

Алевтина КОРЗУНОВА

Камни, которые лечат

ШУНЗИТ

**Минерал творит
чудеса**

**Лучшие
рецепты
исцеления**



Я привлекаю здоровье

Алевтина КОРЗУНОВА

Камни, которые лечат

ШУНГИТ

Минерал творит
ч у д е с а

МОСКВА



2005

Я привлекаю здоровье

УДК 615.89
ББК 53.59
К 66

Оформление художника *Е. Брынчик*

Публикуется с разрешения правообладателя:
Литературного агентства «Научная книга»

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

Корзунова А. Н.

К 66

Шунгит: Минерал творит чудеса. — М: Изд-во Эксмо, 2005. — 96 с.

ISBN 5-699-09705-8

О целебных свойствах шунгита заговорили совсем недавно, а между тем «Марциальные воды» славились еще со времен Петра. В указе того времени говорится: «...Понеже оные воды лечат следующие жестокие болезни, а именно: цинготную, желчь, бессильство желудка, рвоту, понос, почечную, каменную, ежели песок, или малые камни и оные из почек гонит... и от прочих болезней великую силу имеют...»

Прошло почти три века, и необыкновенные качества шунгита вновь привлекли внимание ученых и медиков. Лечению шунгитом с успехом поддаются сердечно-сосудистые и астматические заболевания, аллергии, простудные и ревматические заболевания и многое другое.

Шунгит очищает воду от вредных примесей эффективнее самого модного фильтра, а о чудесах, происходящих с людьми, использующими пирамиды из необыкновенного материала, сегодня пишут как о сенсации едва ли не все газеты страны.

Познакомьтесь с «новым старым» лекарем — шунгитом, — и многие беды и болезни обойдут ваш дом стороной.

УДК 615.89
ББК 53.59

ISBN 5-699-09705-8

ООО «Издательство «Эксмо», 2005

Введение

Рада вновь приветствовать вас, уважаемые читатели, на страницах моей новой книги. Сегодня речь пойдет об уникальном, не имеющем аналогов, лечебном камне — шунгите.

Нетрадиционная медицина постепенно завоевывает все новые сферы влияния, внедряясь в области, казалось бы, давно уже занятые официальной медициной.

Появляются различные методики излечения, основанные на применении давно уже известных естественных препаратов, либо на вновь создаваемых химических веществах. Интересно, что совсем необязательно искать средства излечения в экзотических уголках земного шара, ездить в поисках жизненно необходимого препарата по заброшенным джунглям Южной Америки или по бескрайним пескам пустыни Гоби.

Все, что необходимо, можно найти у себя под боком, в нашей стране. В Карелии находится единственное в мире месторождение уникального по своим лечебным свойствам камня, имя которому — шунгит.

Удивительный минерал лежит в земных недрах на глубине, приблизительно соответствующей 2 млрд лет, что ставит исследователей сразу перед несколькими вопросами, ведь в это время на планете, по всем подсчетам, еще не могло быть углерода, из которого состоит этот камень. Но только химическим составом вопросы не ограничиваются.

Сравнительно недавно выяснилось, что обладает шунгит и целебными свойствами — настоящая на нем вода излечивает целый комплекс заболеваний, в том числе и рак. Выполненные в форме небольших пирамидок, поделки из шунгита пользуются устойчивым спросом и положительно характеризуются даже со стороны представителей официальной медицины.

За невзрачной оболочкой кроется поистине могучая жизненная энергия, путь которой к больному или ослабленному организму значительно облегчается применением шунгита в совокупности с другими целебными средства-

ми, например «серебряной водой» или лекарственными настоями.

В этой книге я решила обобщить полезные сведения, которые скрупулезно собирались почитателями шунгитовой воды и пациентами, счастливо избежавшими угрозы для жизни благодаря своевременному применению этого препарата.

Представленные вашему вниманию рецепты помогут вылечить заболевание или предупредить его возникновение, поднимут тонус и очистят организм от воздействия неблагоприятной для жизни и здоровья энергии.

Глава 1

ШУНГИТ. ЧЕГО МЫ О НЕМ НЕ ЗНАЕМ?

Целебные свойства шунгитов известны более трех столетий. Первое официальное упоминание об их чудодейственной силе относится к началу XVII века и связано с именем царицы Марфы Иоанновны (боярыни Ксении Романовой). Находясь в изгнании на Толвуйском погосте в Заонежье, великая «инокиня» была на грани жизни и смерти от постигшей ее припадочной болезни.

Однако после неожиданного помилования, дарованного ей Борисом Годуновым, местные крестьяне показали боярыне целебный, чудодейственной силы «источник, настоящий на черном камне», водами которого сами исцелялись с незапамятных времен. «Живая» вода помогла боярыне излечиться и родить сына. Семеро ее детей, рожденных еще до ссылки, умерли во младенчестве. А новорожденный — Михаил Федорович Романов — стал основателем царской династии, правившей на Руси более 300 лет.

В память о боярыне Ксении чудодейственный источник назвали «Царевниным ключом», однако вскоре он был забыт, и водой из него пользовались лишь немногочисленные жители близлежащих хуторов.

О чудодействии «живой» воды вспомнили только столетие спустя. В 1714 году Петр I основал в здешних краях медеплавильное производство.

Предание гласит, что один из рабочих, страдавший тяжелой болезнью, обнаружил в Ревболоте, откуда возили руду для завода, источник, водами которого исцелился за три дня. Узнав о случившемся, Петр велел исследовать источник, чьи воды протекали через залежи шунгита.

Проведенные исследования показали, что вода имеет «великую силу» против малокровия, цинги, водянки, болезней печени и многих других. Целебной водой лечили простых людей от самых различных заболеваний, и все недуги бесследно проходили в течение 2—3 недель.

Испытав на себе воздействие чудодейственной воды, Петр I отдает приказ построить рядом с источником дворец

и организовать «Марциальные воды» — первый курорт в России.

Считается, что свое название, посвященное богу войны Марсу, курорт получил потому, что на водах лечились раненые и больные воины Петра I. Узнав об уникальных антисептических свойствах камня, наделявшего воду великой силой, император приказал каждому из своих солдат носить в походных ранцах кусочек шунгита: название появилось позднее, в те времена он назывался аспидным камнем. Опуская в котелки кусочки камня, солдаты получали свежую, обеззараженную воду.

Во многих исторических документах можно найти ссылки на то, что император даже издал специальный указ, предписывавший солдатам пить только воду, продезинфицированную шунгитом. Документы рассказывают, что во время Полтавской битвы жарким летом 1709 года водные источники зацвели и вода из них стала небезопасной для здоровья.

В шведской армии было документально зафиксировано множество случаев желудочных отравлений, от которых страдал и сам шведский король. В то же время в российской армии подобных расстройств почти не встречалось. Считается, что от массового недомогания армию спас именно аспидный камень, которым пользовались солдаты и сам император.

В 1717—1719 годах изучением состава марциальных вод по поручению Петра I занимались лейб-медики Р. Арескин и Л. Блюментрост, признавшие воды полезными для лечения ряда заболеваний.

В именном Указе Петра Алексеевича от 1719 года о создании курорта «Марциальные воды» на Олонце четко, по-военному звучит: «...Понеже оные воды лечат следующие жестокие болезни, а именно: цинготную, желчь, бессильство желудка, рвоту, понос, почечную, каменную, ежели песок, или малые камни и оные из почек гонит, от водяной, когда оная зачинается, от запору месячной крови у жен, от излишнего кровотечения у оных, от эпилепсии, выгоняет глисты, также лечат килы, и от прочих болезней великую силу имеют...». В Указе был обобщен опыт поколений местных жителей.

Петр I четырежды побывал на курорте — в 1719, 1720, 1722 и 1724-м годах. Специально для императора во дворце установили два дубовых токарных станка, на которых он выточил стол, стулья, кресло, подсвечники и другие предметы.

При жизни императора источник приобрел широкую славу: издается Указ об открытии «Марциальных вод» и «Правила дохтурские, как при оных водах поступать». В эти же годы была опубликована статья «Подлинные дознания о действии марциальной Кончезерской воды» с девятью краткими описаниями заболеваний с их исходами после лечения марциальными водами.

В двадцатых годах XVIII века Петр I несколько раз лечился на «Марциальных водах». Для царя и его семьи на курорте даже построили дворцы, быстро пришедшие в запустение после смерти государя. Прекратил свое существование и курорт «Марциальные воды».

Спустя десятилетия, в середине XVIII века, Елизавета Петровна пыталась возродить первый российский курорт. Однако посланный в Олонецкий край лейб-медик Бугаев вернулся к императрице с заключением, что вода из местных источников не обладает никакой целительной силой. Историки утверждают, что это исследование проводилось, как теперь говорят, «на заказ», и результаты были подтасованы в интересах торговцев, ввозивших в то время дорогостоящую минеральную воду из-за границы.

В результате деятельность курорта была приостановлена более чем на полтора века. Большинство зданий и дворцов разобрали и только в 1910 году в честь празднования 300-летия дома Романовых на месте «Царевниного ключа» построили сруб. Официальный упадок курорта никак не повлиял на местных жителей, они продолжали пользоваться живительной водой источников. Периодически возобновлялся и интерес ученых к необычной воде. Так, в одном из трудов начала прошлого века, посвященном лечебным водам, грязям и морским купаниям в России и за границей, подробно характеризуются воды марциального месторождения и говорится, что по многим параметрам они значительно превосходили воды всемирно известных курортов Спа и Мариенбада.

Новую жизнь курорт получил в 1930-е годы благодаря деятельности С. А. Вишневого. Он организовал экспедицию по изучению марциальных вод, результаты которой подтвердили их уникальные целебные свойства. Однако в то время восстановлению курорта помешала война, и оно началось лишь в 1960 году.

В 1960 году были отстроены современные корпуса с ваннами для грязелечения на 250 человек. В официальном справочнике о курорте под Петрозаводском, выпущенном в 1988 году, напечатано следующее:

«Показания для лечения больных на курорте «Марциальные воды»:

1. Болезни костно-мышечной системы. Артриты и полиартриты нетуберкулезного происхождения. Последствия перелома костей туловища и конечностей с замедленной консолидацией, остеомиелит гематогенный (кроме туберкулезного), не требующий хирургического вмешательства.

2. Болезни органов пищеварения. Хронический гастрит с секреторной недостаточностью, хронический холецистит, дискинезии желчных путей, последствия перенесенного острого гепатита.

3. Болезни нервной системы. Болезни периферических нервов: радикулиты, радикулоневриты, полирадикулиты, люмбалгия, люмбоишиалгия, ишиас, плекситы, полиневриты лицевого, тройничного нервов, неврофибромиозит вне формы обострения.

4. Болезни мочеполовой системы. Хронические пиелонефриты (первичные и вторичные) нетуберкулезной этиологии, необструктивные вне обострения и без почечной недостаточности.

5. Болезни уха, горла и носа. Хронические пиелонефриты, тонзиллиты, ларингиты, риниты, синуситы, отиты, отосклерозы, невриты слухового нерва.

6. Болезни органов дыхания нетуберкулезного характера. Хронические бронхиты в стадии ремиссии не ранее 2 месяцев после последнего обострения. Хронические пневмонии в фазе ремиссии с редкими приступами бронхиальной астмы, без бронхоэктазов. Остаточные явления острых пневмоний, сухого и экссудативного плеврита. Пневмосклерозы.

7. Болезни крови. Железодефицитная анемия после кровопотерь и операций. Парциозная анемия (Аддисона-Бирмера) в стадии клинической ремиссии.

8. Болезни системы кровообращения. Ревматический эндокардит. Пороки сердца без нарушения ритма и проводимости. Состояние после перенесенного инфекционно-ал-

лергического миокардита. Ишемическая болезнь сердца. Кардиосклероз после перенесенного инфаркта миокарда давностью более года. Гипертоническая болезнь. Гипотоническая болезнь. Облитерирующий атеросклероз сосудов конечностей при отсутствии трофических расстройств».

Подобным широким диапазоном действия не обладают ни одни минеральные источники во всем мире. И дело не в том, что воды курорта железистые, как указано в справочнике (кстати сказать, за 300 лет наука так и не обнаружила каких-то особо полезных соединений железа). Подобных вод в России пруд пруди, например, все подземные воды центра России и Белоруссии железистые.

Эти воды считаются непригодными для питьевого водоснабжения. В северных городах нефте- и газодобытчиков Салехарде, Сургуте и так далее вода вообще непригодна для питья из-за высоких содержаний железа. Нигде на земном шаре нет железистой воды, обладающей целебными свойствами. Видимо, дело все-таки не в железе, а в углероде, которого в шунгите чуть ли не половина.

Ни в одной из известных углеродсодержащих пород углерод не образует своеобразное шунгитовое вещество в виде комочков — «глобул» размером 200—500 ангстрем, распределенное равномерно в алюмосиликатной мелкокристаллической решетке и не связанное с этой решеткой (подробнее об этом рассказано во 2-й главе книги).

Обнаружено, что именно эти комочки — «глобулы» — способны выходить в холодную воду в заметных количествах, особенно из свежераздробленной массы шунгита. Если пропустить несколько литров воды из-под шунгитового фильтра через мембрану, то она потемнеет. То же происходит, если пропустить через мембрану воду курорта «Марциальные воды» — там она еще более концентрированная (в ней больше железа и еще больше углерода). Поскольку известно, что углерод в воде не растворяется, то не существует разработанных методик его определения и, естественно, никаких норм его содержания в воде.

Следовательно, вода курорта «Марциальные воды» является единственной в мире водой, содержащей глобулярный углерод с фуллеренами, так же как и вода из-под шунгитовых фильтров. В них содержится более килограмма свежераздробленного шунгита.

Конечно, концентрация глобулярного углерода по мере выработки ресурса шунгитового фильтра снижается. Но, как установили эксперименты, противомикробные свойства фильтров снижаются незначительно. Здесь играет роль большая часть углерода, связанная с решеткой, а точнее, заключенная в неразрушенной при дроблении центральной части зерен породы.

Глава 2

СОСТАВ ШУНГИТОВ

По подсчетам ученых, возраст шунгита составляет почти 2 миллиарда лет. Внешне эта порода похожа на каменный уголь, но залегает в очень древних пластах земной коры, сформировавшихся в период, когда на Земле не было ничего живого. Откуда же взялся этот странный камень? Ведь в то время на нашей планете еще не росло лесов, из которых могли бы образоваться углеродистые соединения, то есть уголь и камни. Специалисты считают, что в бескислородной атмосфере могли развиваться только протобактерии. Существует несколько теорий, объясняющих происхождение шунгита.

Во-первых, есть предположение, что в мелководных заливах древнего моря жили примитивные микроскопические организмы. Морские отложения, насыщенные их органическими остатками, послужили основным материалом, из которого образовался шунгит. Вторая, довольно экзотическая версия, гласит, что шунгит — часть метеорита, принесшего на Землю кусок распавшейся планеты Фаэтон, на которой существовала когда-то кислородная форма жизни. Гигантский осколок Фаэтона и образовал в месте своего падения шунгитовое месторождение.

Некоторые исследователи утверждают, что форма и структура шунгитовых тел имеют признаки и особенности вулканических веществ. Возможно, вулканический выброс шунгитового вещества в атмосферу сыграл ту же роль, что и гипотетический обломок планеты Фаэтон. Подобная точка зрения нашла отражение даже в Большой советской энциклопедии. В ней шунгиту посвящено всего несколько строк, и я хочу полностью их процитировать:

«Шунгиты (от назв. с. Шуньга Карельской АССР), докембрийские горные породы, насыщенные углеродным (шунгитовым) веществом в некристаллическом состоянии. При метаморфозе переходят в графитоиды — скрытокристаллические графиты. Нестратифицированные (миграционные) Ш. содержат до 99% углерода и встречаются в виде

пластовых и секущих жил, гнезд, миндалин. Цвет черный с сильным полуметаллическим блеском, излом раковистый; твердость по минералогической шкале 3—3,5, плотность 1840—1980 кг/м³. В золе содержат V, Ni, Mo, Cu, Se, As, W и др. Стратифицированные шунгиты образуют пласты различной мощности в составе вулканогенно-осадочных толщ среднего протерозоя. Различаются по составу минеральной основы (алюмосиликатной, кремнистой, карбонатной) и количеству шунгитового вещества. Шунгитовые породы с силикатной минеральной основой подразделяются на малоуглеродистые шунгитсодержащие (до 5% С), среднеуглеродистые шунгитовые (5—25% С) и высокоуглеродистые шунгитовые (25—80% С). Шунгит — ценное сырье для строительства и промышленности. Благодаря способности некоторых шунгитов вспучиваться при термообработке они используются в качестве легкого заполнителя бетона (так называемый шунгизит). Высокие реакционные свойства Ш. (сильный восстановитель) могут быть использованы в процессе производства желтого фосфора, ферросплавов и др. На основе Ш. изготавливают противопожарные краски. Отдельные разновидности Ш. — декоративно-строительный материал. Промышленные месторождения Ш. известны в районе Онежского озера в Карельской АССР».

Какая бы из предложенных теорий ни оказалась правильной, нельзя отрицать того, что порода, о которой пойдет речь в книге, поистине уникальна как с точки зрения структуры и химического состава, так и по своему целебному воздействию.

Шунгит Зажогинского месторождения — уникальное природное образование, на 30% состоящее из шунгитового углерода и на 70% — из силикатов (в массе кремнезема их 80%).

Шунгитовый углерод обладает аморфной структурой, устойчивой к графитации, характеризуется высокой реакционной способностью в термических процессах, высокими сорбционными и каталитическими свойствами, электропроводимостью и химической стойкостью.

Необычна структура шунгита. Порода представляет собой композит, матрицу которого образует углерод. В углеродной матрице равномерно распределены высокодисперсные (менее 10 мкм) частицы силикатов. Контактная поверхность силикатов с углеродом более 10 м²/г.

Помимо уникальных фуллеренов (расскажу о них чуть позднее), шунгит содержит элементы практически всей таблицы Менделеева. Особенность этой горной породы заключается в ее избирательном действии. При взаимодействии с человеком шунгит поглощает и убивает все ненужное, а также «добавляет» и восстанавливает элементы, в которых человек нуждается. В основе этого явления лежат ионообменные свойства шунгита, позволяющие избирательно извлекать определенные загрязнители из организма. Кроме того, шунгиты умеют еще и подпитывать нас необходимыми макро- и микроэлементами, и тоже избирательно: из множества элементов, содержащихся в минералах, организм выбирает именно то, что ему нужно. Таким образом, организм человека постепенно восстанавливает свой минеральный баланс, что помогает излечить многие хронические болезни и восстановить энергетический статус.

Интересно, что впервые о воздействии минералов на живые организмы ученые заговорили после наблюдения за животными. Сибирский геолог Драверт в 1922 году ввел в науку такое понятие, как литофагия — поедание камней. Он заметил, что время от времени волки, олени и лоси лижут камни. Раньше считалось, что таким образом животные находят в природе соль и компенсируют дефицит натрия в рационе. Потом оказалось, что камни, которые они «поедают», зачастую никакого отношения к соли не имеют. В ходе более детального исследования и были обнаружены те самые ионообменные процессы между камнями и живым организмом, который в результате освобождается от ненужных элементов и получает недостающие.

Химический состав шунгитов:

SiO ₂	TiO ₂	Al ₂ O ₃	"FeO	"MgO	CaO	"Na ₂ O	"M ₂ Q	""S""C	""H ₂ O _{крис}	
57,0	0,2	4,0	2,5	1,2	0,3	0,2	1,5	1,2	29,0	4,2

H₂O_{крис} — входит в состав хлорита, слюд.

Свойства шунгита:

- 1) плотность — 2,1—2,4 г/см³;
- 2) пористость — до 5%;

- 3) прочность на сжатие — $1000\text{--}1200 \text{ кгс/см}^5$;
- 4) электропроводность — 1500 сим/м ;
- 5) коэффициент теплопроводности — $5 \text{ Вт/м}^2 \text{ }^\circ\text{К}$;
- 6) развитая внутренняя поверхность — до $20 \text{ м}^2/\text{г}$,
- 7) адсорбционная активность:
 - по фенолу — 14 мг/г ,
 - по термолизым смолам — 20 мг/г ,
 - по нефтепродуктам — более 40 мг/г .

Адсорбционно активен по отношению к бактериальным клеткам, фагам, патогенным сапрофитам и др.

Частицы шунгита, независимо от размеров, обладают биополярными свойствами, что и объясняет высокий уровень адгезии и способность шунгита смешиваться со всеми без исключения веществами.

В конце XX века ученые отчасти объяснили причины целебного действия шунгита. Как выяснилось, минерал в основном состоит из углерода, значительная часть которого представлена молекулами сферической формы — фуллеренами.

Фуллерены — особая форма углерода, вначале открытая в научных лабораториях при попытке моделировать космические процессы, а позднее обнаруженная в земной коре. Открытие оказалось важным: ученые, занятые разработкой этой темы, получили в 1997 году Нобелевскую премию. Чтобы понять природу чудесного действия шунгита, необходимо немного более подробно рассмотреть свойства фуллеренов. До недавнего времени считалось, что углерод имеет только три формы существования — алмаз, графит и карбин (причем карбин получается исключительно в лабораторных условиях и, строго говоря, считаться природным минералом не может). Эти вещества отличаются своим строением.

Каждый атом углерода в структуре алмаза расположен в центре тетраэдра, вершинами которого служат четыре ближайших атома. Такая структура определяет свойства алмаза как самого твердого известного на Земле вещества. Атомы углерода в кристаллической структуре графита формируют шестиугольные кольца, образующие, в свою очередь, прочную и стабильную сетку, похожую на пчелиные соты. Сетки располагаются друг над другом слоями, слабо связанными между собой. Такая структура определяет специфические свойства графита: низкую твердость и способность легко

расслаиваться на мельчайшие чешуйки. А вот молекула фуллера представляет сферическую поверхность, образованную из шестиугольников и пятиугольников. Природой задана четкая последовательность этого соединения — каждый шестиугольник граничит с тремя шестиугольниками и тремя пятиугольниками, а каждый пятиугольник граничит только с шестиугольниками. Атомы углерода, образующие сферу, связаны между собой сильной связью.

Благодаря своему шарообразному строению фуллерены оказались идеальной смазкой. Они катаются, словно шарики размером с молекулу, между трущимися поверхностями. Комбинируя внутри углеродных шаров разные атомы и молекулы, можно создавать самые фантастические материалы. Фуллерены могут использоваться в медицине, ракетном строительстве, в военных целях, электронике, машинном производстве, в производстве технической продукции, компьютеров и другом, и во всех случаях рабочие параметры оборудования значительно улучшаются, качество повышается, технологии становятся более эффективными и простыми

Например, американские исследователи разработали технологию, позволяющую наносить на любую поверхность тончайшие элементы солнечных батарей — они представляют собой многослойную полимерную пленку, содержащую все те же фуллерены. Такие элементы обладают пока примерно в четыре раза более низким коэффициентом полезного действия, чем традиционные батареи на основе кремния, но они значительно проще и дешевле в производстве. Возможно, уже в ближайшем будущем промышленность начнет выпускать солнечные батареи рулонами — как обои.

А в одном из университетов Швеции в ходе опытов с фуллеренами неожиданными самих ученых был получен слоеный материал, напоминающий фольгу, проложенную тонкими слоями бумаги. Прозрачный и гибкий материал оказался магнитом и сохранял свои свойства даже при температуре свыше $+200\text{ }^{\circ}\text{C}$. Его вполне возможно использовать для создания плат компьютерной памяти с помощью записи лазером. Благодаря этому достигается очень высокая плотность носителя информации. Российские ученые Ростовского госуниверситета полагают, что, возможно, углеродные сверхминиатюрные процессоры можно будет совмещать с человеческим организмом, например, подключать их к

нервной системе, чтобы заучивать иностранные языки или держать в памяти Большую британскую энциклопедию.

Большие надежды связаны с применением фуллеренов в медицине. Почти идеальная сферическая структура молекулы фуллерена и микроскопический размер (диаметр 0,7 нм) позволяют ученым рассчитывать на то, что эти молекулы смогут создать механическое препятствие для проникновения вирусов в клетки зараженного организма. Обсуждается также и идея создания противораковых препаратов на основе водорастворимых соединений фуллеренов с внедренными внутрь радиоактивными изотопами. Введение подобного лекарства в ткань позволит избирательно воздействовать на пораженные опухолью клетки, препятствуя их дальнейшему размножению. Пока основное препятствие на пути разработок связано с нерастворимостью молекул фуллеренов в воде, затрудняющей их прямое введение в организм. Другое препятствие — высокая цена искусственных изотопов. Стоимость фуллеренов высшего сорта составляет около 900 долларов США за грамм, более низкого качества — около 40 долларов за грамм в зависимости от степени чистоты фуллеренов. Эти «недостатки» искусственных фуллеренов искупают фуллерены природные, обнаруженные в земной коре после открытия уникального вещества в научных лабораториях.

Впервые о земном существовании уникального вещества научный мир узнал после того, как один из бывших советских ученых исследовал в Аризонском университете (США) образцы карельских шунгитов и, к удивлению, обнаружил там углеродные глобулы с фуллеренами. С тех пор и начался интенсивный поиск других пород, содержащих фуллерены, возникли вопросы об их происхождении на Земле.

Позднее земные фуллерены были найдены в Канаде, Австралии и Мексике — причем в каждой из этих стран они обнаруживались на местах падения метеоритов. При этом некоторые фуллерены были заполнены: внутри оболочек находились атомы гелия. Станным оказался тот факт, что фуллерены хранили не гелий-4 — изотоп, который обычно присутствует в земных породах, — а редкий для Земли изотоп гелий-3.

По мнению ученых, такие фуллерены могли образоваться только в космических условиях, в так называемых углеродных звездах или в ближайшем их окружении. Удалось

определить время появления исследованных фуллеренов на Земле. Кратер от падения канадского метеорита образовался около двух миллиардов лет назад, в архейскую эру, когда Земля еще была безжизненна. Возраст других фуллеренов оценивается в 250 миллионов лет, то есть на границе отложений пермского и триасового периодов. Именно тогда в Землю врезался гигантский астероид, вызвавший катастрофические разрушения.

Что же касается шунгитовых пород, то логично предположить, что именно наличием фуллеренов в шунгите стали объяснять целебное действие открытых в 1714 году «Марциальных вод» и «Царевниного источника». Возникло предположение, что к молекулам фуллеренов в шунгитах присоединены органические радикалы, позволяющие фуллеренам образовывать водные растворы, над созданием которых пока бьются ученые.

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ШУНГИТОВ

«Шунгитовый сорбент для очистки воды в колодцах»

Предназначено загрузки в колодцы с целью очищения воды от бактериальных загрязнений, нитратов, нефтепродуктов, металлов и придания воде свойств, соответствующих требованиям санитарных правил к питьевой воде

В качестве сорбента для очистки воды в колодцах используется уникальный природный шунгит из Карелии. Шунгит обладает способностью очищать воду практически ото всех органических веществ (в том числе нефтепродуктов и пестицидов), от многих металлов и неметаллов, от бактерий и микроорганизмов.

Самая чистая и мягкая на планете вода Онежского озера — свидетельство тысячелетнего взаимодействия с шунгитом, выстилающим его дно. Всемирно известные источники «Марциальные воды» и «Три Ивана» своими чудодейственными свойствами обязаны фильтрации подземных вод сквозь шунгитовые породы.

Шунгиты с содержанием углерода около 30% имеют суммарную пористость 5—10%, значительную внутреннюю поверхность (в диапазоне $10\text{—}30\text{ м}^2/\text{г}$), насыпную плотность около $1,1\text{ г}/\text{см}^3$, обладают высокой механической прочно-

стью, электропроводностью, химической стойкостью, каталитическими и бактерицидными свойствами.

Эти свойства делают шунгиты привлекательным и перспективным материалом в фильтрационной и адсорбционной очистке сточных вод от органических и неорганических веществ, для электровосстановления и электроосаждения ионов тяжелых металлов.

Шунгиты успешно адсорбируют целый ряд органических веществ различных классов: фенолы, жирные высокомолекулярные кислоты, спирты, вещества древесных и торфяных гидролизатов, водорастворимые смолы гидролиза, гуминовые вещества и другие, а также рядтазов.

Шунгит можно использовать в качестве сорбента для очистки вод от различных промышленных загрязнений, а также бытовых стоков, например, с помощью отстойников с засыпкой шунгита в качестве фильтров, различного типа пропускных систем как на начальных стадиях очистки, так и на конечных.

Перспективно применение шунгитовых фильтров взамен песка в процессе водоочистки. При прохождении воды через шунгитовый фильтр значительно снижается ее цветность, практически полностью убирается микрофлора, в зависимости от скорости подачи воды через фильтр достигается снижение коли-индекса до нуля.

Шунгит взаимодействует с водой не только как фильтрующий материал и адсорбент. Он обладает каталитическими и катионообменными свойствами.

Благодаря каталитическим свойствам шунгит способен длительное время очищать воду от разного типа органических веществ (хлорорганических, ароматических углеводов, алифатических спиртов и др.), разрушая органические вещества до элементарных оксидов (CO_2 , H_2O) и осаждая (на 70—90%) из воды металлы в виде нерастворимых смесей (карбонатов, оксалатов и др.).

На применение шунгитов в процессах водоподготовки имеется гигиенический сертификат.

Эффективно использование шунгитов в качестве материала для насыпных электродов проточных электролизеров для осаждения тяжелых металлов из промышленных стоков гальванических производств и плавильных заводов и возврата их в производство.

Шунгиты разрабатываемой в настоящее время Зажогинской залежи обладают следующими геометрическими параметрами: удельной поверхностью до $30 \text{ м}^2/\text{г}$, суммарный объем пор $0,05-0,15 \text{ см}^3/\text{см}^3$ при эффективном радиусе $30-100 \text{ \AA}$.

Доказана способность шунгитов сорбировать органические вещества: фенол, амиловый спирт и амилаты калия, метоксифенолы, вещества лингоуглеродного комплекса, получаемые в процессе гидролиза древесины и торфа, а также водорастворимой смолы, образующейся в процессе термоллиза древесины и целлолигина.

Выявлены адсорбционные свойства шунгитовых пород по отношению к торфяным водным вытяжкам, содержащим большое количество минеральных и органических веществ.

Шунгит очищает сточные воды от нефтепродуктов до норм сброса в рыбохозяйственные водоемы.

Шунгитовый фильтр обеспечивает эффективное удаление из воды диоксинов — вредных хлорорганических соединений.

Шунгитовые породы наряду с ощутимой внутренней поверхностью обладают и хорошей электропроводимостью. Это позволяет использовать их в качестве материала для насыпных электродов проточных электролизеров в процессах очистки воды от тяжелых металлов.

Из модельных растворов меди, никеля, кобальта, цинка в проточном электролизере с шунгитовым насыпным электродом в среднем удается осадить до 90% металла. Отмечено 100%-ное электроосаждение никеля из водно-аммиачного раствора. Практически полное извлечение кобальта и цинка из водных растворов происходит при энергозатратах $6-10$ и $12-50 \text{ кВт/кг}$.

Обнаружена физическая адсорбция меди и никеля из водных и водно-алюминиевых растворов в статических условиях.

ПРИМЕНЕНИЕ ШУНГИТОВ В МЕДИЦИНЕ

Уникальны бактерицидные свойства шунгитов. Настои воды на шунгите и шунгитовые пасты обладают лекарственными свойствами, эффективно лечат многие заболевания — аллергические, кожные, респираторные, гинекологические, мышечные и суставные, характеризуются выраженным про-

тивноаллергическим, противозудным и противовоспалительным действием.

Шунгитовой настой используется как наружное средство в целях ухода за кожей всех типов. При увлажнении кожи шунгит очищает и смягчает ее, придает ей упругость и эластичность, способствует омоложению.

Шунгит используется и как бактерицидное средство при инфицировании ссадин и ран, снимает отеки и боль при ожогах, при укусах насекомых. Шунгитовой настой используют и для ухода за волосами. Для лечения заболеваний кожи и суставов применяется шунгитовая паста — сметанообразная масса черного цвета, состоящая из тонкоизмельченного шунгитового порошка, смешанного со специально приготовленным шунгитовым настоем.

Шунгитовая паста обладает антиаллергическим, бактерицидным свойством и за счет энергетики шунгита создает прогревающий эффект, улучшая микроциркуляцию крови, усиливая обменные процессы и улучшая питание тканей. Паста не токсична, не имеет побочных явлений. Может использоваться одновременно с другими лекарственными и физиотерапевтическими средствами. Благодаря своим качествам паста применяется для лечения кожно-аллергических заболеваний, дерматитов, псориаза, нейродермита, а также последствий травм и заболеваний суставов (артрит, полиартрит) и позвоночника (радикулит, остеохондроз мышц, миозит). Лечение шунгитовой пастой более эффективно в сочетании с принятием ванн, минерализованных шунгитовой смесью, а также с массажем ступней при помощи шунгитового щебня.

Топтание на щебне шунгита — это воздействие на рефлексогенные зоны, обильно представленные на стопе (более 70), каждая из которых взаимосвязана с определенным органом человека. Такой массаж способствует улучшению кровоснабжения органов и тканей организма и не имеет прямых противопоказаний. При хождении босиком благодаря сложным процессам, происходящим в нервной системе, создаются условия, при которых нормализуется артериальное давление крови. Если уставший человек встает на шунгитовый щебень буквально на 3—4 минуты, то снимается нервное напряжение, утихают боли в ногах, улучшается сон.

Шунгитовый массажер эффективен при заболеваниях желудка, печени и кишечника; суставов и позвоночника; при

вегетососудистой дистонии и гипертонической болезни; при импотенции и аденоме; аллергии; улучшает сон и работоспособность. Регулярный массаж ступней служит хорошей профилактикой многих заболеваний: отмечается улучшение самочувствия, нормализуется сон, исчезают боли в суставах и мышцах ног, спины, в позвоночнике, снимается нервное перевозбуждение, восстанавливается кровообращение, укрепляется иммунная система.

Помимо этого, шунгит — универсальный сорбент и средство, выделяющее в соединении с водой различные органические и минеральные вещества. На поверхности шунгита загрязнитель разрушается на 80—90% и фиксируется. В качестве сорбента применение шунгита рекомендуется при общей слабости организма, утомляемости, интоксикации, снижении иммунитета, аллергии, кожных заболеваниях.

Шунгит используют также для приготовления биологически активной, заряженной воды, для чего шунгитовый камень помещают в воду на 12 часов. За этот период он очищает воду от вредных примесей, от растворенного железа, хлора, органических соединений. Настоянная на шунгите вода становится биологически активной. Она способствует стимуляции обмена веществ, омоложению организма и профилактике различных заболеваний.

Интересны результаты исследований, проведенных учеными Карельского государственного университета, выявившие, в частности, следующие направления использования шунгита:

1) шунгито-углеродные гемосорбенты, предназначенные для очистки жидких сред организма (крови, лимфы, желчи), а также различных жидкостей от токсических веществ, солей тяжелых металлов, микроорганизмов;

2) бинты шунгитовые для перевязки ран, обеспечения транспортной иммобилизации конечностей при открытых переломах;

3) шунгитовые таблетки-сорбент, предназначенные для приема внутрь при интоксикациях, отравлениях, нарушениях функции желудочно-кишечного тракта вследствие различных болезней (метеоризм и т. д.);

4) шунгитовая мазь «шунгилин» для лечения ран, кожных заболеваний;

5) шунгитовые электроды для электроэнцефалографии, миографии, электрокардиографии, электростимуляции мышц и тканей (в том числе для имплантируемых электрокардиостимуляторов), предназначенные для исследования состояния мозга, мышечной системы, сердца, а также электростимуляции органов и тканей при лечении различных заболеваний человека;

6) шунгитовые биосенсоры, предназначенные для быстрого определения содержания газов (кислорода, углекислого газа и др.), микроэлементов (K, Na, Ca, Au, Ag и др.), органических веществ (глюкозы, спиртов и т. д.), солей тяжелых металлов в жидких средах организма и других жидкостях. Размеры биосенсоров — от 150 микрон до 2 мм. Могут применяться в составе вживляемых с лечебной целью в тело человека электронных нейростимуляторов — микрочипов, предназначенных для лечения различных заболеваний электростимуляцией тканей. Обеспечивают автоматическую настройку микрочипов на оптимальный режим работы по параметрам гомеостаза организма;

7) шунгитовые костюмы «Гравитон» для программируемой многоканальной электростимуляции 80—90% мышц человека с различной целью: для лечения и профилактики астении, гипокинезии, для быстрого наращивания мышечной массы, для борьбы с ожирением, для автоматической реализации наиболее эффективных методик.

Глава 3

ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА ШУНГИТА

АЛЛЕРГИЯ

Одна из форм заболевания связана с повышенной чувствительностью к медикаментам. Подобная аллергия возникает при побочных действиях лекарств — передозировке, образований токсических метаболитов, фармакологической идиосинкразии. Лекарственные средства, вызывающие аллергию, подразделяют на две группы: полные антигены, представляющие собой белковые вещества, гликопротеиды, липополисахариды и простые химические соединения с довольно низким молекулярным весом — неполные антигены (гаптены). Гаптены соединяются в организме с белками крови, кожи, слизистых оболочек и других органов, приобретая способность индуцировать иммунный ответ. Лекарственную аллергию вызывают в основном гаптены.

В развитии лекарственной аллергии имеет значение генетическая предрасположенность, не зависящая от пола и возраста.

Практически любые фармакологические средства могут вызывать аллергические реакции, в том числе и десенсибилизирующие. Чаще аллергия отмечается на введение антибиотиков, сульфаниламидов, анальгетиков-антипиретиков, анестетиков, некоторых витаминов, йодсодержащих препаратов, нитрофуранов. Аллергические реакции к медикаментам могут проявляться как по немедленному, так и замедленному типу.

Клинические проявления лекарственной аллергии варьируют от легких реакций в виде кожной сыпи и лихорадки до тяжелых — анафилактического шока, многоморфной экссудативной эритемы с летальным исходом. Проявляться лекарственная аллергия может крапивницей, токсидермией, агранулоцитозом, аллергическим васкулитом, бронхиальной астмой.

Часто характеризуется острым и внезапным развитием заболевания. Общими ее симптомами служат лихорадка, во-

влечение в процесс кожных покровов с наличием зуда и различных морфологических элементов и возможной трансформацией в полисистемное поражение.

Приведу несколько рецептов, помогающих облегчить течение аллергических заболеваний.

Травяной чай

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. цветков бессмертника, 1 ч. л. зверобоя.

Приготовление и применения: травы залить небольшим количеством теплой воды и оставить на 7—8 часов, лучше на ночь, накрыв чем-нибудь. Затем настоем травы довести до кипения и процедить.

Принимать по 1/2 стакана как чай, подсластив по вкусу липовым медом или сахаром.

Виноградный отвар с травами

Требуется: 1 л шунгитовой воды, 2 ст. л. листьев винограда, 4 ст. л. цветков зверобоя, 1 ст. л. корней девясила.

Приготовление и применение: сырье измельчить, перемешать, залить кипяченой водой, кипятить 15—20 минут, настоять 30 минут, процедить.

Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за несколько минут до еды или в промежутках между приемами еды, ни в коем случае не после нее, иначе не будет никакого результата.

Травяной чай с медом

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. листьев крапивы, 1 ч. л. корней крапивы, 1 ст. л. листьев зверобоя, 800 мл воды, сахар или липовый мед.

Приготовление и применение: сухие измельченные корни крапивы заварить кипятком, накрыть крышкой и поставить на 3—4 часа настаиваться. Листья крапивы и зверобоя залить кипятком, прокипятить на небольшом огне 20—25 минут, настаивать около часа, процедить через слой марли. Процеженные настой и отвар охладите до комнатной температуры, подсластите медом или сахаром.

Принимать по 1/3 стакана 2—5 раз в день в зависимости от тяжести заболевания за 10 минут до приема пищи.

Настой из зверобоя, коры крушины и крапивы

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. зверобоя, 1 ст. л. измельченной коры крушины, 1 ч. л. крапивы.

Приготовление и применение: травы и кору залить кипятком, накрыть крышкой и поставить на 10 минут настояться. Процедить.

Принимать по 1 стакану 3 раза в день.

Настой зверобоя и коры калины

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. зверобоя, 4 ст. л. измельченной коры калины.

Приготовление и применение: сырье залить холодной водой и кипятить на медленном огне 30—40 минут, процедить.

Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день перед едой.

АНЕМИЯ У ДЕТЕЙ

Анемия у детей грудного возраста возникает в результате недостаточного поступления в организм или нарушенного всасывания веществ, необходимых для построения молекулы гемоглобина. Около 90% анемий в детском возрасте относятся к дефицитным анемиям, в том числе и железодефицитные, которые диагностируются в первые два года у 40% детей.

Возникновению заболевания способствует недостаточное поступление железа, белка и витаминов с пищей при нерациональном питании или голодании. Причиной анемии могут быть болезни кишечника, препятствующие всасыванию пищи. К предрасполагающим факторам возникновения заболевания относятся недоношенность, гипотрофия, рахит, раннее искусственное вскармливание.

Анемия развивается постепенно. Характерные симптомы: бледность кожи, общая вялость ребенка, снижение или извращение аппетита, сниженный эмоциональный тонус. Отмечаются трофические изменения кожи — сухость, шершавость, гиперпигментация или депигментация, повышенная ломкость волос или выпадение, истончение ногтей и выраженная их ломкость. Наблюдается также атрофия сосочков языка, ангулярный стоматит. Со стороны сердца —

тахикардия, систолический шум над верхушкой и в точке проекции легочной артерии, приглушение тонов. Картина крови — снижение гемоглобина и эритроцитов (в меньшей степени), понижение уровня цветового показателя, повышение общей железосвязывающей способности сыворотки крови. При других дефицитных анемиях выявляется снижение уровня сывороточного белка, в периферической крови обнаруживаются мегалоциты.

Излечить анемию ребенка помогут следующие рецепты.

Тонизирующий чай

Требуется: шунгитовая вода, листья красной и черной смородины, щепотка травы пустырника.

Приготовление и применение: заварить листья и траву в фарфоровом чайнике, настоять 10—15 минут.

Принимать 4—5 раз в день как обычный чай.

Травяной сбор

Требуется: шунгитовая вода, 15 г корня аралии маньчжурской, 15 г корня левзеи, 15 г плодов боярышника, 10 г цветов череды, 10 г плодов аронии, 10 г листьев подорожника, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 2 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, охладить в течение 45 минут, процедить, отжать остаток и довести объем жидкости до 200 мл.

Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день.

Настойка из цветов боярышника

Требуется: шунгитовая вода, сок свежих цветков боярышника, медицинский спирт крепостью 90°.

Приготовление и применение: смешать сок цветков боярышника со спиртом в пропорции 1:2. Настаивать 15 дней.

Принимать по 40 капель 3 раза в день, добавляя по 10 капель настойки пустырника.

Настой

Требуется: шунгитовая вода, 5 г цветков боярышника, 2 г травы пустырника.

Приготовление и применение: залить сырье 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой, нагревать на водяной бане 15 минут и охладить до комнатной температуры, процедить.

Принимать по 1/2 стакана 2—3 раза в день до еды.

Настой из плодов боярышника

Требуется: шунгитовая вода, 15 г плодов боярышника, 2 г травы пустырника.

Приготовление и применение: сырье залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой, нагревать на водяной бане 20 минут и охладить до Комнатной температуры, процедить.

Принимать по 1/3 стакана 2—3 раза в день за 30 минут до еды.

Отвар фенхеля

Требуется: шунгитовая вода, 10 г плодов фенхеля, 2 г травы пустырника.

Приготовление и применение: залить сырье 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, охладить в течение 45 минут, процедить, отжать и довести объем жидкости до 200 мл.

Принимать равномерно в течение дня.

Лиловая смесь

Требуется: шунгитовая вода, 25 г цветков липы, 25 г плодов малины, 3 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипящей воды, кипятить 5—10 минут, процедить через марлю.

Принимать отвар горячим вместо чая.

Мятная смесь

Требуется: шунгитовая вода, 10 г листа мяты перечной, 10 г цветков бузины черной, 10 г цветков липы, 2 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси заварить 1 стаканом кипятка, кипятить 10 минут, процедить.

Принимать горячим вместо чая.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА

Бронхиальная астма — хроническое заболевание с преимущественным поражением бронхов, которое характеризуется их гиперреактивностью, обусловленной специфическими (иммунологическими) и (или) неспецифическими (неиммунологическими), врожденными или приобретенными механизмами, а основным признаком которого является приступ удушья.

Легкая степень течения бронхиальной астмы характеризуется отсутствием классических приступов удушья. Симптомы затрудненного дыхания возникают реже 1—2 раз в неделю, носят кратковременный характер; медикаментозной терапии, как правило, не требуется. Ночной сон больного в этой стадии заболевания характеризуется пробуждением от респираторного дискомфорта не чаще 1—2 раз в год. Вне приступов состояние больного стабильное. У больного бронхиальной астмой средней тяжести приступы по ночам регистрируются чаще двух раз в месяц.

Приступы астмы тяжелого течения характеризуются частыми длительными обострениями с наличием, опасных для жизни осложнений, частыми ночными симптомами, снижением физической активности, наличием сохраняющихся симптомов в межприступный период.

Лечение астматических заболеваний обычно достаточно длительное и комплексное, но применение шунгитов в сочетании с целебными травами помогает существенно улучшить состояние больного.

Настойка из арники

Требуется: шунгитовая вода, 3 ст. л. соцветий и корней арники, 1 ст. л. травы хвоща полевого, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: залить смесь 0,6 л кипятка, укутать и настаивать 2 часа, процедить.

Принимать по 1 стакану до еды.

Настойка из маслины

Требуется: шунгитовая вода, 3 ст. л. листьев маслины европейской, 3 ст. л. плодов и цветков боярышника, 3 ст. л. травы тысячелистника, 1 ст. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: сырье залить 1,4 л кипятка, укутать и настаивать 1 час, процедить.

Принимать по 1 стакану до и после еды в течение 30 дней.

Стимулирующая смесь

Требуется: шунгитовая вода, 20 зубчиков чеснока, 5 луковиц репчатого лука, 5 очищенных лимонов без косточек, 1 кг сахара, отвар пустырника.

Приготовление и применение: сырье залить 2 л холодной кипяченой воды. Настаивать 10 дней.

Принимать 3 раза в день до еды по 1 ст. л., добавляя 1 ч. л. отвара пустырника.

Настойка из грецких орехов с пустырником

Требуется: шунгитовая вода, внутренние перегородки 5 штук грецких орехов, щепотка травы пустырника.

Приготовление и применение: сырье залить с вечера стаканом холодной воды, утром варить 2—3 минуты, настаивать 10 минут, процедить.

Принимать натошак

Отвар посконника

Требуется: шунгитовая вода, 60 г корней посконника толочонного, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: залить сырье 1 л воды и варить 10 минут, охладить и процедить.

Принимать 3 раза в день до еды по 1/2 стакана.

Отвар фасоли с пустырником

Требуется: шунгитовая вода, 50 г незрелых стручков фасоли без семян, 3 г мелко нарезанных стеблей пустырника.

Приготовление и применение: Варить смесь в 0,75 л воды до упаривания наполовину.

Принимать каждый час по 1 ст. л. в течение 3 недель.

На протяжении следующих 3 недель варить 30 г стручков и 2 г стеблей, а в последнюю неделю — 10 г стручков и 1 г стеблей.

Настой эвкалиптовый

Требуется: шунгитовая вода, 20 г листьев эвкалипта, 2 г травы пустырника.

Приготовление и применение: измельченные листья эвкалипта смешать с измельченным пустырником, залить 1 л кипятка и настаивать в закрытой посуде трое суток,

Принимать по 1—2 ст. л. за 30 минут до еды в течение 10-12 дней.

ГАСТРИТ

Острым гастритом называется острое воспаление слизистой оболочки желудка. Воспаление может распространяться на всю толщу слизистой, подслизистой и даже мышечной оболочки или ограничиваться только поверхностным слоем эпителия. Часто острый гастрит сопровождается острым энтеритом или энтероколитом. Выделяют катаральную, коррозивную и флегмонозную формы острого гастрита.

Катаральный, или простой, острый гастрит возникает при различных пищевых токсикоинфекциях, погрешностях в питании, приеме некоторых лекарств (салицилаты, бромиды, сульфаниламиды, бутадиион, наперстянка), пищевой аллергии. Заболевание начинается остро. Возникают боли, чувство тяжести в подложечной области, тошнота, иногда рвота съеденной пищей с примесью слизи, понос, общая слабость. В тяжелых случаях может повыситься температура тела, снизиться артериальное давление. Кожные покровы бледные, язык обложен серо-белым налетом, появляется болезненность при пальпации в эпигастральной области. При появлении такой клиники необходимо прежде всего провести дифференциальную диагностику с сальмонеллезом и другими кишечными инфекциями.

При выявлении инфекционного фактора назначают антибиотики: энтеросептол и адсорбенты. При значительном обезвоживании больной нуждается во внутривенном введении раствора глюкозы, физиологического раствора. В первые один-два дня рекомендуется воздерживаться от пищи, однако теплые питье (крепкий чай, минеральная вода без газа) назначают небольшими порциями каждые 1—2 часа. Со 2—3-го дня больного переводят на слизистые супы, кисели, жидкую манную и протертую рисовую каши, через 6—8 дней

после этого больной может возвращаться к своей привычной пище.

Хронический гастрит — хроническое воспаление слизистой желудка, проявляющееся длительным волнообразным течением в виде чередования обострений и ремиссий. Заболевание широко распространено. Оно возникает как вследствие повторного действия агентов, вызывающих острый гастрит, так и в результате неправильного и нерационального питания, длительного приема медикаментов с повреждающим действием на слизистую желудка, воздействия вредных производственных примесей, эффекта гипоксии при различных соматических заболеваниях, при эндогенных интоксикациях, при действии микробных токсинов или неправильном лечении острого гастрита. Имеет значение наследственная предрасположенность, очень часто хронический гастрит сопровождается другими болезнями системы пищеварения — холециститом, колитом и др.

Отличие гастритов с выраженным болевым синдромом от язвенной болезни заключается в отсутствии сезонности обострений. Обострения возникают обычно под воздействием разнообразных неблагоприятных факторов — погрешностей в диете, нарушений режима питания, приема крепких или суррогатных алкогольных напитков. В лечении хронического гастрита основная роль отводится диетотерапии и постоянному соблюдению режима питания. Пациенты обычно склонны принижать значение диеты, но во время ремиссии из питания больного следует исключить алкогольные напитки, жирные сорта мяса, копчености, маринады, грибы, изделия из песочного теста, наваристые бульоны и супы. При повышенной секреции следует ограничить потребление поваренной соли.

Полезны также следующие средства.

Малиновая смесь

Требуется: шунгитовая вода, 20 г плодов малины, 20 г листа мать-и-мачехи, 10 г травы душицы, 3 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. сбора заварить 1 стаканом кипящей воды, настаивать 20 минут, процедить.

Принимать в теплом виде на ночь.

Живительное масло

Требуется: шунгитовая вода, 15 г сока алоэ, 100 г свиного или гусиного смальца, 100 г сливочного масла, 100 г пчелиного меда, 10 г настоя пустырника.

Приготовление и применение: тщательно смешать все ингредиенты.

Принимать по 1 ст. л., размешивая в стакане горячего молока, два раза в день на голодный желудок

Лечебная каша

Требуется: шунгитовая вода, 500 г репчатого лука, 50 г пчелиного меда, 400 г сахара, 10 г отвара пустырника.

Приготовление и применение: измельчить лук в мясорубке, добавить 1 л воды, мед, сахар и пустырник и кипятить на слабом огне 3 часа. Охлажденную смесь хранить в плотно закупоренной посуде.

Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день на голодный желудок

Хмелевый сбор

Требуется: шунгитовая вода, 20 г соплодий хмеля, 20 г травы тысячелистника, 30 г листа Melissa, 15 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси заварить в 1 стакане кипятка. Выпить глотками за день.

Ромашковая смесь

Требуется: шунгитовая вода, 25 г цветков ромашки, 25 г цветков бузины, 25 г цветков липы, 25 г листа мяты перечной, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. сбора заварить 1 стаканом кипятка.

Принимать 1—2 стакана горячего настоя в день на голодный желудок

Ромашковый сбор 1

Требуется: шунгитовая вода, 30 г листа мяты перечной, 30 г листа Melissa, 40 г цветков ромашки, 10 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 2 ч. л. смеси заварить 1 стаканом кипящей воды.

Принимать по 1 стакану за 30 минут до еды.

Ромашковый сбор 2

Требуется: шунгитовая вода, 10 г листа шалфея, 10 г листа мяты перечной, 10 г цветков ромашки, 10 г травы полыни горькой, 10 г травы тысячелистника, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 2 ч. л. смеси залить 1 стаканом кипящей шунгитовой воды.

Принимать горячим по 1 стакану 2 раза в день за 30 минут до еды.

Ромашковый сбор 3

Требуется шунгитовая вода, 20 г листа мяты перечной, 15 г травы сушеницы топяной, 20 г травы тысячелистника, 30 г травы зверобоя, 15 г травы спорыша, 10 г цветков ромашки, 10 г плодов укропа, 10 г плодов тмина, 5 г соплодий хмеля, 20 г коры крушины, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 4 ст. л. смеси залить 1 л кипятка и настаивать в духовке в течение ночи, процедить.

Принимать натошак по 1 стакану. Оставшийся настой выпить в 4 приема в течение дня через час после еды.

Ромашковый сбор 4

Требуется: шунгитовая вода, 5 г плодов тмина, 30 г цветков ромашки, 10 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипятка, охладить и процедить.

Принимать в два приема на голодный желудок.

Крапивный сбор

Требуется: шунгитовая вода, 30 г корневища аира, 5 г травы пустырника, 10 г корня одуванчика, 20 г коры крушины, 30 г листа крапивы.

Приготовление и применение: 2 ст. л. сбора заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 минут.

Принимать утром и вечером на голодный желудок.

Сбор 1

Требуется: шунгитовая вода, 40 г травы зверобоя, 20 г травы горца птичьего, 30 г травы цикория, 40 г травы бессмертника, 30 г коры крушины, 10 г цветов ромашки, 40 г цветов календулы, 10 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. сбора залить 750 мл холодной воды, настаивать в течение ночи, утром прокипятить 5—7 минут и попарить 20 минут.

Принимать в течение дня.

Сбор 2

Требуется: шунгитовая вода, 25 г травы зверобоя, 25 г травы тысячелистника, 25 г травы хвоща полевого, 25 г корня цикория, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 2 ч. л. смеси заварить 1 стаканом кипятка, настаивать до охлаждения, процедить.

Принимать утром и вечером по 1 стакану на голодный желудок

Сбор 3

Требуется: шунгитовая вода, 20 г корня цикория, 20 г травы чистотела, 20 г листа грецкого ореха, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. сбора залить 1 стаканом воды, нагревать на водяной бане 30 минут, остудить, процедить.

Принимать по 1 стакану 3 раза в день на голодный желудок.

Сбор 4

Требуется: шунгитовая вода, 5 г листа шалфея, 5 г листа полыни горькой, 5 г плода можжевельника, 2 г травы пустырника.

Приготовление и применение: залить смесь 1 л кипятка.

Принимать 3 раза в день по 1 стакану за 30 минут до еды.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Диабет широко распространен во всем мире, однако более всего в странах с развитой экономикой и высоким уровнем жизни. Заболеваемость диабетом растет среди всех групп

населения. Частота возникновения заболевания соотносится с возрастом больного: дети в возрасте до 15 лет составляют 5%, пациенты старше 40 лет — 80%, а старше 65 лет — 40% от общего количества страдающих диабетом. Значительное влияние на распространенность диабета второго типа оказывает сочетание ожирения, гиперлипидемии и артериальной гипертензии.

Выделяют два типа сахарного диабета. I тип — юношеский диабет, или инсулинозависимый. При этой форме большая часть (90%) клеток поджелудочной железы погибает в результате вирусного или аутоиммунного поражения и инсулин не вырабатывается: развивается абсолютная инсулиновая недостаточность. Болеют им дети и люди молодого возраста.

II тип сахарного диабета — инсулинонезависимый. В этом случае инсулин в организме присутствует и может вырабатываться в повышенных количествах, но не оказывает своего физиологического воздействия из-за нарушения чувствительности к нему клеток в тканях организма (относительная инсулиновая недостаточность). Диабет II типа имеет наследственно обусловленный характер (семейный диабет), им болеют обычно после 40 лет. Фактором риска развития этого заболевания является избыточный вес.

Основными симптомами сахарного диабета служат сильная жажда, учащенное мочеиспускание, палиурия. При I типе заболевания больные резко теряют в весе, развивается общая слабость, появляется запах ацетона изо рта. Обычно нарушается сон, возникает повышенная раздражительность, головная боль, боли в икроножных мышцах, часто возникают сопутствующие инфекции. У больных II типом диабета характерные симптомы заболевания развиваются более длительно. В этом случае типично возникновение кожного зуда, гнойничковых поражений кожи, сухости во рту, жажды, но диабетическая кома бывает крайне редко. Диабет II типа протекает несколько благоприятнее, чем юношеский.

В лечении сахарного диабета необходимо участие самого больного. Обязательной является инсулинотерапия при диабете I типа. Оптимальным считается применение у одного пациента двух видов препарата — короткой и средней продолжительности действия.

При любом типе заболевания непременным условием успешного лечения является диета. Из рациона исключают

все легкоусвояемые рафинированные углеводы — сахар, кондитерские изделия, варенье, печенье, высококалорийные хлебобулочные изделия, спиртные напитки, сиропы, виноград, финики и др. В процентном соотношении белки должны составлять 16% от общей калорийности пищи, жиры — 24%, углеводы 60%, причем они должны быть представлены большей частью овощами и фруктами. Режим питания больные должны соблюдать очень строго, количество приемов пищи у них не менее 5—6 раз в сутки (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Особенно рекомендуются свежие зелень, ягоды (кроме винограда), мясо, рыба, птица. Полезно регулярное использование в пищу топинамбура, содержащего растительный аналог инсулина — инулин. Диета составляется врачом с учетом вкуса и привычек больного, имеющих осложнения и сопутствующих заболеваний.

Кроме основной терапии, большую помощь в лечении больных оказывают средства народной медицины.

Сбор 1

Требуется: шунгитовая вода, 20 г листа мяты перечной, 20 г коры крушины, 15 г плода кориандра, 15 г травы чистотела, 30 г травы зверобоя, 10 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. сбора залить 1 стаканом кипятка и оставить на сутки.

Принимать по 1 стакану 2—3 раза в день.

Сбор 2

Требуется: шунгитовая вода, 30 г корня одуванчика, 30 г корня ревеня, 30 г травы чистотела, 5 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка и настаивать до охлаждения.

Принимать в течение одного дня в 3 приема.

Вересковый сбор

Требуется: шунгитовая вода, 30 г травы пустырника, 30 г травы вереска, 30 г травы сушеницы топяной, 10 г корневища с корнями валерианы.

Приготовление и применение: 4 ст. л. смеси заварить 1 л кипятка, парьте в течение ночи.

Принимать после процеживания по 4—5 глотков через каждый час, выпивая все в течение дня.

Хмелевый отвар 1

Требуется: шунгитовая вода, 50 г соплодий хмеля, 25 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. сбора заварить в 1 стакане кипятка и настаивать до охлаждения.

Принимать по 1—2 стакана перед сном;

Хмелевый отвар 2

Требуется: шунгитовая вода, 30 г соплодий хмеля, 30 г корня валерианы, 30 г листа Melissa, 30 г травы хвоща полевого, 10 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка и настаивать до охлаждения.

Принимать по 1—2 стакана настоя на ночь.

Медовый чай

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. плодов шиповника, 1 ст. л. плодов боярышника, щепотка травы пустырника, 1 ст. л. меда.

Приготовление и применение: залить сырье 0,5 л кипятка, настаивать в течение ночи, добавить мед.

Принимать 2—3 раза в день.

Луковая смесь

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть свежесжатого лукового сока, 1 часть меда, 0,3 части отвара пустырника.

Приготовление и применение: все смешать и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

Настой из чабреца

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. травы чабреца, 0,5 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: сырье залить 1 стаканом кипяченой воды, укутать и настаивать 4—6 часов, процедить, добавить немного меда.

Принимать в теплом виде по 1 стакану 2 раза в день.

Малиновый настой

Требуется: шунгитовая вода, горсть сушеных плодов малины, щепотка травы пустырника.

Приготовление и применение: залить сырье 0,5 л кипятка, настаивать 4 часа.

Принимать за 3—4 часа до сна.

ЖЕЛЧНО-КАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

Возникновение желчно-каменной болезни связано с нарушением обмена холестерина, билирубина и желчных кислот и проявляется камнеобразованием в желчном пузыре и протоках. Определенное значение имеет воспаление в желчном пузыре и застой в нем желчи. Чаще болеют женщины. Предрасполагающими факторами являются также переедание, нерегулярное питание, ожирение.

Бессимптомное течение встречается редко. Болезнь проявляет себя приступом желчной колики. Приступы провоцируют пищевые перегрузки, жирная и жареная пища, алкоголь, холодные газированные напитки, а также значительная физическая нагрузка, тряская езда. Боль возникает в правом подреберье или в эпигастрии с иррадиацией в спину, правую половину грудной клетки, правую надключичную область, правую лопатку и правую руку.

Приступ сопровождается тошнотой и рвотой, не приносящей облегчения, отмечаются метеоризм и задержка стула. В ряде случаев повышается температура, может развиваться кратковременная желтуха.

Вне приступов у больных отмечаются тяжесть в правом подреберье, горечь во рту, тошнота, отрыжка воздухом. Диагностике способствуют ультразвуковое исследование брюшной полости, холангиография, холецистография, однако УЗИ обычно бывает достаточно.

Траволечение оказывает существенную помощь больным желчно-каменной болезнью.

Сбор для улучшения работы печени и желчного пузыря

Требуется: шунгитовая вода, 10 г корней горечавки желтой, 10 г кожуры апельсина, 10 г корня зверобоя, 10 г корня аира, 10 г листьев вахты, 10 г цветков пижмы обыкновенной, 5 г травы пустырника, 10 г травы сушеницы, 1 л портвейна.

Приготовление и применение: сырье смешать и залить 1 л портвейна. Настаивать на солнце 21 день, процедить.

Принимать по 2 ст. л. 2 раза в день (утром натощак, вечером — перед сном).

Настой из клевера

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. цветков клевера лугового, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: залить травы 1 стаканом кипятка, варить в закрытой посуде на слабом огне 5 минут, охладить и процедить.

Принимать в период ремиссии по 0,3 стакана 3—5 раз в день, добавляя мед и дольку лимона.

Липовый настой

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. липового цвета, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: залить травы 1 стаканом кипятка, варить на слабом огне 30 минут, охладить и процедить.

Принимать в период ремиссии 3 раза в день.

Луковый настой

Требуется: шунгитовая вода, 1 большая луковица, 2 ст. л. меда, 1/5 стакана отвара пустырника.

Приготовление и применение: лук натереть на терке, отжать. Смешать сок с медом в пропорции 1:1. Добавить отвар пустырника.

Принимать в период ремиссии по 1 ст. л. 3 раза в день.

Ягодный чай

Требуется: шунгитовая вода, ягоды смородины, клюквы, малины, долька лимона, сахар, 2 ст. л. настоя пустырника.

Приготовление и применение: растереть ягоды с сахаром, залить кипятком, добавить настой пустырника и дольку лимона.

Принимать вместо чая.

Настой из листьев борщевика

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. листьев борщевика, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: травы залить 1 стаканом кипяченой воды, настаивать 30 минут, процедить.

Принимать в период ремиссии по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

Отвар корней борщевика

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. корней борщевика, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: залить травы 1 стаканом воды, кипятить 20 минут, настаивать 30 минут, процедить.

Применять в виде компрессов на правое подреберье.

Целебный состав с ирисом

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть ягод земляники лесной, 1 часть зерен грецкого ореха, 1 часть ягод черной смородины, 1 часть корневищ ириса болотного, 0,3 части травы пустырника.

Приготовление и применение: сырье измельчить в порошок, смешать с медом в пропорции 1:3.

Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 минут до еды.

Настойка пиона

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть травы вербены, 1 часть семян пиона лекарственного, 0,2 части травы пустырника.

Приготовление и применение: измельчить в порошок травы. 1 ч. л. порошка залить 0,5 л кипящей воды, настаивать на кипящей водяной бане 20 минут, охладить и процедить.

Принимать понемногу в течение дня.

Настойка из родиолы

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. корневищ родиолы розовой, 0,2 ч. л. травы пустырника, мед.

Приготовление и применение: 1ч. л. измельченных корневищ родиолы розовой залить 1 л воды, варить 10 минут, закутать и настаивать 1 час.

Принимать по 2—3 стакана в день с медом или сахаром, желательно до еды.

Настойка из кошачьих лапок

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. цветочных корзинок кошачьих лапок, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: травы смешать и залить 1 стаканом кипящей воды. Укутать и настаивать 1 час, процедить.

Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день до еды.

Настой из березовых почек

Требуется: шунгитовая вода, 200 г березовых почек, 10 г травы пустырника.

Приготовление и применение: измельченные почки и траву залить 1 л растительного масла, настаивать 1 месяц, периодически встряхивая, процедить, остаток отжать.

Принимать по 1 ч. л. 3—4 раза в день после еды.

СТЕНОКАРДИЯ

Основным клиническим симптомом стенокардии служат приступы загрудинных болей, обусловленные остро наступающим нарушением коронарного кровообращения. Заболевание чаще развивается у мужчин старше 40 лет.

В основе приступа лежит гипоксия (ишемия) миокарда. Миокард испытывает кислородное голодание вследствие не-

достаточного притекания крови по коронарным сосудам к сердечной мышце. Чаще всего причиной стенокардии служит атеросклероз коронарных сосудов. Заболевание может развиваться и при инфекционных и инфекционно-аллергических заболеваниях. Нередко стенокардия сочетается с гипертонической болезнью. Также приступы стенокардии могут возникать при нервных переживаниях, у злостных курильщиков и т. д.

Основным клиническим симптомом стенокардии является интенсивная боль, острая, с локализацией за грудиной. Боль передается в левую лопатку, левое плечо, левую половину шеи. Больные могут ощущать чувство сдавления, сжатия, тяжести. Боль может возникать при ходьбе, беге, при другой физической нагрузке, при эмоциональном потрясении (стенокардия напряжения), при выходе из теплого помещения на улицу в холодное время года. Боль может появиться ночью (стенокардия покоя).

Особенностью болей при стенокардии служит их исчезновение после приема нитроглицерина. Продолжительность болей — от нескольких секунд до 20—30 минут. Иногда больные жалуются на ощущение перебоев в сердце, обусловленных нарушением сердечного ритма.

Перебои сопровождаются чувством замирания, остановки сердца. Сила приступа стенокардии различна. Во время приступа может замедлиться сердечный ритм, повыситься артериальное давление. При перкуссии и аускультации сердца отклонений от нормы обычно не отмечается, если нет другой патологии. Болезнь протекает хронически. Приступы могут возникать редко, могут повторяться часто и протекать тяжело. Приступ стенокардии, длящийся более 30 минут, может закончиться инфарктом миокарда, а в редких случаях — смертью.

Народная медицина рекомендует при стенокардии следующие средства.

Овсяная настойка

Требуется: шунгитовая вода, 10 плодов можжевельника обыкновенного, 5 зерен овса, 5 корневищ пырея, щепотка травы пустырника.

Приготовление и применение: сырье залить 1 л воды и варить, пока не останется 0,7 л жидкости.

Принимать понемногу в течение дня не менее 40 дней.

Настойка с ивой и лавандой

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть корней переступе-
ня, 1 часть корневищ ириса болотного, 1 часть коры ивы,
1 часть цветков лаванды, 0,3 части травы пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси залить 1 ста-
каном воды и варить 5 минут, охладить и процедить.

Принимать по 2 стакана отвара в день.

Крапивная настойка

Требуется: шунгитовая вода, 100 г листьев боярышника,
100 г травы кирказона, 50 г листьев крапивы, 50 г травы ты-
сячелистника, 10 г травы пустырника.

Приготовление и применение: 2 ст. л. измельченной сме-
си залить 0,6 л кипятка, укутать и настаивать 30 минут, про-
цедить.

Принимать по 2/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до
еды.

Настой землянично-боярышниково-пустырниковый

Требуется: шунгитовая вода, 50 г травы барвинка мало-
го, 50 г травы пустырника, 50 г руты, 50 г листьев земляники,
50 г цветков боярышника, 50 г ромашки аптечной, 50 г кор-
невищ порея.

Приготовление и применение: 1 ч. л. измельченной сме-
си залить 1 стаканом кипятка, укутать и настаивать 30 минут,
процедить.

Принимать 3 раза в день после еды.

Настой кукурузных рылец с пустырником

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. кукурузных рылец,
щепотка травы пустырника.

Приготовление и применение: залить сырье 1 стаканом
кипятка, настаивать 1 час, процедить.

Принимать по 1 ст. л. каждые 3 часа.

Отвар дягиля

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. корневища дягиля,
1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: залить смесь 1 стаканом воды, кипятить 1 минуту, настаивать 30 минут, процедить.

Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день до еды.

Настой душицы

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. травы душицы, 0,5 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: залить смесь 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить.

Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день до еды.

Настой корня одуванчика

Требуется: шунгитовая вода, 2 ч. л. корня одуванчика, 0,5 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: залить сырье 1 стаканом холодной кипяченой воды и настаивать 8 часов.

Принимать по 1/4 стакана 4 раза в день до еды.

Настойка дягиля

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. корневища дягиля, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: настаивать сырье на медицинском спирте крепостью 70% в пропорции 1:10.

Применять как наружное средство, растирая область грудины.

ЭНТЕРИТЫ

Энтерит — воспалительное заболевание слизистой оболочки тонкой кишки. Различают острый и хронический энтерит.

Острый энтерит обычно протекает совместно с острым поражением желудка (гастроэнтерит) и толстой кишки (гастроэнтероколит). По этиологии различают острый инфекционный (вирусный) энтерит, возникающий при большинстве кишечных инфекций, тифах, холере, сальмонеллезе; алиментарный, обусловленный перегрузкой кишечника острой, грубой пищей; токсический — при отравлении сулемой, мышьяком, грибами, другими ядовитыми агентами не-

бактериальной природы; аллергический — при пищевой или лекарственной аллергии.

Начало заболевания острое. Иногда специфические местные симптомы — тошнота, рвота, диарея, боли в животе — могут предшествовать слабости, температурной реакции, явлениям общей интоксикации и коллаптоидного состояния. В легких случаях перечисленных признаков может и не отмечаться.

Неотложная помощь при энтерите неинфекционного происхождения заключается в промывании желудка, даже в легких случаях. При лечении пациента на дому можно рекомендовать пищевую разгрузку при обильном питье (минеральная вода без газа, крепкий чай, растворы для оральной регидратации типа «Оралит»). Голод в данном случае не показан, назначаются слизистые супы, протертые каши на воде, кисели, вместо свежего хлеба — сухари.

Хронический энтерит — воспалительно-дистрофическое заболевание тонкой кишки, которое развивается вследствие алиментарных причин (систематическое переедание, грубая острая пища, нарушение режима питания, алкогольные интоксикации), при хронических производственных отравлениях солями тяжелых металлов и лекарствами (при бесконтрольном их применении), пищевой аллергии, паразитарных инвазиях (лямблиозе, аскаридозе, ленточных червях), радиационных поражениях, а также в результате первичного поражения желудка с атрофией железистой ткани.

Хронические энтериты могут развиваться и после резекции желудка, при хроническом панкреатите, гепатите, циррозе печени, почечной недостаточности, различных кожных заболеваниях (псориазе).

У больного отмечаются выраженные диспептические явления — вздутие живота, ощущение его распираания, метеоризм, тошнота.

При тяжелых энтеритах иногда после еды пациенты испытывают слабость, головокружение и другие недомогания общего характера. Появляются обильные поносы, в тяжелых случаях — до 15 раз в сутки.

Характерна непереносимость молока — симптоматика после его приема усиливается. Длительное, затяжное течение хронического энтерита может привести к синдрому нарушения всасывания: похудению, гипопротеинемии, гипо-

витаминозу, железо- и В¹²-дефицитной анемии, дистрофии печени, миокарда.

При хроническом энтерите хорошо помогают следующие средства.

Корневой отвар

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть коры крушины, 2 части корня цикория, 2 части корня одуванчика, 1/3 стакана отвара пустырника.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 30 минут, процедить.

Принимать по 1 стакану на ночь.

Полынная настойка

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть шишек хмеля, 1 часть корневища пустырника, 2 части травы полыни, 2 части листа мяты перечной, 3 части травы зверобоя.

Приготовление и применение: 3 ст. л. смеси залить 1 стаканом воды, кипятить 15 минут, настаивать 20 минут, процедить.

Принимать по 1 стакану утром и вечером

Настойка из цветов бессмертника

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть травы копытеня, 1 часть цветов бессмертника, 0,3 части травы пустырника.

Приготовление и применение: тщательно перемешать ингредиенты. 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, укутать и настаивать 3 часа.

Выпить в течение дня за несколько приемов.

Настойка зверобоя и бессмертника

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть травы пустырника, 2 части травы зверобоя, 3 части травы бессмертника.

Приготовление и применение: 4 ст. л. смеси залить 1 л холодной воды, настаивать 12 часов, кипятить 5 минут, процедить.

Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день после еды.

Настой с фасолью

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть травы горца птичьего, 1 часть створок плодов фасоли, 0,5 части травы пустырника, 1 часть листа мяты перечной.

Приготовление и применение: 2 ст. л. смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 30 минут, процедить.

Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день до еды в теплом виде в течение 1 месяца.

Настойка с лопухом

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть корня лопуха, 1 часть цветков ромашки, 1 часть травы пустырника.

Приготовление и применение: 30 г смеси залить 0,5 л воды, кипятить 1 минуту, настаивать 30 минут, процедить.

Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день до еды в течение 1 месяца.

Настойка календулы

Требуется шунгитовая вода, 20 г цветков календулы лекарственной, 10 г травы крапивы двудомной, 10 г корня стальника полевого, 20 г травы тысячелистника обыкновенного, 10 г плодов фенхеля обыкновенного, 10 г травы хвоща полевого, 10 г листьев мать-и-мачехи, 10 г листьев березы повислой.

Приготовление и применение: засыпать смесь в эмалированную посуду, залить 2,5 стакана кипятка. Укутать и настаивать 30 минут, охладить и процедить через марлю.

Принимать по 1/3—1/4 стакана настоя 3—4 раза в день.

Настойка 1

Требуется: шунгитовая вода, 20 г листьев мать-и-мачехи, 25 г травы хвоща полевого, 25 г корневищ лапчатки прямостоячей, 30 г листьев подорожника большого.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси залить стаканом кипятка, настаивать, укутав, 1 ч. Остудить и процедить. Довести объем настоя горячей водой до 200 мл (до 1 стакана).

Принимать по 3/4—2/3 стакана настоя на ночь в теплом виде.

Настойка 2

Требуется: шунгитовая вода, 20 г цветков бузины черной, 20 г листьев мать-и-мачехи, 20 г травы зверобоя продырявленного, 20 г цветков ромашки аптечной, 20 г цветков липы сердцевидной.

Приготовление и применение: сырье перемешать, поместить в эмалированную посуду, залить 2 стаканами кипятка, накрыть фарфоровой крышкой и настаивать 20 минут. Процедить через марлю, оставшееся сырье отжать, довести горячей водой до нужного объема.

Принимать по 1—2 стакана настоя в теплом виде на ночь.

Настойка 3

Требуется: шунгитовая вода, 15 г листьев березы повислой, 15 г листьев мать-и-мачехи, 15 г листьев брусники обыкновенной, 10 г травы почечного чая, 10 г корней солодки голой, 15 г травы зверобоя продырявленного, 10 г цветков ромашки аптечной, 10 г цветков календулы лекарственной.

Приготовление и применение: все указанные ингредиенты смешать, залить 1 стаканом кипятка. Настаивать 20—30 минут. Охладить в течение 45 минут при комнатной температуре, процедить.

Принимать по 1/2—1/3 стакана настоя 3—4 раза в день.

Настойка 4

Требуется: шунгитовая вода, 20 г листьев мать-и-мачехи, 20 г плодов шиповника коричневого, 20 г корня стальника полевого, 20 г плодов можжевельника обыкновенного.

Приготовление и применение: сырье смешать, залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, остудить и процедить.

Принимать по 1/2—1/3 стакана настоя в теплом виде 3 раза в день.

Настойка 5

Требуется: шунгитовая вода, 50 г плодов можжевельника обыкновенного, 20 г плодов фенхеля обыкновенного, 20 г корня солодки голой, 10 г листьев мать-и-мачехи.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси поместить в эмалированную посуду, залить стаканом горячей воды, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане 30 минут. Охлаждать при комнатной температуре 10 минут, процедить, оставшееся сырье отжать.

Принимать по 1/2—1/4 стакана отвара 3 раза в день.

Противопоказан при беременности, а также острых воспалительных процессах в почках и мочевыводящих путях.

Настойка 6

Требуется: шунгитовая вода, 20 г корня стальника полевого, 20 г корней петрушки огородной, 20 г корня солодки голой, 20 г плодов можжевельника обыкновенного, 20 г глистьев мать-и-мачехи.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом горячей воды, нагреть на водяной бане 30 минут, остудить и процедить.

Принимать по 1/3—1/4 стакана отвара 3 раза в день.

Противопоказан при беременности, а также острых воспалительных процессах в почках и мочевыводящих путях.

Настойка с полынью

Требуется: шунгитовая вода, 1 часть травы полыни горькой, 2 части травы тысячелистника, 1 часть травы пустырника, 3 части цветков ромашки.

Приготовление и применение: 1 ст. л. смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 30 минут, процедить.

Принимать теплым по 1/4 стакана 3 раза в день до еды в течение 1 месяца.

Кукурузная настойка 1

Требуется: шунгитовая вода, 1/2 стакана кукурузной муки, щепотка травы пустырника.

Приготовление и применение: залить муку и траву двойным количеством теплой воды и настаивать в течение суток.

Принимать по 2 ст. л. смеси перед едой.

Кукурузная настойка 2

Требуется: шунгитовая вода, 3 ст. л. кукурузной муки, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: муку и траву залить 300 мл холодной воды и настаивать 2—3 часа.

Принимать понемногу в течение дня.

КОСМЕТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА

Шунгиты в сочетании с целебными травами и другими полезными веществами очень эффективно применяются с различными косметологическими целями.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Вода из петрушки и пустырника

Требуется: шунгитовая вода, свежая зелень петрушки и пустырника.

Приготовление и применение: мелконарезанную траву залить кипятком, настаивать 30 минут, процедить.

Умываться для устранения шелушения и для разглаживания кожи.

Масляный травяной настой для сухой раздраженной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. цветков зверобоя, 1 ст. л. травы пустырника, 1 стакан растительного масла.

Приготовление и применение: сырье залить растительным маслом, настаивать 3 недели.

Протирать кожу настоем каждый вечер.

Лосьон из пустырника для чувствительной, легкораздражимой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 стакан сухого пустырника, 1/2 стакана растительного масла (оливкового, персикового, миндального, кукурузного).

Приготовление и применение: траву залить растительным маслом. Поставить смесь на водяную баню и нагреть.

Протирать лосьоном кожу 1—2 раза в день.

Лосьон для чувствительной, легкораздражимой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. сухих лепестков розы, 1 ст. л. пустырника, 1 ст. л. ромашки, 1 ст. л. мяты, 1 ст. л. петрушки, 1 ст. л. подорожника, 1 ст. л. сока алоэ.

Приготовление и применение: сырье смешать в стеклянной посуде с плотно закрывающейся крышкой, залить 2 стаканами кипящей воды. Настаивать в теплом месте 2 часа, процедить.

Протирать кожу лица утром и вечером вместо умывания.

Мягкое косметическое молочко

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. зерна пшеницы, 2 ст. л. сушеной травы пустырника, 1 яйцо, 1 стакан яблочного уксуса или белого вина.

Приготовление и применение: зерно пшеницы, измельченную траву пустырника залить яблочным уксусом или белым вином. Оставить смесь на 3—5 дней в темном месте, процедить, добавить желток 1 яйца и размешать.

Очищать кожу лица вечером. При жирной пористой коже можно использовать молочко утром.

Компресс для сухой кожи лица

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. липового цвета, 1 ст. л. сухой травы пустырника, 1 ст. л. мяты, 1 ст. л. ромашки.

Приготовление и применение: сырье залить 1 л кипятка, через 15 минут процедить.

В теплом настое смочить марлю и наложить на лицо и шею. Чтобы кожа как следует прогрелась, повторить процедуру несколько раз, меняя компрессы по мере их остывания. После компресса нанести на кожу жирный крем.

Крем для сухой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 100 г сметаны, 1 сырой яичный желток, 1 ст. л. спиртовой настойки пустырника.

Приготовление и применение: сметану смешать с желтком, добавить настойку пустырника, тщательно перемешать.

Такой крем смягчает сухую кожу, снимает зуд и раздражение.

Цветочный крем для сухой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 25 г маргарина или сливочного масла, 1 яичный желток, цветки розы, пустырника, липы, 1 листок подорожника.

Приготовление и применение: масло или маргарин тщательно растереть с желтком и травами. Розы следует срывать осторожно, стараясь не стряхнуть пыльцу.

Крем можно хранить в холодильнике не более одной недели.

Маска с оливковым маслом

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. оливкового масла, 1 ст. л. овсяной муки, пустырник

Приготовление и применение: мелко нарезанное сырье смешать с оливковым маслом, добавить овсяной муки и приготовить кашицу.

Маску толстым слоем нанести на лицо и шею, через 20 минут смыть теплой водой.

Цитрусовая маска для сухой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой желток, 1/2 ч. л. тертой лимонной или апельсиновой корки, 1 ст. л. растительного масла, 2—3 капли лимонного сока, 0,5 л настоя пустырника.

Приготовление и применение: к сырому желтку добавить на кончике ножа тертую лимонную или апельсиновую корку. Смешать и дать постоять 30 минут в закрытой посуде. Прибавить 2—3 капли лимонного сока и 1 ст. л. растительного масла.

Нанести маску на лицо и шею. Через 20 минут смыть теплым настоем пустырника.

Маска с оливковым маслом

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. оливкового масла, 1 ст. л. овсяной муки, пустырник

Приготовление и применение: мелко нарезанную траву смешать с оливковым маслом, добавить овсяной муки и приготовить кашицу.

Маску толстым слоем нанести на лицо и шею, через 20 минут смыть теплой водой.

Цитрусовая маска для сухой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой желток, 1/2 ч. л. тертой лимонной или апельсиновой корки, 1 ст. л. растительного масла, 2—3 капли лимонного сока, 0,5 л настоя пустырника.

Приготовление и применение: к сырому желтку добавить на кончике ножа тертую лимонную или апельсиновую корку. Смешать и дать постоять 30 минут в закрытой посуде. Прибавить 2—3 капли лимонного сока и 1 ст. л. растительного масла.

Нанести маску на лицо и шею. Через 20 минут смыть теплым настоем пустырника.

Картофельная маска

Требуется: шунгитовая вода, 1 вареная картофелина, 1/2 стакана молока, 1 ст. л. сока пустырника.

Приготовление и применение: размятый вареный картофель смешать с молоком и соком пустырника до образования кашицы.

Маску нанести на лицо и шею на 20 минут. Затем смыть теплой водой.

Маска для нежной, легко раздражаемой кожи лица

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. цветков ромашки, 1 ч. л. пустырника, 1 ч. л. листьев подорожника, 1 ч. л. крахмала.

Приготовление и применение: травы смешать, залить смесь 1 стаканом кипятка, дать настояться в термосе 15—20 минут. Процедить настой и добавить в него, непрерывно помешивая, 1 ч. л. крахмала.

Маску в теплом виде нанести кисточкой или ватным тампоном на лицо и шею. Через 30 минут смыть теплой водой, нанести на лицо и шею питательный крем.

Маска для сухой шелушащейся кожи

Требуется: шунгитовая вода, 100 г растительного масла, 1 ст. л. тщательно растертых цветков ромашки, 1 ст. л. сока пустырника, 1 ст. л. меда.

Приготовление и применение: растительное масло смешать с ромашкой, медом и пустырником.

Полученный масляный состав нанести на слой ваты (1 см толщиной) с отверстиями для глаз и носа. Наложить маску на лицо и шею, накрыть сверху махровым полотенцем. Маску держать на лице 15—20 минут, затем снять ее. Умыться теплой водой.

Смягчающая и успокаивающая маска из сухих трав

Требуется: шунгитовая вода, 2 ч. л. измельченных цветов липы, 2 ч. л. пустырника, 1 стакан молока.

Приготовление и применение: залить травы молоком, поставить на 5—7 минут на слабый огонь, довести до кипения. Смесь хранить в закрытой посуде.

Теплым отваром этих трав смачивать кожу, затем тонким слоем нанести на нее жидкий крем, сверху положить теплую гущу трав (можно через марлю). Маску покрыть махровым полотенцем. Через 15—20 минут снять ватным тампоном и нанести на лицо и шею питательный крем

Смягчающая маска для сухой, раздраженной или дряблой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. льняного семени, 20—25 капель аптечной настойки пустырника.

Приготовление и применение: залить льняное семя водой на 10—15 минут, влить настойку пустырника, поставить на слабый огонь и помешивать до образования негустой кашицы.

Когда смесь станет приятно теплой, нанести ее на лицо и шею, слегка втирая. Через 20 минут маску снять отваром теплого чая, ополоснуть лицо холодным молоком и высушить мягким полотенцем.

Капустная маска

Требуется: шунгитовая вода, 2—3 листа свежей капусты, 1 стакан молока, 1 ч. л. настойки пустырника.

Приготовление и применение: Измельчить листья капусты. Молоко смешать с настойкой пустырника и отварить в

этой смеси измельченные капустные листья до образования кашицы.

Маску нанести на лицо и шею на 20 минут, смыть молоком.

Маска из простокваши с пустырником

Требуется: шунгитовая вода, 1/2 стакана простокваши, 2 ст. л. пшеничной муки, 1 ч. л. сухой измельченной травы пустырника.

Приготовление и применение: в простоквашу добавить пшеничную муку и пустырник, так, чтобы масса не стекала с лица.

Полученную смесь нанести на лицо и шею на 15—20 минут. Смыть маску прохладной водой.

Маска рекомендуется женщинам с нежной чувствительной кожей.

Питательная маска

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. густых сливок, 1 ст. л. овсяных хлопьев, 1 ст. л. свежего пустырника, 1/2 банана.

Приготовление и применение: банан измельчить и взбить со сливками в пену. Добавить измельченные овсяные хлопья и пустырник.

Маску нанести толстым слоем на лицо и шею на 20 минут, смыть Теплой водой.

Маска из листьев лекарственных растений

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. свежих листьев малины, мать-и-мачехи, ежевики и пустырника.

Приготовление и применение: измельчить в кашницу листья.

Смазать кожу лица и шеи жирным питательным кремом, сверху положить маску из листьев. Оставить маску на 10—15 минут, затем снять ватным тампоном и умыться теплой водой.

Сухая маска для кожи лица

Требуется: шунгитовая вода, 4 ст. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: измельчить сушеную траву пустырника. Сшить из хлопчатобумажной ткани с сетча-

той структурой мешочек и положить в него пустырник. Мешочек нагреть на сухой сковороде или в кастрюле.

Кожу лица очистить предварительно лосьоном или косметическим молочком. Затем наложить горячий мешочек на лицо и шею и держать до тех пор, пока смесь не остынет. Маску применять 1 раз в неделю.

Медовая маска для лица

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырое яйцо (желток), 1 ч. л. меда, 1 ч. л. глицерина, 2 ст. л. настойки травы пустырника.

Приготовление и применение: сырой желток, мед, глицерин и настойку пустырника перемешать.

Намазать полученной смесью лицо на 1—2 часа, смыть прохладной водой.

Если часть смеси осталась неиспользованной, можно держать ее в холодильнике и применять в течение нескольких дней. Маску рекомендуется повторять 2—3 раза в неделю. После применения этой маски лицо выглядит посвежевшим, мелкие морщинки расправляются.

Универсальная маска для чувствительной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. сметаны, 1 ч. л. меда, 2—3 ягоды земляники, 1 ч. л. свежей измельченной травы пустырника.

Приготовление и применение: Траву пустырника смешать с размятыми ягодами, растереть с медом и сметаной.

Нанести на лицо и шею и оставить маску на 15—20 минут. Затем смыть ватным тампоном, смоченным молоком.

Примочки от отеков и раздражения кожи

Требуется: шунгитовая вода, 4 ст. л. сушеной и измельченной травы пустырника.

Приготовление и применение: траву залить 1 стаканом кипятка в эмалированной посуде, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане, периодически помешивая, 15 минут. Охладить при комнатной температуре 15 минут и процедить.

Делать примочки на кожу лица 2 раза в день. Из настоя пустырника также можно приготовить кубики льда и протирать ими лицо, шею и грудь.

Успокаивающий компресс для век

При покраснении и отеках век хорошо помогает компресс из смеси лекарственных трав. Этот же компресс можно использовать и при подергивании мышц лица, век — так называемом тике.

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. сушеной травы пустырника, 1 ст. л. сушеных цветков боярышника, 1 ст. л. валерианы.

Приготовление и применение: измельченную смесь залить 1 стаканом кипятка, дать ей настояться 1 час, процедить через марлю. Поставить в холодильник.

Холодным отваром смочить кусочек материи. Лечь на спину, расслабиться и положить компресс на веки. Компресс держать 10—15 минут. Для достижения наилучшего результата желательно делать холодные компрессы 2—4 раза в день.

Паровая ванночка для воспаленной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. сухого пустырника.

Приготовление и применение: залить пустырник 1 л кипятка.

Умыться теплой водой, наклониться над миской и накрыться махровым полотенцем. Когда лицо вспотеет, промокнуть кожу полотенцем, удалить, если имеются, угри, ополоснуть лицо и шею холодной водой. Продолжительность паровой ванночки не более 10 минут.

Средство против трещин в углах рта

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. сухих цветков календулы, 1 ст. л. сухой травы пустырника, 30—40 г несоленого сливочного масла или питательного крема для сухой кожи.

Приготовление и применение: сухие травы перемолоть (в кофемолке), смешать с несоленным сливочным маслом или питательным кремом для сухой кожи.

Мазь накладывать на область трещин на ночь под повязку, меняя их ежедневно. Продолжительность лечения — до

полного заживления трещин. Трещины на губах смазывать мазью также после каждого приема пищи.

В летнее время при выходе на улицу мазью пользоваться не рекомендуется, особенно при повышенной чувствительности к ультрафиолетовым лучам. Не следует использовать ее и в морозную погоду.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Молочко для жирной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 большой свежий огурец, 2 сырых яичных белка, 1 ч. л. настоя или сока пустырника.

Приготовление и применение: взбить в пену яичные белки. Огурец натереть на мелкой терке и отжать сок. Огуречный сок смешать с белками, добавить настой или сок пустырника и 1 стакан кипяченой воды комнатной температуры.

Полученным молочком протирать кожу лица несколько раз в день, перед этим тщательно очищая кожу от косметики.

Лосьон для жирной воспаленной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. сушеного пустырника, 4 ч. л. борного спирта, 2 ст. л. настойки календулы, 1 ч. л. лимонного сока.

Приготовление и применение: траву измельчить, залить 0,5 л кипятка, 10 минут прокипятить на медленном огне, процедить. К полученному отвару добавить борный спирт и настойку календулы, а затем лимонный сок. Протирать лосьоном кожу утром и вечером. Благодаря седативному действию пустырника этот лосьон успокаивает раздраженную кожу лица.

Чайный лосьон для жирной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 0,5 л минеральной воды, 1 ч. л. чая, 1 ч. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: Минеральную воду нагреть до кипятка. Заварить ею чай и пустырник. Остудить, прибавьте несколько капель лимонного сока или лимонной кислоты. Этим лосьоном протирать кожу утром и вечером. Лосьон хорошо стягивает поры и снимает воспаление.

Маска, сужающая поры и улучшающая кровообращение

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. сушеного пустырника, 1 ч. л. ромашки, 1 ч. л. мяты, 1 ч. л. крапивы, 1/2 стакана овсяной муки, 1 ст. л. меда.

Приготовление и применение: траву залить 1 стаканом кипятка. Дать смеси настояться 20—30 минут, процедить и поставить в холодное место на несколько часов. Отвар вновь подогреть, овсяную муку залить теплым отваром и размешать до густоты сметаны. Добавить 1 ст. л. меда, перемешать.

Нанести маску толстым слоем на лицо и шею, оставить на 20 минут. Смыть теплой водой, ополоснуть лицо холодной водой.

Маска для жирной воспаленной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой яичный белок, 1 ст. л. 3%-ной перекиси водорода, 1,5 ст. л. крахмала, 1 ст. л. настойки травы пустырника.

Приготовление и применение: взбить в пену белок, добавить перекись водорода и крахмал, размешать все до густоты сметаны. Добавить настойку пустырника.

Смесь нанести на лицо и шею. Если есть воспаления на спине, то нанести смесь и туда. После высыхания маску смыть прохладной водой.

Творожная маска

Требуется: шунгитовая вода, 50 г творога, 1 ст. л. сметаны, 1 сырой яичный белок, 20 капель аптечной настойки пустырника.

Приготовление и применение: смешать творог со сметаной, взбитым белком и настойкой пустырника до образования густой кашицы

Маску нанести на кожу на 15—20 минут, смыть теплой водой. Процедуру можно делать 1 раз в неделю, она очень хорошо действует на воспаленную кожу.

Белковая маска для жирной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой яичный белок, 3 ч. л. настоя пустырника.

Приготовление и применение: взбить белок в крепкую пену, добавить настой пустырника, перемешать.

Нанести на лицо и шею на 20 минут, смыть теплой водой. Маска рекомендуется для жирной, воспаленной кожи лица, так как оказывает стягивающее и успокаивающее действие.

Маска, сужающая поры и снимающая покраснения

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. картофельной муки, 1 ч. л. сока пустырника, 3—5 ягод красной и белой смородины.

Приготовление и применение: раздавленные в миске ягоды смешать с картофельной мукой и соком пустырника.

Полученную кашу нанести на шею и лицо. Через 15—20 минут смыть. Маска сужает поры и оказывает на кожу успокоительное действие.

Маска из лекарственных растений

Требуется: шунгитовая вода, 3—4 листа подорожника, 4 ст. л. травы пустырника.

Приготовление и применение: травы промыть в нескольких водах, последний раз — в охлажденной кипяченой, пропустить через мясорубку.

Из полученной кашицы сделать маску для лица. Через 20 минут смыть холодной водой.

Маска для жирной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 2 ч. л. сушеного пустырника, 2 ч. л. сухих листьев шалфея, 1 ч. л. шиповника, 1/2 ч. л. мяты.

Приготовление и применение: измельченную смесь трав залить 1,5 стакана кипятка и поставить на 30 минут в горячую воду в плотно закрытой посуде. Теплым настоем слегка похлопывающими движениями смочить кожу лица.

На заранее приготовленный кусок марли, состоящий из 2—3 слоев, с отверстиями для глаз и рта, нанести полученную смесь, наложить на лицо и шею (марлей кверху). Лицо накрыть махровым полотенцем. Через 20 минут маску смыть кипяченой водой. Спустя 5—6 минут после этого смазать лицо кремом.

Стягивающая белковая маска для жирной кожи лица

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой яичный белок, 1 ч. л. сока пустырника.

Приготовление и применение: взбить белок, медленно влить в пену 1 ч. л. сока пустырника.

Маску нанести кисточкой на кожу и держать до образования тонкой пленки. На пленку нанести еще один слой, затем третий и так далее. Продолжительность маски — 20 минут. Смыть теплой водой, после чего протереть лицо чистым льдом. Маска стягивает поры жирной кожи и успокаивает ее.

Лечебная маска

Требуется: шунгитовая вода, 1/4 стакана отвара пустырника, 1/4 стакана отвара полыни, 2 ст. л. кукурузной муки.

Приготовление и применение: кукурузную муку развести смесью отваров полыни и пустырника до консистенции кашицы.

Нанести на лицо и шею и оставить на 20 минут, смыть теплой водой. Маска обладает успокаивающим действием и очень эффективна при нейродермите, угревой сыпи и крапивнице.

Маска для воспаленной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1/4 кусочка медицинского серного мыла, 1 ч. л. сока пустырника, 1/2 ч. л. 3%-ного раствора перекиси водорода.

Приготовление и применение: мыло мелко нарезать, взбить с теплой водой, соком пустырника и раствором перекиси водорода в крепкую пену.

Маску нанести на лицо и шею и держать 20—25 минут, смыть теплой водой.

Дрожжевая маска для жирной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 20 г дрожжей, 2 ст. л. сметаны, 1 ч. л. сока пустырника и календулы.

Приготовление и применение: дрожжи смешать со сметаной и соком лекарственных растений до образования густой кашицы.

Нанести смесь на лицо и шею и держать 15—20 минут. Маску делать 1 — 2 раза в неделю в течение месяца. Такая маска помогает при жирной воспаленной коже.

Витаминная маска для жирной кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 спелый томат, 0,5 л настоя пустырника и шалфея.

Приготовление и применение: мякоть и дольки томата нанести на лицо и шею. Оставить на 10—15 минут. Снять маску и умыться теплым настоем трав.

ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

Компрессы для удаления мешков под глазами

Требуется: шунгитовая вода, 1 ч. л. сушеного шалфея, 1 ч. л. сушеного пустырника.

Приготовление и применение: измельченную смесь растений залить 1 стаканом кипятка и прикрыть крышкой на несколько минут. Процедить, половину отвара поставить в холодильник, другую половину сильно подогреть.

Положить два куска ваты в горячий отвар, два в холодный и попеременно прикладывать в течение 10 минут то холодный, то горячий компресс. Процедуру рекомендуется проделывать каждый день перед сном. Приблизительно через месяц должно наступить значительное улучшение.

Тонизирующий лед, замедляющий старение

Требуется: шунгитовая вода, 1 стакан шишек хмеля, 1 ч. л. аптечной настойки пустырника или элеутерококка.

Приготовление и применение: залить шишки хмеля 1 стаканом кипятка и дать смеси настояться 20—30 минут, процедить. В полученный настой добавить настойку пустырника или элеутерококка, разлить в формочки для льда и заморозить.

Льдом протирать кожу утром и вечером каждый день в течение 30 дней. Курс лечения можно повторить после перерыва в один месяц.

Лосьон для увядающей кожи лица

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. сушеной травы пустырника, 1/2 стакана водки, 1 ст. л. воды, 1 ч. л. глицерина.

Приготовление и применение: измельченную траву залить водкой, настоять смесь в темном месте 5—7 дней, процедить. Добавить 1 ст. л. воды и глицерин, перемешать.

Использовать лосьон каждый вечер после умывания.

Лосьон из травы пустырника

Требуется: шунгитовая вода, 4 ст. л. сушеной травы пустырника, 0,5 л белого сухого вина.

Приготовление и применение: измельченную траву залить белым вином. Кипятить смесь на медленном огне 15 минут. Отвар процедить и оставить охлаждаться. Затем вылить в стеклянную посуду и хранить в прохладном, защищенном от солнечных лучей месте.

Лосьоном протирать лицо 2 раза в день.

Маска, разглаживающая морщины

Требуется: шунгитовая вода, 1 печеное яблоко, 1 сырой яичный желток, 1 ч. л. настойки пустырника, 1 ч. л. растительного масла, 1 ч. л. пшеничной или геркулесовой муки.

Приготовление и применение: растертое печеное яблоко смешать с сырым желтком, добавить мед, растительное масло и настойку пустырника. Смесь загустить мукой.

Маску нанести тонким слоем на кожу лица и шеи, оставить на 20—30 минут, смыть теплой водой.

Маска смягчающая дрожжевая

Требуется: шунгитовая вода, 10 г дрожжей, 2 ч. л. молока, 1/2 ч. л. аптечной настойки пустырника.

Приготовление и применение: дрожжи развести молоком и настойкой пустырника до консистенции сметаны.

Смесь нанести на лицо и шею на 15—20 минут, смыть теплой водой. Маска эффективна при сухой, увядающей коже лица.

Питательная маска для стареющей, дряблой кожи

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. дрожжей, 2—3 ст. л. настоя пустырника и ромашки, 1 ст. л. растительного масла.

Приготовление и применение: дрожжи растереть с растительным маслом и настоями трав до образования кашицеобразной массы.

Полученную смесь нанести на лицо и шею на 20 минут.

Овощная маска с пустырником для увядающей кожи

Требуется: шунгитовая вода, 1 небольшая морковь, 1 ст. л. измельченных пшеничных зерен, 1 ч. л. размолотой яичной скорлупы, 1 ч. л. меда, 1 ч. л. настоя пустырника, 1 ч. л. овсяных хлопьев, 1 стакан кефира.

Приготовление и применение: мелко натереть морковь. Добавить измельченные пшеничные зерна, яичную скорлупу, мед, настойку пустырника и овсяные хлопья. Долить кефира до образования смеси, по густоте напоминающей сметану.

Нанести на очищенную кожу лица и шеи. Когда слой подсохнет, нанести остальную массу. Через 20—30 минут маску смыть теплым чаем

Маска, снимающая отечность

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырая картофелина, 0,5 л настоя пустырника.

Приготовление и применение: очищенный картофель натереть на мелкой терке и разложить между двумя марлевыми салфетками (как бы сделав прослойку).

Положить на лицо и шею. Через 20—30 минут маску снять и протереть кожу настоем пустырника. Рекомендуется делать маску 2—3 раза в неделю. При регулярном применении маски уменьшится отечность лица и исчезнут мешки под глазами.

Омолаживающая маска

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. измельченных листьев свежей крапивы, 1 ст. л. лепестков розы, 1 ст. л. травы пустырника, 1 ст. л. цветков ромашки.

Приготовление и применение: смешать растения, добавить к ним немного теплой воды, чтобы получилась густая масса, поставить на 10—15 минут на водяную баню.

Слегка охладив кашу, нанести ее на лицо и шею. Через 20—25 минут снять маску ватным тампоном и ополоснуть лицо теплой водой.

Маска, разглаживающая морщины

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой желток, 1 ч. л. растительного масла, 1 ч. л. сметаны, 1 ч. л. сока пустырника, 1 ч. л. морковного сока, 2—3 ч. л. овсяной муки или крахмала.

Приготовление и применение: смешать желток, сметану, соки. Для сгущения смеси добавить 2—3 ч. л. овсяной муки или крахмала.

Смесь нанести на лицо и шею на 15—20 минут, смыть. Маска рекомендуется для стареющей, морщинистой кожи лица.

Питательная маска для увядающей кожи

Требуется: шунгитовая вода, 50 г фасоли, 2—3 ч. л. сока пустырника, 1 ч. л. оливкового масла, несколько капель лимонного сока.

Приготовление и применение: отваренную фасоль размять вилкой, добавить соки, масло.

Теплую кашу нанести на лицо и шею на 20 минут. Смыть теплой водой, ополоснуть лицо холодной. Маска хорошо питает и отбеливает кожу.

Маска, освежающая цвет лица

Требуется: шунгитовая вода, 3 свежие бледно-желтые моркови, 1 ч. л. картофельной муки, 1/2 ч. л. сока пустырника, 1/2 сырого яичного желтка.

Приготовление и применение: морковь натереть, добавить картофельную муку (можно заменить ее 1 ч. л. свежеприготовленного, хорошо размятого картофельного пюре), половину желтка, сок пустырника, тщательно перемешать.

Нанести на лицо и шею ровным слоем, смыть через 15—20 минут. Эта маска хорошо освежает и разглаживает тусклую, увядшую кожу лица.

Маска из зверобоя, сливок и овсяных хлопьев

Требуется: шунгитовая вода, 50 мл настоя зверобоя, 3 ст. л. овсяных хлопьев, 1 ст. л. сливок.

Приготовление и применение: траву залить кипятком, накрыть крышкой и поставить настаиваться на 10 минут в прохладное темное место, процедить. Залить настоем овсяные хлопья (они должны хорошо набухнуть), после чего добавить сливки.

Нанести смесь на лицо и шею, через 30 минут умыться теплой водой. Маска способствует разглаживанию морщин, улучшает цвет кожи, делает ее бархатистой.

Маска из зверобоя и муки

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 2 ст. л. муки.

Приготовление и применение: залить кипятком зверобой на 30 минут, не процеживая, смешать с мукой.

Наложить маску на лицо и шею на 20 минут, смыть попеременно прохладной и теплой водой (это улучшит кровообращение).

Морковная маска со зверобоем

Требуется: шунгитовая вода, 1/2 небольшой моркови, 1 небольшая луковица, 1/3 огурца, 1 ст. л. измельченного зверобоя.

Приготовление и применение: овощи натереть на крупной терке и смешать со зверобоем, тщательно перемешать.

Полученную смесь нанести на лицо и шею на 20 минут. Смыть прохладной водой.

Овощная маска со зверобоем

Требуется: шунгитовая вода, 1 зубчик чеснока, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 1 ст. л. овсяной муки, 1/2 огурца.

Приготовление и применение: чеснок отжать через чесночницу, огурец натереть на мелкой терке, добавить зверобой и муку, тщательно перемешать.

Нанести смесь на лицо и шею, через 20 минут смыть прохладной водой.

Молочная маска с дыней и зверобоем

Требуется: шунгитовая вода, 30 г дыни, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 1 ст. л. молока.

Приготовление и применение: смешать дыню со зверобоем, добавить молоко, размешать.

Нанести маску на лицо и шею и держать 20—30 минут, смыть прохладной водой.

Маска из зверобоя и дрожжей

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. измельченного зверобоя, 30 г маргарина, 10 г свежих дрожжей.

Приготовление и применение: траву заварить, через 20 минут отвар процедить и залить им дрожжи на 15 минут. После этого добавить в полученную смесь растопленный маргарин, тщательно перемешать.

Нанести маску на лицо и шею и через 30 минут смыть теплой водой.

Маска из манной крупы, молока и зверобоя

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. манной крупы, 100 мл молока, 1 ст. л. зверобоя, 1 ч. л. растительного масла.

Приготовление и применение: сварить манную кашу на молоке, смешать со зверобоем и маслом, накрыть крышкой на 5 минут.

Теплую смесь нанести на лицо и шею на 30 минут, смыть теплой водой. Такая маска отшелушивает, очищает, омолаживает и питает кожу лица.

Фасолево-зверобойная маска

Требуется: шунгитовая вода, 1/2 стакана фасоли, 2 ст. л. настоя зверобоя.

Приготовление и применение: замочить в холодной воде фасоль на 6 часов, затем отварить и размять, смешать с настоем зверобоя.

Нанести смесь на лицо и шею на 20 минут, смыть теплой водой. Маска нормализует обменные процессы, снимает раздражение и воспаление кожи.

Косметические ванночки для стоп и кистей при повышенном потоотделении

Требуется: шунгитовая вода, сухие листья березы, сухая трава пустырника.

Приготовление и применение: из теплого настоя трав делать ванночки для стоп и кистей.

Продолжительность ванночек — 10—15 минут. После этого вытереть кожу рук и ног насухо. Проводить такие процедуры 3 раза в неделю.

Ванночки при повышенной потливости ладоней

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. измельченной травы пустырника, 1 стакан кипятка.

Приготовление и применение: залить траву пустырника кипятком. Охлаждать при комнатной температуре 45 минут. Процедить. Одну часть настоя вылить в ванночку с холодной водой, другую — в горячую воду.

Попеременно опускать руки в холодную и горячую воду.

ЛЕЧЕНИЕ ВОЛОС И КОЖИ ГОЛОВЫ

Настой против перхоти и кожного зуда

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. крапивы двудомной, 1 ст. л. пустырника, 1 ст. л. листьев мать-и-мачехи.

Приготовление и применение: измельченные растения заварить 1 стаканом кипятка. Настоять 20 минут, процедить, отжав оставшееся сырье.

Полученным настоем ополаскивать голову. Если кожа головы сильно раздражена, можно использовать настой для примочек, накладывая их 2 — 3 раза в неделю после мытья головы. Затем промывать волосы теплой водой.

Средство от перхоти

Требуется: шунгитовая вода, 50 мл настоя василька, 50 мл настоя пустырника, 200 мл воды, 200 мл уксуса.

Приготовление и применение: в настои лекарственных трав добавить смесь воды и уксуса.

Мыть настоем голову ежедневно в течение 15—20 дней.

Средство для удаления перхоти

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. настойки пустырника, 2 ст. л. настойки календулы, 2 ст. л. касторового масла.

Приготовление и применение: смешать травяные настойки с касторовым маслом.

Протирать кожу головы для очищения кожи и удаления перхоти 2—3 раза в неделю.

Средство для лечения сухой себореи кожи головы

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. аптечной настойки пустырника, 1 ст. л. аптечной настойки элеутерококка колючего, 50 мл питательного крема.

Приготовление и применение: настойки тщательно смешать с питательным кремом.

Полученную смесь втирать в кожу головы 2—3 раза в неделю. Курс лечения — 10 втираний. Можно повторить лечение через 3—4 недели. Эти процедуры устраняют зуд, которым сопровождается заболевание, и укрепляют волосы.

Масло против перхоти и для укрепления волос

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. травы пустырника, 1 ст. л. травы фиалки трехцветной, 1 стакан растительного масла.

Приготовление и применение: траву залить растительным маслом, настоять 12 часов. Нагреть смесь на водяной бане 30 минут, процедить.

Втирать в волосистую часть головы 2—3 раза в неделю. Курс лечения составляет 10—12 процедур. При необходимости можно повторить его через 3 недели.

Маска-обертывание для волос

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой яичный желток, 1 ст. л. настойки пустырника.

Приготовление и применение: смешать желток с настойкой пустырника.

Нанести на волосы, повязав голову платком или обернув целлофаном. Через 20 минут смыть маску теплой водой. Эту процедуру следует проводить хотя бы раз в месяц. Маска придает волосам живой блеск и красоту и предотвращает появление перхоти.

Маска для кожи головы

Требуется: шунгитовая вода, 2 ст. л. свежих измельченных листьев одуванчика, 2 ст. л. свежей измельченной травы пустырника, 2 ст. л. свежей измельченной крапивы.

Приготовление и применение: растения смешать, растереть до консистенции кашицы.

Нанести на кожу головы на 10—15 минут. Голову покрыть полиэтиленовой косынкой. Затем волосы расчесать и вымыть. Маска рекомендуется для чрезмерно жирных волос.

Маска для жирных волос

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырой яичный белок, 1 ст. л. сухого пустырника, 1 ст. л. сухих цветков ромашки.

Приготовление и применение: травы залить 50 мл кипятка и настаивать около 4 часов. Настой процедить и смешать со взбитым в пену белком.

Смесь втереть в волосы и кожу волосистой части головы и оставить до полного высыхания. Затем волосы ополоснуть.

Лосьон для кожи головы

Требуется: шунгитовая вода, 1 ст. л. сухой измельченной травы зверобоя, 1 ст. л. сухой измельченной травы пустырника, 90 мл спирта или водки.

Приготовление и применение: травы залить спиртом или водкой, настаивать неделю, процедить и хранить в плотно закупоренном флаконе.

Полученным лосьоном протирать кожу головы 1—2 раза в неделю.

При сухих волосах для настойки взять медицинский спирт крепостью 20% или водку, разведенную пополам с водой, при жирных волосах — медицинский спирт крепостью 50%.

Средство для сухих волос

Требуется: шунгитовая вода, 2 сырых яйца, 1 стакан кефира, 2 л настоя лекарственных трав (ромашки, пустырника, крапивы).

Приготовление и применение: смешать кефир с яйцами.

Вымыть составом голову, затем ополоснуть волосы настоем лекарственных трав.

Средство для мытья волос

Требуется: шунгитовая вода, 1 л молочной сыворотки, 0,5 л настоя пустырника, крапивы и календулы.

Приготовление и применение: смешать травяной настоей с сывороткой.

Обильно смочить волосы полученной смесью. Накрывать голову полиэтиленовой косынкой, а сверху махровым полотенцем или теплым платком. Через 30 минут промойте волосы в теплой воде. Такое мытье успокаивает кожу головы, защищает волосы от повреждения.

Средство для укрепления волос

Требуется: шунгитовая вода, 1 сырое куриное яйцо, 2 ст. л. касторового масла, 1 ч. л. глицерина, 1 ч. л. уксуса, 1 ст. л. настоя травы пустырника.

Приготовление и применение: смешать яйцо, касторовое масло, уксус и глицерин, добавить настоей пустырника.

Непрерывно взбивая смесь, втереть ее в корни волос. Покрывать голову теплым махровым полотенцем, поддерживать некоторое время над паром и смыть. После этой процедуры волосы должны стать более густыми, блестящими, мягкими и лучше укладываться.

Глава 4

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

ШУНГИТ И ВОДА

За год каждый из нас выпивает в среднем около 750 л воды. Человеческий организм состоит из воды на 70%; кора больших полушарий головного мозга содержит около 85% воды, а кровь — не менее 80%. Обмен веществ, поддержание теплового баланса, вывод токсинов и продуктов распада — все это осуществляет вода. Потеря организмом жидкости зачастую оказывается более опасной, чем недостаток продуктов питания. Без воды, особенно в жарких регионах планеты, человек может прожить не больше недели, без пищи — гораздо дольше.

Даже один день, проведенный без глотка воды, отразится на работоспособности, волевых качествах, утомляемости, моральном состоянии человека. Для поддержания нормального водного баланса человеку в жарком климате требуется 3 л воды в сутки, в холодном — от 1 до 1,5 л. При активной физической нагрузке объем требуемой жидкости возрастает до 4 л.

Поскольку вода, которую мы пьем, проникает в каждую клетку нашего тела, ее качество оказывается важнее качества продуктов питания. О том, какое значение имеет качество питьевой воды, говорит простой пример: в путешествиях человек нередко сталкивается с проблемами пищеварения, усталостью, причиной которых является лишь смена воды. Будучи приспособленным к местному составу воды, организм «запоминает» определенный баланс веществ в жидкости, которую мы льем ежедневно, и реагирует на малейшие изменения этого состава. Именно поэтому на Олимпийских играх спортсмены пользуются водой, а часто — и продуктами питания, привезенными с собой. Причина проста — переход на новый состав воды или пищи станет отвлекать силы организма на адаптацию к новому составу воды. А в Японии, например, славящейся числом долгожителей, почти не используются привозные продукты питания, тем более вода.

Потребность детского организма в воде гораздо более существенная. Если в среднем взрослый человек массой 60 кг потребляет около 30 г воды из расчета на 1 кг массы тела, то для ребенка весом 10 кг требуется уже 100 г, а для грудного малыша весом в 5 кг — 150 г питьевой воды на 1 кг массы тела. При этом детский организм гораздо более чувствителен к воздействию вредных элементов. В процентном исчислении химические вещества, содержащиеся в питьевой воде, гораздо сильнее загрязняют детский организм, чем взрослый. Стоит добавить, что детский организм более чувствителен к токсичным веществам. Именно в раннем возрасте необратимые эффекты от воздействия токсичных соединений оказывают наибольшее влияние на здоровье.

Одна из важнейших функций, которую выполняет вода в организме, — участие в переваривании пищи и снабжении клеток питательными веществами. Подсчитано, что, к примеру, для переваривания 100 г мяса человеку необходимо как минимум 80 мл воды. Выпив их за определенное время до приема пищи, человек обеспечивает нормальный фон для пищеварения. Без этого невозможно нормальное усвоение аминокислот белковой пищи. Еще больше воды необходимо для переваривания жирной пищи. Диетологи считают, что для усвоения одной молекулы жира необходимо три молекулы воды. Именно поэтому после употребления жирной пищи без достаточного количества жидкости часто возникает ощущение жажды.

Недостаток жидкости при переваривании ведет к тому, что эта вода извлекается из самого организма, что приводит к распаду и загустению крови. Только тогда сигнал поступает в головной мозг, и человек чувствует жажду, сигнализирующую о физиологическом нарушении в работе организма, которое необходимо срочно исправить.

Поэтому тем, кто действительно беспокоится о своем здоровье, физиологи советуют пить незадолго до еды по стакану очищенной воды, которая станет поддерживать в организме нормальный кислотно-щелочной баланс. Особенно это касается тех, в чьем рационе традиционно преобладают кислотообразующие продукты — мясо, хлеб, сахар. Употребление качественной питьевой воды способно во многом исправить недостатки рациона и предотвратить появление многих клинических нарушений.

По данным Всемирной организации здравоохранения, вода содержит 13 тысяч потенциально токсичных элементов, 80% заболеваний передается водой. От них на планете ежегодно умирают 25 млн человек

Основные источники загрязнения водных ресурсов принесла цивилизация. Поверхностные воды России в наибольшей степени загрязнены нефтепродуктами, фенолами, легко окисляемыми органическими веществами, соединениями металлов, аммонийным и нитритным азотом, а также специфическими загрязняющими веществами, к которым относятся лигнин, ксантогенаты, формальдегид и другие, приносимые в водоемы сточными водами предприятий сельского и коммунального хозяйства.

В зависимости от размеров примеси в воде можно разделить на три вида.

Первая группа — это полностью растворимые вещества, которые находятся в воде в виде отдельных молекул или ионов, чьи размеры меньше размера атома. По внешнему виду эту воду обычно нельзя отличить от чистой, лишенной примесей. Присутствие таких веществ можно установить только с помощью химического анализа. В растворенном виде в воде присутствуют многие газы, соли натрия, калия, кальция, железа, марганца и т. д. С производственными выбросами в воду попадают соли тяжелых металлов (свинца, ртути, хрома и др.) и различные органические вещества. Талые и дождевые воды приносят с полей различные гербициды, пестициды, остатки минеральных удобрений. Удалить эти вещества при существующей схеме очистки на водопроводных станциях не удастся.

Вторая группа — это примеси, образующие с водой так называемые коллоидные системы. Частички этих примесей состоят из конгломератов молекул. Например, мыло в воде дает частицу, состоящую примерно из 50 молекул. Эти конгломераты настолько малы, что их можно увидеть только под электронным микроскопом. В таком состоянии в воде могут находиться вещества органического или минерального происхождения, а также вирусы.

Третья группа примесей образует с водой взвеси. Это частички песка, глины, продукты жизнедеятельности живых организмов, бактерии. При отстаивании они оседают на дно сосуда. Примеси второй и третьей группы в основном удаются удалить при очистке воды на водопроводных станциях.

Но что касается тяжелых металлов, химических соединений, фенолов, нефтепродуктов, бактерий и паразитов и других распространенных загрязнений, то в данном случае очистительные системы чрезвычайно малоэффективны, даже слабы. Уже несколько десятилетий в результате промышленных и коммунальных сбросов нельзя пить воду из Средней и Нижней Волги. Во многих районах Подмосковского угольного бассейна все воды загрязнены до такой степени, что питьевую воду в большинство населенных пунктов привозят издалека.

В среднем по стране удельный вес загрязненных вод в общем объеме сброшенных сточных вод составляет 80 и более процентов. В большинстве промышленно развитых районов страны сброс сточных вод составил более 100 м^3 на душу населения. В Иркутской области и Краснодарском крае он превышал 500 м^3 на человека. В основных промышленных центрах — Москве, Нижегородской области и т. п. — этот показатель превысил 200 м^3 , в Санкт-Петербурге — 300 м^3 на человека.

Даже не зная об этих и других статистических данных, каждый из нас может воочию увидеть качество воды из-под крана. Для этого достаточно налить воды в белоснежную ванну и увидеть, как слегка изменился ее цвет — в большой массе вода приобретает слегка желтоватый оттенок

Эксперты Всемирной организации здравоохранения установили, что очень многих болезней и смертей можно было бы избежать благодаря единственному недорогому средству — обеспечению населения чистой питьевой водой. Какую же питьевую воду можно назвать биологически (физиологически) полноценной? Очевидно, что, с одной стороны, концентрация химических компонентов такой воды не должна превышать предельно допустимых норм. С другой стороны, для ряда химических соединений есть и нижний порог безопасности. Постоянное употребление воды с недостатком кальция, магния, йода, фтора также неблагоприятно влияет на организм и влечет развитие различных болезней. Например, дефицит фтора ведет к развитию кариеса, а недостаток йода способствует возникновению заболеваний щитовидной железы.

За последние несколько десятилетий проблема загрязнения водных источников (озер, рек, грунтовых вод) стала очень острой. Загрязнение воды ядохимикатами с трудом

выявляется из-за их низкой концентрации. Вредные вещества способны накапливаться в организме, вызывая самые разные болезни вплоть до рака. К ядохимикатам в первую очередь относятся тяжелые металлы — свинец, олово, мышьяк, кадмий, ртуть, хром, медь, цинк. Ионы металлов растворяются в воде и таким образом попадают в организм и действуют на ферменты, подавляя их активность, вызывая тяжелые неврологические последствия. Умственная отсталость развивается под влиянием отравления свинцом, а психические аномалии и врожденные уродства возникают при ртутных отравлениях. Тяжелые металлы опасны тем, что способны к биоаккумуляции. Поступая вместе с пищей и жидкостями, металлы удерживаются и накапливаются в теле, как в фильтре. Организм не может освободиться от тяжелых металлов, так как они прочно связываются с белками. Биоаккумуляция усугубляется в пищевой цепи, и организмы, находящиеся на вершине пищевой пирамиды, имеют самые высокие дозы ядохимикатов. Эта доза может стать в сто тысяч раз выше, чем во внешней среде. Такое накопление вещества при прохождении через пищевую цепь называют биоконцентрированием. Эти процессы трудно заметить на ранних стадиях до достижения опасного уровня. При достижении опасного уровня практически невозможно исправить ситуацию.

Одними из важнейших загрязнителей среды являются соединения азота, поступающие в воздух, воду, почву. Медико-экологическую проблему составляют нитраты, нитриты, которые способствуют развитию многочисленных заболеваний. Ситуацию осложняют синергические эффекты. Ядохимикаты редко встречаются отдельно друг от друга, а два или более яда вместе дают эффект, во много-раз превосходящий сумму действий каждого из них. Сочетаясь, яды, поступая в наш организм, ослабляют иммунную систему, и человек становится более подверженным воздействию инфекций и паразитов.

Самый распространенный способ дезинфекции воды — кипячение. Как показывают данные последних исследований, этот старинный метод действительно убивает бактерии, но одновременно при кипячении увеличивается концентрация нитратов, солей, тяжелых металлов. Кроме того, некоторые неорганические загрязнения, содержащиеся в водопроводной воде, при кипячении не разлагаются.

Важно и то, что при кипячении в осадок выпадают кальций, натрий, магний, фтор и другие необходимые организму биогенные химические элементы, содержащиеся в воде в растворенном виде. Таким образом, вода становится «мертвой», отчасти бесполезной для организма, который лишается жизненно необходимых химических элементов. Особенно опасно это для детей — ведь от этого зависит их рост, правильное развитие, костеобразование. Болезни костеобразования, кариес, остеохондроз, болезни пищеварения, крови, смещение кислотно-щелочного баланса, зуб и так далее — всех этих проблем можно было бы избежать благодаря употреблению «правильной», «живой» воды.

Еще один распространенный способ дезинфекции, подразумевающий использование хлора, также не лишен подводных камней. Как доказано современной наукой, хлор опасен для здоровья человека, он образует в воде хлорорганические соединения, которые являются канцерогенами. Использование домашних фильтров — один из надежных способов очистки воды, но и в этом случае не помешает осторожность. Если фильтр низкого качества, то, проходя через него, вода может вместе с загрязнениями оставить в очистителе полезные компоненты, а затем «попытается» снова забрать их из вашего организма.

Шунгит обладает способностью очищать воду практически от всех органических веществ (в том числе от нефтепродуктов и пестицидов), от многих металлов и неметаллов, от бактерий и микроорганизмов. Чистая и мягкая вода Онежского озера, соответствующая всем строгим требованиям гигиены и которую можно пить без всякой очистки, — следствие тысячелетнего взаимодействия ее с шунгитом.

Кремний, магний, сульфаты металлов, не говоря о железе, содержащемся в марциальных водах, обнаружены и в водах других современных источников. Между тем марциальные воды не имеют аналогов по своему воздействию на организм человека, и потому их целебные свойства на сегодняшний день принято приписывать шунгиту, а точнее, комочкам-«глобулам» древнего углерода, которые выходят в воду при взаимодействии воды с шунгитом.

Промышленное производство фильтров на основе шунгита началось в 1990-е годы, за это время было проведено не одно исследование, посвященное воздействию очищенной воды на организм человека. Строго говоря, сначала эффект

проверяли на животных и пришли к выводу, что шунгитовая вода абсолютно нетоксична.

Военно-медицинская академия в течение нескольких лет исследовала воздействие этой воды на больных людей и отнесла ее к водам, обладающим лечебно-профилактическим действием. Было доказано, что ее можно пить без кипячения.

Исследуя воду, прошедшую через шунгитовые породы, ученые доказали наличие у нее бактерицидных свойств. Эксперимент сводился к тому, что в воду помещали либо шунгитовую пыль, либо крупные куски породы. Одновременно воду заражали микробами стрептококка группы А (возбудителя ангины, скарлатины, ревматизма) и стрептококка группы Д (энтерококками) — это один из показателей, характеризующий пригодность воды для питья. Эксперимент доказал, что вода, настоянная на шунгите в течение трех дней, обладает ярко выраженными бактерицидными свойствами в отношении этих микроорганизмов. Уже через 30 минут после погружения в воду шунгитовых пород концентрация стрептококка группы Д снижалась в 10—100 раз, а группы А — в 900 раз по сравнению с начальными показателями.

Шунгит очищает воду от различных примесей (хлорорганических соединений, нитратов и нитритов, избытка меди, марганца, железа), полностью — от яиц гельминтов, убирает из нее мутность, привкусы, запахи. Шунгит удаляет из воды тяжелые металлы, органические и хлорорганические вещества, как правило, содержащиеся в водопроводной воде, очищает от механических примесей, в том числе от коллоидного железа водопроводных труб. Он насыщает воду солями кальция и магния, а также микроэлементами до оптимальных для человеческого организма концентраций, обеззараживает воду без применения хлорирования или ультрафиолетового облучения. Кроме того, порода придает воде уникальные целебные свойства.

Ученые доказали факт выхода из шунгита в воду углерода с растворимыми фуллеренами в гомеопатических дозах. Природа, как выяснилось, уже на протяжении столетий «производит» растворы фуллеренов.

Перечислю заболевания, для профилактики и лечения которых показана шунгитовая вода: анемия, аллергии различных видов, бронхиальная астма, гастрит, энтерит, заболевания печени, диабет, желчно-каменная болезнь и болезни желчного пузыря, ослабленный иммунитет, болезни под-

желудочной железы, простудные и сердечно-сосудистые заболевания (стенокардия), холецистит, синдром хронической усталости.

Настоянная на шунгите вода становится не просто чистой питьевой, но и молекулярно-коллоидным раствором гидратированных фуллеренов, относящихся к новому поколению лекарственных и профилактических средств с многоплановым действием на организм. Одним из примеров такого воздействия является антигистаминный эффект, который оказывает шунгитовая вода. Установлено, что при ее употреблении уровень гистамина в крови, который играет большую роль в развитии большинства аллергических заболеваний, заметно снижается. В одном из российских детских антиаллергических санаториев шунгитовая вода использовалась для приготовления пищи, ингаляций и ванн. Коэффициент выздоровления детей, прошедших такое лечение, оказался очень высоким.

Хотя употребление шунгитовой воды практически не имеет противопоказаний и применяется для профилактики многих заболеваний, прежде чем начать ее пить людям, имеющим многочисленные проблемы со здоровьем, по возможности лучше посоветоваться с врачом, знакомым с действием этого минерала. Применяя шунгитовую воду для питья и приготовления пищи, можно лечить болезни органов пищеварения, костно-мышечной, нервной, мочеполовой систем, болезни системы кровообращения. В лечебно-профилактических целях рекомендуется пить не меньше 3 стаканов шунгитовой воды в день.

Кроме того, использование шунгитовой воды не исчерпывается исключительно прикладными, медикаментозными эффектами, но и способствует улучшению внешнего вида кожи. Ежедневное умывание шунгитовой водой разглаживает кожу, повышает ее эластичность, придает ей здоровый, молодой вид. Эта простая процедура при регулярном ее проведении может помочь навсегда избавиться от угрей и воспалений, снимает шелушение, покраснения. Регулярное ополаскивание шунгитовой водой волос придает им блеск и шелковистость, а также заметно сокращает их выпадение, препятствует облысению, укрепляет корни, избавляет от перхоти.

Для компресса достаточно намочить марлю в шунгитовой воде и приложить ее к больному месту на 1,5—2 часа. Компрессы помогают ускорить заживление ран, порезов,

мозолей, ссадин, способствуют быстрому заживлению ожогов. При помощи компрессов с шунгитовой водой излечиваются артриты, артрозы, варикозное расширение вен. Для полоскания достаточно использовать слегка подогретую, но не кипяченую воду, настоянную на шунгите в течение трех суток. Такие полоскания полезны при заболеваниях горла, простуде, воспалении десен, стоматите, тонзиллите. Шунгитовая пирамида, опущенная в воду, активизирует ее и делает уникальным лекарством. Активизация воды достигается посредством энергетического эффекта, создаваемого торсионным (микровихревым) полем пирамиды. Способ активации довольно прост. Пирамида из шунгита с размером основания 4 x 4—5 x 5 см ставится на дно стеклянной банки емкостью 3 л, заполненной фильтрованной водой. Затем банка с водой устанавливается на свету и настаивается 2 суток. Вода готова для применения. Но необходимо помнить, что эта вода предназначена не для лечения, а для профилактики заболеваний и обострений при хронических заболеваниях, во всех остальных случаях необходимо обратиться к врачу.

УПОТРЕБЛЕНИЕ ФИЛЬТРОВ

Хотя эта тема и выходит за рамки книги, я все же расскажу немного о серебряной воде — очень уж многих интересует этот вопрос. Все разговоры о целебных свойствах серебряной воды пошли от церковных серебряных сосудов, в которых приготавливалась святая вода, в которую с молитвой опускали серебряный крест. Наши бабушки клали в воду серебряные монетки и даже ложки, чтобы вода долго не портилась.

Современное увлечение серебром для «сдабривания» им воды привело к уродливым проявлениям. Появились в продаже серебраторы воды: простейшее устройство для электрохимического растворения серебряного электрода, при этом количество серебра в растворе зависит от времени включения прибора. Участвовавшие случаи тяжелых отравлений быстро привели к изъятию подобных устройств из продажи.

В последнее время все чаще возникает разговор о проблеме целесообразности применения бытовых фильтров с активированным углем (а их 90% из общего количества) в странах, где хлорируют воду.

Примером может служить статья в газете «Труд» от 12 сентября 2001 года «Шунгит — послание из космоса». Проведу некоторые выдержки: «... Хлор, реагируя с жирными кислотами и частицами активированного угля в фильтрах, создает токсичные вещества и соединения. А процесс хлорирования и дальнейшего кипячения воды ведет к образованию мощного яда — диоксина... По заключению Совета по качеству окружающей среды США: «Хлор, добавляемый для уничтожения высокотоксичных микроорганизмов, вступает в реакцию с жирными кислотами и частицами угля, образуя разнообразные токсичные соединения... После того как в 1904 году стали хлорировать воду, начались современные эпидемии серебряных болезней, рака, слабоумия. ...Об удивительных свойствах шунгита написаны книги. В Санкт-Петербурге создана фирма, занимающаяся изготовлением шунгитовых фильтров, целебных мазей, разливом целебной шунгитовой воды для наружного применения. Но жители СНГ практически ничего о шунгите не знают. В России, в Воронеже, шунгит открыл Борис Ларионов... Вода, очищенная шунгитом, стопроцентной чистоты...

Ученый О. А. Рысьев назвал шунгит «национальным камнем» России. Но разве минерал с такими уникальными свойствами может иметь границы популярности? Конечно нет. Просто его время еще не пришло...».

Но фильтры с шунгитом еще не нашли широкого применения, вместо них можно приобрести какие угодно «изобретения» с великолепными рекламными характеристиками, далеко не всегда правдивыми. Так, одна популярнейшая в России фирма обещает потребителям углеродную ткань с невероятной сорбционной емкостью, произведенную по американской технологии. Но пока что в фильтрах — обычный активированный уголь, и ресурс вместо обещанного полугода всего 2 месяца. Детальных ресурсных исследований фирма не демонстрирует.

А между тем шунгитовые фильтры существуют уже более 11 лет, по всей России и в страны СНГ их продано уже более миллиона штук. Экспериментальные партии были посланы в США, Германию, Израиль, Японию, Иорданию и другие страны. Типичным упреком, с которым часто сталкиваются производители и пропагандисты шунгитовых фильтров, является большой их вес и не слишком эстетичный внешний вид, но никто никогда не жаловался на качество воды.

Поскольку шунгитовые фильтры появились в период создания частного предпринимательства и отработки методов контроля качества гигиенических изделий, российские фильтры подверглись жесточайшим испытаниям и проверкам. Фирме-производителю пришлось нести огромные расходы на сложные ресурсные испытания и эксперименты на животных. На сегодняшний день практически ни одна из фирм, производящих бытовые фильтры, не может предъявить результаты подобных доказательств безопасности своих изделий.

Шунгитовые фильтры показали эффективность захвата металлов из воды не хуже, чем лучшие типы многоступенчатых фильтров, биологическую очистку лучше, чем другие фильтры. Исследования многократно и убедительно доказали отсутствие опасности накопления микроорганизмов в фильтре, как в процессе работы, так и в случае перерыва в работе. Доказано сохранение антимикробных свойств шунгитовых фильтров после выработки ресурса. Доказано антигистаминное действие при приеме воды из-под шунгитовых фильтров как на животных, так и людях. Судя по отзывам, лечебные свойства воды напоминают свойства воды курорта «Марциальные воды», что и следовало ожидать, поскольку источники курорта находятся на толще шунгита.

Все больше исследователей приходят к мнению, что бытовые фильтры должны быть только минеральными, поскольку не последнюю роль играет структура воды. Эксперименты показывают, что самые лучшие многоступенчатые фильтры, обеспечивающие с точки зрения СЭС идеально чистую воду, дают «мертвую» воду, в которой погибают рыбы и даже водоросли в аквариумах. Та же история и с мембранными электрохимическими фильтрами.

Поэтому, слушая рекламу очередной фильтрационной установки со сверхмощными сорбционными свойствами, поинтересуйтесь результатами исследований с выживаемостью дафний, головастиков или рыб в такой воде, а также с выживаемостью вредных микроорганизмов, особенно в прерывистом режиме работы. Это два противоположных по смыслу требования. Они соблюдаются только в случае использования минеральных фильтров.

Умнее природы трудно что-либо придумать, круговорот воды в природе всем известен. При испарении воды стирается вся вредная информация, внесенная в воду человеком, а

затем вода выпадает на минералы и приобретает естественную структуру, нужную растениям и животным организмам. В некоторых особых случаях, когда вода просачивается через особые породы (шунгит, цеолит), она приобретает лечебные свойства. В известном озере Светлое, в котором дно устлано кремнием, вода обладает бактерицидными свойствами, но в нем нет ничего живого. Шахтные воды и воды рудных месторождений могут быть даже вредными. Большая часть подземных вод Белоруссии, Курской магнитной аномалии, Западной Сибири и многих других регионов содержат повышенные количества природного железа, превышающего норму в десятки и сотни раз. Не всегда априори природная структурированная вода полезна, но все-таки родниковая прохладная вода — это предмет первой необходимости, пищевой продукт № 1 для человека. И приготовить такой продукт в городе можно только с помощью минеральных фильтров с целебными минералами, проверенными человеком за многие сотни лет. Такими минералами, а точнее породами, являются шунгит и цеолит из Забайкалья из района курорта Дарасун. Естественно, могут быть и другие варианты, но только не «премированных человеком районов с целебными водными источниками».

Не знаю, удалось ли мне убедить вас, уважаемые читатели, но я бы от души посоветовала вам смириться с большим весом фильтров-кондиционеров и не стремиться к изящным насадкам на кран или к фильтрам-карандашам.

ЦЕЛЕБНАЯ СИЛА ШУНГИТОВЫХ ПИРАМИД

Шунгитовые породы — уникальные по составу, структуре и свойствам образования. Они представляют собой необычный природный композит — равномерное распределение высокодисперсных кристаллических силикатных частиц в аморфной углеродной матрице. Шунгитовый углерод обладает необычной фуллереноподобной структурой и необычными свойствами. Шунгитовая порода обладает высокими восстановительными, сорбционными, каталитическими, адгезионными и бактерицидными свойствами. Порода характеризуется высокой прочностью, плотностью, химстойкостью и электропроводностью. Она обладает рядом необычных физических, химических, физико-химических и технологических свойств.

Сильное воздействие оказывает шунгит на воду, не только очищая ее от загрязнений, но и придавая ей лечебные свойства. Самая чистая и мягкая на планете вода Онежского озера — свидетельство тысячелетнего взаимодействия с шунгитом, который «подстиляет» собой Онего. Всемирно известные источники «Марциальные воды» и «Три Ивана» своими чудодейственными свойствами обязаны фильтрации подземных вод сквозь шунгиты.

Обладая высокой электропроводностью, шунгит взаимодействует с полями волновой природы. По-видимому, благодаря этому шунгит нейтрализует поля геопатогенных зон и электрополя и излучения бытовых приборов (компьютеров, телевизоров, СВЧ-печей).

Придание куску шунгитовой породы формы пирамидки многократно усиливает эффект нейтрализующего действия, и в пространстве до 10 м вокруг шунгитовой пирамидки устанавливается благоприятная аура.

Казалось бы, не существует особенной разницы в том, какая форма придается шунгитовым изделиям, предназначенным для фильтрации и сорбации водных растворов. Однако многочисленные свидетельства очевидцев и даже некоторые опыты профессиональных ученых свидетельствуют о том, что энергия пирамид все-таки существует. Вода в высокой пирамиде при минусовой температуре не замерзает, старые бритвенные лезвия самозатачиваются. Это факт, — как известно, упрямая вещь. Пирамида по сути представляет собой вечный оберег, целительный талисман (недаром форма пирамиды является одной из наиболее устойчивых геометрических форм).

Установленная на топливном баке или в салоне транспортного средства, она повышает КПД двигателя, снижает расходы горюче-смазочных материалов и токсичность выхлопных газов. Снимает напряжение у водителя, улучшает эргономические показатели, защищает от аварий. Но даже в таком случае воздействие пирамиды не останавливается, а словно усиливает обороты своего целительного воздействия.

Энергия пирамид уменьшает воспалительные процессы и действует как естественный биокорректор воды, растений, животных, продлевает сроки хранения продуктов, замедляет процесс старения живых существ, что проверено опытами на самых обыкновенных домашних мышах, средняя продол-

жительность жизни которых увеличивалась на 20%. Нейтрализует вредное излучение бытовых электроприборов (СВЧ-печи, компьютеры, телевизоры). Излучает положительную биокосмическую энергию, нейтрализует геопатогенные излучения, поддерживает экологический баланс.

Пирамиду можно установить в любом месте, там, где вам нравится: рядом, под или над кроватью, на рабочем столе, на телевизоре, у компьютера. Вода, выдержанная в пирамиде в течение суток (можно устанавливать большую пирамиду на трехлитровую банку), приобретает целебные свойства, укрепляет иммунитет, оказывает омолаживающий эффект, способствует заживлению ран. Готовить на такой воде можно и нужно.

Лекарственные средства, мази, кремы, косметические средства, биологически активные добавки улучшают свое действие, уменьшаются побочные эффекты лекарств, если их выдержать в пирамиде не менее 3 суток

Принцип действия пирамиды, как биоактиватора, био-корректора: внедренные в кристаллическую решетку кварца, шунгита и других минералов (по гомеопатической технологии) микроэлементы Cu, Zn и другие, являются сверхмалым, вечным источником энергетического питания. В пирамиде частота колебаний кварца и шунгита резонируется, преобразовываясь в частоту колебаний матушки Земли. Этим и объясняется положительное воздействие пирамид на все живое и неживое, проверенное веками и практикой. А практика, как известно, — критерий истины.

Новые знания о пирамидах, точнее об их свойствах, вызывают недоумение у самых маститых ученых. В пирамидах выявлено множество аномальных эффектов, не поддающихся объяснению. Предметом обсуждения, интереса и экспериментов остается вопрос о необъяснимых свойствах пространства внутри и за пределами пирамид. Получается, что форма сама влияет на содержание пространства внутри и вокруг себя, творит его.

Так, чешский изобретатель Карл Дрбал получил патент за оригинальное изобретение по восстановлению физических и механических свойств лезвий для бритвы, бывших в употреблении. В пирамиду, стороны которой выполнены из диэлектриков, помещается затупленное лезвие. Через несколько часов невидимое поле восстанавливает его остроту.

Таким образом, одно лезвие можно использовать более сотни раз.

К «пирамидам» нашего детства относятся обыкновенные шалаши, сделанные из длинных жердей и покрытые ветками, соломой и т. д. Понаблюдайте за своими маленькими детьми или внуками, вы заметите, что в доме и на природе они любят строить пирамидальные и шатровые «домики» из одеял, покрывал и ковриков. Они часами могут сидеть в собственноручно построенной «пирамидке», о чем-то долго там шепчутся или даже засыпают в ограниченном, маленьком и уютном мире.

Какая-то неведомая сила позволяет детям войти в состояние умиротворенности. Они испытывают чувство безопасности и защищенности. Детская интуиция развита гораздо сильнее, чем у взрослых, они по наитию находят магическую форму, положительно влияющую на окружающее их пространство.

Точно такое же действие пирамида оказывает на самочувствие взрослых. В. Николаев в своем очерке «Тайная сила пирамид» рассказывает об ощущениях 26-летней американки, врача по профессии, которая по просьбе исследователя Тома Гаррета согласилась провести некоторое время внутри двухметровой пирамиды.

После эксперимента продолжительностью 30 минут женщина так описывает свое состояние: «Я не могу это выразить... Мне страшно назвать это «громким безмолвием», но именно это сравнение и приходит на ум. Я была какой-то невменяемой. Неведомая сила притянула меня к центру и держала там. Я ощущала внутри себя подвижное энергетическое поле. Сама я чувствовала себя расслабленно, но думалось лучше, чем когда-либо. Я была не одна внутри пирамиды. Даже не знаю, что я имею в виду... Нет, я не чувствовала там кого-то еще, но ощущала присутствие доброжелательной силы, охранявшей меня и руководившей мною... Свет от камина принес кусочек реальности из другого мира, как будто духи огня собрались здесь на празднество. Я прикрыла веки до узких щелочек и старалась рассмотреть каждый уголек...»

Ощутить особую энергетику пирамидальных конструкций может любой желающий. Закрепите в вершине проводочной пирамиды тонкий металлический прутик (типа маятника от настенных часов). Попробуйте несколько минут

держаться за эту висящую проволоку. Сначала ощущается слабое покалывание в ладонях рук, затем легкая и теплая волна начинает медленно подниматься вверх по руке. Для проведения эксперимента достаточно изготовить пластмассовую, деревянную, полотняную или проволочную пирамидку. Наиболее чувствительная пирамидка получается при соблюдении следующих условий. Чтобы определить длину бокового ребра, необходимо высоту пирамиды умножить на 1,4945, а чтобы вычислить длину стороны основания — на 1,57075.

Изучением энергетических свойств пирамид в 1991—1992 годах занималась комиссия из НИИ Минсельхозпрома. В Днепропетровской и Запорожской областях засеивались на больших площадях зерновые, кормовые и овощные культуры. Семена, «обработанные» в пирамидах, давали урожайность на 30—50% выше, чем обычные. Но для институтов пирамиды оказались дорогостоящим делом, поэтому новая технология особого внимания не привлекла. Семена огурцов, «обработанные» энергетикой пирамид, дают лучшую всхожесть, молодые побеги быстрее растут, не боятся кислотных дождей и не болеют пороспозом.

Достоверно известно, что раны, порезы и ушибы на теле человека заживают быстрее, если каждый день на несколько минут помещать под пирамидку пораненное место. Очень быстро поправляются больные животные, если их поместить на время в помещение пирамидальной формы. Во внутреннюю часть открытой пирамиды почти не залетают насекомые. А те, что случайно попадают туда, стараются скорее выбраться наружу, словно из ловушки.

Долгое время в пирамиде можно хранить скоропортящиеся продукты, сушеную рыбу и фрукты: по непонятным причинам там улучшаются вкусовые качества продуктов питания. Вода становится значительно чище и прозрачнее, нежели на открытом воздухе или даже будучи прикрытой от воздействия пыли листом бумаги.

Вообще, форма, судя по всему, играет в данном случае просто магическую роль. Уже проведены эксперименты и с конструкциями других форм. Их данные потрясающи, но, как многое в нашей жизни, не востребованы, мало учитываются при строительстве жилья, больниц, спортивных сооружений и многого другого. А ведь строения различной формы могли бы давать людям здоровье, продлевать жизнь.

Энергетика пирамид, как уже говорилось, благоприятно воздействует на растения. Замечено, что в пирамидальных и сферических конструкциях растения растут быстрее, зацветают раньше, а в кубических все процессы замедляются. Существенное влияние пирамида способна оказать на экологическую обстановку. В 1997 году у озера Селигер поблизости от города Осташкова в целях эксперимента была установлена 22-метровая пирамида с длиной стороны основания 11м.

Гармонизирующее действие искусственно созданного сооружения сказалось на всем живом в радиусе на сотни километров. Почти исчезнувшая рыба в озере через два года стала ходить косяками. Вскрылись давно пересохшие родники, о которых помнили только старожилы. Неподалеку от пирамиды аист впервые свил себе гнездо. Цветы, занесенные в Красную книгу, вновь покрыли окрестности. Заметно улучшилось качество питьевой воды и, как следствие, здоровье людей.

Подобная пирамида (также с положительным эффектом) используется в Ульяновске.

В период эпидемии гриппа в пирамиду на ночь закладываются булжники, а утром камни развозятся по всему городу. Энергетические излучения от «заряженных» в пирамиде камней благотворно влияют на жителей. В городе заметно сократилось число простудных заболеваний. В городе Железногорске Курской области народным целителем В. В. Бушуевым построена аналогичная пирамида. Сотни людей оздоровились за небольшой период функционирования пирамиды. Кое-что о пирамидах мы все-таки поняли и даже используем.

Проблема гармонизирующего эффекта пирамид рассматривалась в Москве в декабре 1999 году при участии ученых РАН и РАМН, руководителей космических служб, МВД, МЧС, МО, NASA и ЮНЕСКО. 25 октября 1998 году на орбитальную станцию «Мир» были доставлены кристаллические вещества, прошедшие «обработку» в пирамиде. Тогда была начата последовательная контурная обработка сферы вокруг нашей планеты.

К необъяснимым пока свойствам пирамид относятся и другие аномалии, в частности, искажение характеристик пространства и времени. Время в пирамидах течет медленнее. Замедляется также скорость протекания химических

процессов, процессов диффузии и самодиффузии в веществах и материалах, замедляется тление и разрушение веществ, уменьшается магнитное поле. Характерно, что в перевернутой пирамиде (стоящей вершиной вниз) время ускоряется, а различные процессы протекают быстрее. Энергетическое силовое поле египетских пирамид искажает показания приборов самолетов, пролетающих над ними. Компас ведет себя неуверенно.

При заходе Солнца над пирамидами часто возникает зодиакальный свет. Слабое свечение иногда наблюдается и в вершинах макетов-пирамидок. Похоже, наши далекие предки знали об энергетических свойствах пирамид, поэтому (и для этого) и строили их по всей планете Земля.

В сравнении с загадочным и до сих пор малоизученными колоссами Египта российская пирамида — весьма миниатюрная (как маленький домик) и очень молодая. Известно время строительства Сабуровской крепости — 1780-е гг.

Очевидно, тогда же в крепости появились и столь не свойственные среднерусскому пейзажу «мотивы». Здесь нужно сказать о том, что Сабуровскую крепость в своем имении заложил граф М. Ф. Каменский — «седой орел Екатерины» в память о русско-турецких войнах, в которых участвовал хозяин усадьбы. Генерал-фельдмаршал М. Ф. Каменский был убит в 1809 году в своем селе Каменском (Сабурово). Может быть, форма этой пирамиды — лишь символ Востока. А может быть, основатель крепости или кто-то из инженеров или архитекторов знал о том, что каменные пирамиды — естественные термосы, и тогда здесь хранились скоропортящиеся продукты или вина...

Если вам, уважаемые читатели, кажется, что вы ничего не знаете о графах Каменских, то вы ошибаетесь. Наверняка вы читали повесть Герцена «Сорока-воровка» и рассказ Лескова «Тупейный художник». Так вот в этих знакомых со школы произведениях рассказывается о трагической судьбе крепостных актеров из труппы графа С. М. Каменского, который осенью 1815 году открыл в Орле свой театр. В театре ставились не только драматические, но и балетные, и оперные спектакли.

Благодаря роскоши декораций и таким талантливым актерам, как Щепкин, Савина, Стрепетова, Комиссаржевская, Орленев и, другие, этот театр был известен по всей России. У него была и иная слава: «Одним из самых больших крепо-

стных театров, — писал Герцен, — считался театр «сиятельного самодура» графа Каменского в Орле».

Все эти мало относящиеся к пирамидам характеристики рода Каменских нужны, на наш взгляд, для того, чтобы показать, что при всей приверженности крепостничеству Каменские были просвещенными людьми своего времени, много знали и много повидали.

Как теперь узнать, что было в этом пирамидальном строении... Погреб, уникальными свойствами которого граф хвастался перед гостями? Винотека, также, на удивление всем, улучшающая вкус вин? А может быть, «холодная» для провинившихся крепостных? Или то странное, потайное место, куда иногда спускался и сам хозяин, чтобы поэкспериментировать, пережить растяжение времени и пространства, испытать измененное состояние сознания, подлечиться и помолодеть? Как теперь, два века спустя, узнать это?..

В век новейших технологий информационных систем, головокружительного господства автоматике, невиданного доселе синтеза химических соединений в фармакологии и клонирования в медицине, люди в поисках оздоровления либо лечения все чаще стали обращаться к простым, но уникальным вещам, дарованным нам самой природой. А именно к камням и минералам. Ведь из глубины веков известны целебные свойства тех или иных натуральных камней, дающих силу и здоровье.

Препараты из шунгита отличаются простотой в использовании и подходят абсолютно всем — от младенца до пожилого человека. Побочных явлений не обнаружено, использование шунгита не является показанием для отмены других лекарственных средств.

Вода, пропущенная через шунгитовый фильтр, имеет общее оздоравливающее и омолаживающее воздействие на весь организм, помните, как в сказках про «живую» и «молодильную» воду. Она разглаживает морщины, удаляет раздражение, зуд, сыпь, придает коже эластичность и упругость, укрепляет волосяной покров, восстанавливает блеск волос. Такая вода эффективно предотвращает кровотечение из десен, устраняет болевые ощущения, зуд и жжение слизистой оболочки полости рта, подавляет кишечную палочку и золотистый стафилококк

Пока трудно объяснить некоторые свойства удивительного минерала, но, например, если постоять на шунгитовой

крошке 2—5 минут, то проходит боль и тяжесть в ногах. Такое «топтанье на щебне шунгита» способствует улучшению кровоснабжения органов и тканей организма, ведь при этом происходит воздействие на акупунктурные точки стопы. Нормализуется давление, общее самочувствие, повышается тонус, улучшается сон.

Но всю мощность своего уникального оздоровительного воздействия шунгит проявляет заключенным в форму пирамидки. Ведь о полезном влиянии пирамиды на организм человека знают многие. И в пирамидке из шунгита соединены две вещи: живительные свойства минерала и нераскрытые, но, благотворные воздействия египетских пирамид. Защитная пирамидка из шунгита — это миниатюрная модель египетской пирамиды с точным соблюдением соотношения всех ее параметров.

Шунгитовые пирамидки используются в так называемых геопатогенных зонах, которые являются источником вредных излучений. Исследования медиков показали, что геопатогенные излучения вызывают сердечно-сосудистые заболевания и до 60% онкозаболеваний. Геопатогенные зоны образуются над разломами, древними руслами рек и залежами полезных ископаемых. При этом земное излучение распространяется строго вверх в виде узких, не рассеивающихся пучков, имеющих высокую энергетическую мощность. Те люди, которые оказываются в таких зонах, плохо себя чувствуют, беспокойно спят, эмоционально неустойчивы. А кроме того, пагубно действуют на состояние здоровья и постоянные электрические поля и вредные электромагнитные излучения от различного рода бытовой техники (телевизоры, холодильники, компьютеры и др.).

Так вот, расположив возле себя пирамидку, вы снимете все эти неблагоприятные воздействия. Пользоваться пирамидой очень просто. Нужно ее поставить там, где вы больше всего времени проводите в течение дня. Например, рядом с диваном, в машине, между вами и источником излучения — телевизором, компьютером.

Внимание! Прикладывать пирамиду к голове или класть на больные места нельзя!

Пирамида благодаря своей форме и целебным свойствам создает вокруг себя поле, отражающее геопатогенные лучи. В зависимости от размеров пирамида распространяет свои лечебные свойства в радиусе от одного до трех метров.

Желательно иметь пирамидку и на рабочем столе. Помимо нейтрализации электромагнитного излучения от компьютера, она помогает быстро снимать стресс или усталость — достаточно только положить на нее руку. И еще, помимо защиты от земного воздействия, шунгитовая пирамида способна защитить от отрицательного энергетического воздействия людей.

Думаю, что в наше время, наполненное огромным объемом информации и контактов с людьми — далеко не всегда приятными или полезными, — такие свойства шунгитовых пирамидок способны помочь очень и очень многим.

Заключение

Иногда поздно, но все-таки к людям приходит постепенно осознание того, насколько в природе все взаимосвязано и уравновешенно. То, что мы видим, — лишь самый поверхностный слой, «кожа» природы, скрывающая под собой потоки жизни и гармонии. Из этой вроде бы красивой, но бесполезной истины можно сделать вполне практичный вывод — если в природе существует какая-либо болезнь, то существует надежда, что природа заранее позаботилась и о средстве борьбы с нею. Главное — правильно диагностировать заболевание и подобрать ключик, ведущий к излечению.

В кладовой природы хранится еще много неразведанных тайников, и очень многие люди пользуются чудесными природными лекарствами, особенно если учесть, что они практически всегда находятся прямо под рукой. Множество людей в последнее время отказываются от медикаментозных или хирургических методов, предпочитая им проверенные, хорошо зарекомендовавшие себя достижения народной медицины. Лозунгом этого стихийного движения к употреблению не только естественных продуктов, но и не испорченных химическим воздействием лекарственных средств, могла бы стать широко известная фраза «Назад к природе». Все новые тайны открывает природа, человек узнает о тайнах лечения грибами, редкостными водорослями или растениями, но не только в мире растительном следует искать средства излечения. Царство минералов также открыто для использования в медицине, и шунгит — это только один из возможных вариантов, который ни за что нельзя отбрасывать.

Разумеется, шунгит, как и любой другой лекарственный препарат, не может гарантировать стопроцентного излечения, но его уникальная кристаллическая структура, способность оздоравливающе воздействовать на жизненное поле организма — эти качества делают шунгит постоянным спутником жизни любого человека, который желает заботиться о

своём здоровье, поддерживать себя в надлежащем состоянии духа и физической формы.

Я прощаюсь с вами, уважаемые читатели, и надеюсь, что, как и мне когда-то, теперь и вам захотелось держать шунгит под рукой, чтобы он смог выручить вас в трудную минуту, помочь в болезни, продлить счастливые минуты уверенности в своих силах. Будьте здоровы и счастливы, до новых встреч!

СОДЕРЖАНИЕ

Введение **3**

Глава 1

ШУНГИТ. ЧЕГО МЫ О НЕМ НЕ ЗНАЕМ? 5

Глава 2

СОСТАВ ШУНГИТОВ 11

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ШУНГИТОВ 17

ПРИМЕНЕНИЕ ШУНГИТОВ В МЕДИЦИНЕ 19

Глава 3

ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА 23

Аллергия 23

Анемия у детей 25

Бронхиальная астма 28

Гастрит 30

Сахарный диабет 34

Желчно-каменная болезнь 38

Стенокардия 41

Энтериты 44

КОСМЕТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА 50

Глава 4

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ 72

ШУНГИТ И ВОДА 72

УПОТРЕБЛЕНИЕ ФИЛЬТРОВ 80

ЦЕЛЕБНАЯ СИЛА ШУНГИТОВЫХ ПИРАМИД 83

Заключение **93**

О целебных свойствах шунгита заговорили совсем недавно, а между тем "Марциальные воды" славились еще со времен Петра. В указе того времени говорится: "...Понеже оные воды лечат следующие жестокие болезни, а именно: цинготную, желчь, бессильство желудка, рвоту, понос, почечную, каменную, ежели песок, или малые камни и оные из почек гонит... и от прочих болезней великую силу имеют..."

Прошло почти три века, и необыкновенные качества шунгита вновь привлекли внимание ученых и медиков. Лечению шунгитом с успехом поддаются сердечно-сосудистые и астматические заболевания, аллергии, простудные и ревматические заболевания и многое другое.

Шунгит очищает воду от вредных примесей эффективнее самого модного фильтра, а о чудесах, происходящих с людьми, использующими пирамиды из необыкновенного материала, сегодня пишут как о сенсации едва ли не все газеты страны.

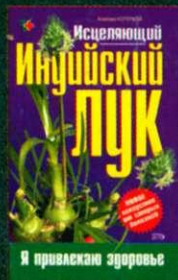
Познакомьтесь с "новым старым" лекарем – шунгитом – и многие беды и болезни обойдут ваш дом стороной.

Я привлекаю здоровье

Готовятся в серии:

- А. Корзунова "Перекись водорода"
- А. Корзунова "Скипидарные ванны"
- А. Корзунова "Аконит"

Вышли в серии:



ISBN 5-699-09705-8



9 785699 097050 >