стимулируют мышечную активность и функции половых желез.

Процентное содержание веществ в арахисе

Белок	27 %
Жир	55 %
Углеводы	8 %
Минеральные вещества	0,13 %

Смесь арахисовой муки с водой используют при язве желудка и двенадцатиперстной кишки. А вот от целых орехов в этом случае лучше воздержаться.

Вещества, которыми богат арахис, необходимы, причем в большом количестве, для нормального функционирования нервной ткани, сердца, печени и других органов и систем. Арахисовое масло и орехи относят к желчегонным средствам.

Арахис и масло из него содержат главным образом ненасыщенные жиры, которые способствуют понижению уровня холестерина в крови. Именно этим объясняется снижение риска сердечно-сосудистых заболеваний при регулярном употреблении арахиса.

Более того, арахис обладает еще следующими свойствами:

- повышает половую потенцию;
- улучшает память и внимание;
- повышает порог слуховой чувствительности;
- полезен при сильном истощении и тяжелой болезни.

Как я уже писал, у арахиса множество имен, одно из них — бразильский масличный орех. Именно из-за масла, которого в земляном орехе около 50 %, арахис выращивают все чаще. Арахис официально считается масличной культурой. По значимости арахисовое масло

уступает разве что соевому, успешно конкурируя с хлопковым и подсолнечным.

При холодном прессовании получают высшие сорта почти бесцветного масла — превосходного пищевого продукта без запаха, своим приятным вкусом почти не уступающего оливковому маслу. Оно идет в пищу, но главным образом для приготовления лучших сортов рыбных консервов, маргарина, кондитерских (шоколада) и хлебобулочных изделий. Используется оно также в фармакологии. Низшие сорта масла идут на мыловарение, при этом получают высококачественное, так называемое марсельское мыло.

В арахисе содержится много олеиновой кислоты — ненасыщенных жиров, которые повышают уровень так называемого хорошего холестерина, защищающего артерии от закупоривания. Она также понижает уровень плохого холестерина, вредного для сердца.

unsaturated

Глава 11

МИНДАЛЬ

Миндаль также не имеет никакого отношения к орехам по биологическим характеристикам. Плод его называется костянкой и ближе всего по строению к персику. Он представляет собой косточку внутри зеленой мякоти. К моменту сбора урожая она полностью высыхает. Миндаль бывает сладким и горьким. Обычно на 100 зерен первого добавляют для аромата 1–2 зернышка второго. Горький вкус миндалю придает вещество амигдалин, при расщеплении которого выделяется синильная кислота. Это сильнейший яд, поэтому, если за один прием съест 60 таких зерен, возможен летальный исход.

Родина миндального дерева — Западная и Средняя Азия. Он был известен еще древним евреям, сейчас растет от Средиземноморья до Средней Азии, в Калифорнии, Южной Африке, на юге Австралии. Оно очень любит солнце: чем его больше, тем крупнее орешки. Цветы миндаля нежно-розового цвета и очень чувствительны к любой перемене погоды.

Сбор миндаля чаще всего производится путем тряски деревьев вручную, но в настоящее время для этого чаще используются специальные машины.

Миндаль — диетический продукт

Я думаю, что о применении миндаля в пищевой промышленности известно всем. Этот орех ароматен, обладает приятным вкусом, придает пикантный привкус различным блюдам, употребляется в различных изделиях из теста, сладостях, для приготовления ликеров и изысканных блюд, одно из которых — миндальное суфле.

Миндальное суфле

Для его приготовления вам потребуется: миндаль — 400 г, яйца — 8 шт, сахар — 1 стакан.

Измельчите орехи на мясорубке или в комбайне, желтки разотрите с сахаром и все соедините. Отдельно взбейте белки и осторожно смешайте их с миндальной массой. Смажьте форму маслом, посыпьте мукой и выложите в нее белково-миндальную массу. Запекайте в духовке до румяной корочки. Подавайте на стол с молоком или сливками.

Однако не все, наверное, знают, что миндаль является ценным диетическим продуктом питания. Он чрезвычайно богат всеми необходимыми для питания компонентами. Это великолепный поставщик витаминов и микроэлементов. Более того, этот орех очень питателен, его энергетическая ценность 640 ккал.

Химический состав и лекарственные свойства

Миндаль широко используется в гомеопатии. Он содержит необходимые организму белок, кальций, железо, фосфор, а витамины В₂ и В₃ способствуют обмену веществ, незаменимы для поддержания в здоровом состоянии зубов, волос и кожи.

Процентное содержание веществ в миндале

Белок	18,6 %
Жир	54,2 %
Углеводы	16,9 %
Минеральные вещества	3 %
Витамин В ₁	0,05 %
Витамин В ₂	0,0012 %
Витамин А	0,3 %
Витамин С	0,17 %

Чаще всего миндаль рекомендуют в качестве общеукрепляющего средства, а также при кашле и болезнях кишечника.

При язве желудка рекомендуют следующую смесь:

30 г ядер сладкого миндаля и 1 ядро горького растолочь и смешать с 1/2 стакана молока и 50 мл сливок. Этого количества хватит на 2 раза, принимать за полчаса до еды.

Миндальное масло используется в косметической промышленности. А горсть миндаля, съедаемая ежедневно, помогает женщинам продлить молодость.

Глава 12

ФИСТАШКИ

Так же как миндаль, фисташки являются всего-навсего косточками внутри плода, мякоть которого высыхает при созревании. Скорлупа зрелого ореха растрескивается, обнажая ядро зеленого цвета: чем интенсивнее окраска, тем оно спелее.

Родиной фисташек (*Pistacia*) — орехоплодных кустарниковых и древесных растений семейства сумачовых — являются страны Средиземноморья. Дерево фисташки невысокое, но изящное, с корой серого цвета и серовато-зелеными листьями. Оно, поистине уникально, способно переносить мороз, жару и даже засуху. Но для нормального созревания плодов нужна все же настоящая жара. Фисташковые деревья живут около 400 лет, а в горных местностях встречаются и такие, которые перешагнули семивековой рубеж.

Молодой незрелый плод фисташки похож на сливу-дичок. Орешек прячется под гладкой парной скорлупой и представляет собой овальное ядро, сладковатое на вкус. Орех может быть разного цвета — от желтовато-зеленого до кремового. Собирать урожай можно только ночью, потому что днем листья этого растения выделяют дурманящие эфирные масла.

Известно, что фисташки ели и разводили еще в Древнем Вавилоне и Ассирии начиная с IV в. до н. э. В России фисташки появились сравнительно недавно и сразу же стали популярны как закуска к пиву, а в Европе их, обжаренные и политые лимонным соком, подают с шампанским и десертными винами.

Фисташки — диетический продукт

Фисташки очень вкусны и приобретают особый аромат после обжаривания с солью. Эти орехи также очень питательны. Они используются для приготовления различных блюд, в том числе кондитерских изделий, таких как нуга, например, или мороженое, а также в качестве пищевого красителя.

Фисташки по праву считаются деликатесной пищей. Это самая нежная закуска к шампанскому и легким десертным винам. Содержащиеся в них в небольшом количестве эфирные масла чрезвычайно полезны для поддержания жизненного тонуса. Не случайно их называют орешками хорошего настроения, однако норма их суточного потребления не должна превышать 100 г.

По мнению экспертов Национального филаделфийского пищевого института США, именно фисташки обладают наибольшей калорийностью (их энергетическая ценность 642 ккал) и идеальным сочетанием необходимых человеку витаминов, минеральных веществ и аминокислот. Благодаря этим качествам они часто используются в питании истощенных больных. Ведь недаром высококачественные фисташки имеют и другое название — *magic nut* (магический орех — одно из древних названий фисташек). А такое магическое блюдо, как фисташковый крем, вы сможете приготовить сами.

Крем фисташковый

Для его изготовления вам потребуется: очищенные орехи — 400 г, сливки — 1,5 стакана, сахар — 1,5 стакана. Взбейте сливки с сахаром и добавьте размолотые фисташки. Выложите крем на блюдо, дайте застыть в холодильнике.

Химический состав и лекарственные свойства

Народная медицина считает, что фисташки помогают при гипертонии, туберкулезе, малокровии, болезнях

печени и желудка. Они успокаивают бронхитный кашель и снижают тягу к алкоголю, а также оказывают общее укрепляющее воздействие на организм. В день рекомендуется съесть по 30–40 г орехов, можно с медом, но не более 100 г.

Этот орех содержит достаточно много белка, витамина Е и минеральных веществ. Растительный жир оказывает стимулирующее действие на защитные механизмы организма, тем самым укрепляя иммунитет. Белки удовлетворяют потребность организма в незаменимых аминокислотах. Витамин Е нормализует мышечную деятельность, нейтрализует вредные для организма продукты кислородного обмена, снижает вероятность появления рака.

Процентное содержание веществ в фисташках

Белок	20,8 %
Жир	51,6 %
Углеводы	16,4 %
Минеральные вещества	2,6 %
Витамин В ₁	0,018 %
Витамин В ₂	0,004 %
Витамин Е	0,008 %
Тиамин	0,01 %
Рибофлавин	0,12 %

Фисташки содержат много витамина Е, известного природного антиоксиданта, омолаживающего организм, а также большое количество микроэлементов.

Фисташки не содержат никаких вредных примесей и добавок, и даже сама технология их обработки построена так, что сохраняет в целостности скорлупу, предохраняющую орех от любого случайного загрязнения. Поэтому фисташки обязательно включают в различные диетические меню.

Фисташки имеют применение и как продукт лечебного питания:

- при значительной физической и умственной нагрузке придают бодрость, снимают усталость;
- благотворно воздействуют на работу мозга;
- снимают учащенное сердцебиение, при регулярном употреблении в пищу резко снижают предрасположенность к сердечным заболеваниям;
- полезны для печени, применяются при холодности печени (пониженной функции), открывают закупорки в печени (ядра, масло);
- помогают при лечении желтухи;
- используются как болеутоляющее средство при печеночных и желудочных коликах;
- используются для лечения малокровия;
- полезны при болезнях груди, кашле, используются как противотуберкулезное средство;
- усиливают половую потенцию;
- очищают места язв и делают незаметными шрамы от них.

Фисташки применяют также для изготовления масла, которое используется в кондитерском, колбасном, парфюмерном и фармацевтическом производствах. Как вспомогательное средство фисташки очень полезны при хронической усталости, гипертонии, болезнях печени и сердца, а также во время больших физических нагрузок. Масло также используют для выведения веснушек и пятен на коже.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обращаю ваше внимание на то, что орехи нужны не только в качестве лекарства, но и как профилактическое средство. Только при их употреблении следует соблюдать несколько простейших правил.

- Орехи лучше есть на ночь или с утра.
- Их употребляют, тщательно пережевывая или измельчив, так они лучше усваиваются.
- Не следует употреблять большое количество орехов сразу, это может вызвать дискомфорт в желудке и другие недомогания.

Если вы хотите приобрести препараты и методики или получить консультацию, пишите по адресу: *Сочи-2, а/я 159, Гарбузову Г. А.*

КНИГА-ПОЧТОЙ

ЗАКАЗАТЬ КНИГИ
ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА «ПИТЕР»
МОЖНО ЛЮБЫМ УДОБНЫМ ДЛЯ ВАС СПОСОБОМ:

- по телефону: (812) 703-73-74;
- по электронному адресу: postbook@piter.com;
- на нашем сервере: www.piter.com;
- по почте: 197198, Санкт-Петербург, а/я 619, ЗАО «Питер Пост».

ВЫ МОЖЕТЕ ВЫБРАТЬ ОДИН ИЗ ДВУХ СПОСОБОВ
ДОСТАВКИ И ОПЛАТЫ ИЗДАНИЙ:

- ☞ Наложным платежом с оплатой заказа при получении посылки на ближайшем почтовом отделении. Цены на издания приведены ориентировочно и включают в себя стоимость пересылки по почте (но без учета авиатарифа). Книги будут высланы нашей службой «Книга-почтой» в течение двух недель после получения заказа или выхода книги из печати.
- ☞ Оплата наличными при курьерской доставке (для жителей Москвы и Санкт-Петербурга). Курьер доставит заказ по указанному адресу в удобное для вас время в течение трех дней.

ПРИ ОФОРМЛЕНИИ ЗАКАЗА УКАЖИТЕ:

- фамилию, имя, отчество, телефон, факс, e-mail;
- почтовый индекс, регион, район, населенный пункт, улицу, дом, корпус, квартиру;
- название книги, автора, код, количество заказываемых экземпляров.

Вы можете заказать бесплатный журнал «Клуб Профессионал»

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
ПИТЕР
WWW.PITER.COM



с 10 стр. - легкие формы болезней (рак, грипп, ОРВИ, грипп и др.), об олеиновой кислоте, охитирии при микотоксикациях.

46 - горький, грецкий орехи, жел. гай.

49 - ширтовал настойка горького ореха

X. Кларк "Неизвестные болезни нет!"

21 - препараты из горького ореха в России.

23 - -II- в США, горький орех распродан по витаминизации с.

26 - камлительные препараты из горького ореха, ширта (против карисса и др.).

31 - асан-ширтовой водой горького ореха от микотоксикации (лабровишня, бузина, персик, туя).

Гарбузов "Фибромиоз и фиброз - против кобальта и цинка!"

38 - тодимаки (на керосине против рака и др.)

45 - где, что применять (ширтовой, водный или керосиновый настой), фитодрук (эффентивные вех остальных от асана до тодимаки).

48 - особенности рака.

Медицинский керосин.

49 - лечение рака настоем горького ореха.

А. Корозецкий "Человек против 100 болезней."

54 - детоксикация во всех случаях.

57 - восстановление микрофлоры кишечника.

59 - препараты лечения от рака.

62 - адрес полевой Гарбузова и телеф.

он (с. 64).

70 - против рака против болезни жел. т.п.



Гарбузов Геннадий Алексеевич — известный целитель из Сочи, давний последователь Б. В. Болотова, автор около 100 научно-популярных статей и книг. Хорошо известен по многочисленным публикациям в газетах «Целитель», «Народный доктор», «Вестник ЗОЖ», «Вестник надежды» и т. д. Там же можно встретить и слова благодарности людей, которых Гарбузов вылечил от различных заболеваний, в том числе онкологических, когда официальная медицина оказалась беспомощна.

Его новая книга явилась плодом длительной исследовательской работы по изучению противораковых и других лекарственных свойств черного ореха и созданию препаратов на его основе.

Это растение, обладающее поистине уникальными целебными свойствами, известно давно. Древние греки и римляне использовали черный орех для лечения кожных грибковых заболеваний, американские индейцы и жители Азии уничтожали с его помощью кишечных паразитов. Сейчас доказано, что он является одним из самых сильных естественных антибиотиков. Также ученый расскажет о лекарственных свойствах грецкого, кедрового и других орехов, которые давно зарекомендовали себя как средство избавления от многих недугов.

В книге вы найдете только уникальный материал, представленный ученым-целителем, и узнаете о результатах лечения с использованием авторской методики из первых уст.

 **ПИТЕР**

Заказ книг:

197198, Санкт-Петербург, а/я 619
тел.: (812) 703-73-74, postbook@piter.com

61093, Харьков-93, а/я 9130
тел.: (057) 712-27-05, piter@kharkov.piter.com

www.piter.com — вся информация о книгах и вео-магазин