



Мария Соколова

Очищение чайным грибом

*Текст предоставлен издательством «АСТ»
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=660425
Мария Соколова. Очищение чайным грибом: АСТ; Москва; 2010
ISBN 978-5-17-070029-5*

Аннотация

Чайный гриб уже много веков помогает людям обрести здоровье: ведь он – великолепное целительное средство. Один из секретов эффективности чайного гриба – его способность очищать организм от шлаков, токсинов, паразитов. Эта книга расскажет о том, как наиболее полно использовать очищающие свойства чайного гриба в домашних условиях. Ведь качественное очищение – это возможность просто и безопасно справиться со многими недугами, укрепить здоровье, улучшить обмен веществ, повысить иммунитет, а также сбросить лишний вес. В книге дана последовательная и четкая схема очищения организма, отдельных систем, а также способы очищения для людей, страдающих различными хроническими заболеваниями. В конце книги помещены ответы на самые распространенные вопросы по хранению, приготовлению и использованию чайного гриба.

Содержание

Чайный гриб творит чудеса	4
В чем сила чайного гриба	5
О чем пойдет речь в этой книге	7
Изучаем очищающие свойства чайного гриба	8
Внешний вид чайного гриба	8
Кто такой – чайный гриб	9
Химический состав и свойства чайного гриба	12
Чайный гриб для оздоровления и очищения организма	17
Общие правила очищения организма	17
Преимущества очищения организма при помощи чайного гриба	19
Противопоказания к использованию чайного гриба	20
Очищение пищеварительной системы	21
Конец ознакомительного фрагмента.	27

Мария Соколова

Очищение чайным грибом

Чайный гриб творит чудеса

В одной из древних китайских легенд рассказывается об императоре, страдающем от тяжелой болезни. Со всей страны к больному правителю были приглашены лучшие лекари, но все они оказались бессильны. Когда близкие императора уже смирились с его скорой кончиной, из дальнего монастыря ко двору прибыл неизвестный монах, который оставил правителю странное предсказание: лекарство от своей болезни получит он от муравья.

И действительно, некоторое время спустя император заметил в своей чашке, наполненной чаем, муравья. Выбравшись на край посуды, муравей поведал больному, что в его чашку добавлено сильнодействующее лекарство, однако императору нужно подождать, пока оно созреет. Как только в чае появится медуза, лекарство можно выпить, и болезнь отступит.

По приказу императора, чашку с чаем не трогали в течение нескольких дней. Каково же было удивление придворных, когда в жидкости действительно появилось слизистое образование, напоминавшее медузу. Выпив получившийся настой, правитель тотчас забыл о своей болезни.

С тех пор студенистая масса, способная превращать обычный чай в целебный напиток, излечивающий от множества болезней, почиталась в Поднебесной, как дар богов.

* * *

Это слизистое образование, внешне напоминающее медузу без щупалец, какие в большом количестве встречаются в водах теплых морей, за века своего существования получило от людей множество самых разных имен.

Его называли морским или маньчжурским грибом, японской губкой или японской маткой, чайным квасом и даже волжской медузой. По своему сходству с этим морским животным и получил он свое научное название – «медузомицет». Есть у него и более экзотические имена – фанго и кам-бу-ха. В нашей же стране его чаще всего называют «чайный гриб».

В прошлом веке эта культура получила такое широкое распространение, что сейчас очень трудно найти развитую страну, жители которой не были бы знакомы с удивительно вкусным и полезным настоем чайного гриба.

На самом деле к царству грибов чайный гриб имеет мало отношения – это зооглея, или то, что ученые называют сообществом нескольких взаимодействующих микроорганизмов. Таким образом, чайный гриб представляет собой симбиоз дрожжевых грибков и уксуснокислых бактерий. Именно продукты их жизнедеятельности и превращают настой чайного гриба в напиток, оказывающий на организм человека оздоравливающее и очищающее действие. Многолетние исследования лечебных свойств чайного гриба доказали, что с его помощью человек может не только избавляться от множества заболеваний (в том числе – и хронических), но и предотвращать их развитие.

В чем сила чайного гриба

Сведения о целебных свойствах этой зооглеи дошли до нас из глубин веков, и были неоднократно проверены на практике врачами из самых разных стран. Поэтому современные медики с полной уверенностью могут утверждать – настой чайного гриба помогает излечивать:

- заболевания органов пищеварения – желудка, кишечника, печени, желчного пузыря, как острые (дизентерию), так и хронические (гастрит, энтероколит);
- болезни органов дыхания – от небольшого насморка до ОРЗ, гриппа, тонзиллита, ангины, воспаления легких, туберкулеза;
- конъюнктивиты разного происхождения и инфекции глаз;
- такие опасные заболевания, как скарлатину, дифтерию, брюшной тиф; гипотонию и гипертонию;
- геморрой.
- Прием настоя чайного гриба оказывает благоприятное действие на нервную систему, делая ее работу более сбалансированной.

Биологически активные вещества, содержащиеся в настое, способны стимулировать перистальтику кишечника, что помогает бороться с запорами.

В качестве наружного средства этот напиток издавна применялся для ускорения заживления ран (в том числе – и инфицированных) и лечения тяжелых ожогов. Нередко настоем чайного гриба применяют и в качестве косметического средства – для ухода за кожей, волосами, избавления от перхоти.

Незаменим чайный гриб для восстановления нарушенного баланса микрофлоры в желудке и кишечнике человека (например, после длительного приема некоторых лекарственных средств или болезни).

Антибактериальные свойства чайного гриба столь сильны, что делают его прекрасным природным антибиотиком, прием которого не вызывает побочных эффектов в отличие от синтетических препаратов.

Но это еще не все – исследования, проведенные в последние годы, доказали, что напиток, получаемый при помощи чайного гриба – это прекрасное средство для комплексного очищения организма от шлаков и токсинов, которые становятся причиной большинства нарушений нормальной работы всех его органов и систем.

Очищающие свойства настоя чайного гриба были выявлены случайно. Ученые заинтересовались удивительной способностью напитка, приготовленного при помощи чайного гриба, избавлять человека от проявлений похмельного синдрома. Болезненное состояние на утро после обильных «возлияний» – это не что иное, как отравление организма токсинами спиртных напитков. Для того чтобы нейтрализовать их и вывести из организма, представители самых разных народов издавна пользовались чайным грибом.

Проведенные исследования помогли установить, что такое действие настоя чайного гриба оказывает на токсины любого происхождения, вызывающие внутреннее отравление человеческого организма.

«Чайный гриб имеет сильные антисептические свойства. Этот чай очищает систему желез и помогает уничтожению токсинов в организме. Таким образом, этот чай является прекрасным средством от подагры, ревматизма, артрита, камней в почках, дисбактериоза кишечника, но

особенно от рака и его ранних стадий, так как оказывает мощное влияние на болезнетворные эндобионты.

Как мы видим, это именно эти эндобионты уничтожают красные кровяные шарики, когда рН изменяется неблагоприятным образом. Во всех метаболических и раковых заболеваниях чайный гриб является уникальным напитком, обеззараживающим организм, он выводит шлаки и тем самым нормализует рН крови».

Специалист по лечению природными средствами А. Лодевийк (Нидерланды)

О чем пойдет речь в этой книге

Конечно же о чайном грибе. О том, как его хранить, готовить, принимать, о том, какими уникальными свойствами он обладает.

Но главный акцент хотелось бы сделать на очищающих свойствах чайного гриба.

Регулярное очищение организма в наши дни необходимо практически каждому из живущих на Земле людей. Ведь всю свою жизнь мы проводим в не самых благоприятных экологических условиях, питаемся продуктами с огромным количеством химических добавок, вдыхаем воздух, состав которого далек от идеального...

От природы наш организм наделен способностью самостоятельно освобождаться от всех вредных веществ, попадающих в него извне, и нейтрализовать яды, в том числе и те, которые образовались в результате протекания внутренних обменных процессов. Однако ежедневная нагрузка на системы организма, отвечающие за самоочищение, столь велика, что он в какой-то момент перестает с ней справляться.

Почки и печень оказываются не в состоянии обезвредить токсические вещества, кишечник – вывести непереваренные остатки пищи, легкие – удалить попадающие в них частички гари и копоти. Балластные вещества, скапливаясь в самых разных органах и тканях, приводят к образованию шлаков и постоянному внутреннему отравлению токсинами. Кровь и лимфа разносят эти яды по всему организму.

Такая глобальная зашлакованность приводит к образованию камней в почках, печени, желчном и мочевом пузыре, сужению просвета артерий и появлению в них атеросклеротических бляшек, утрате венами эластичности и их чрезмерному растягиванию, появлению во внутрисуставных сумок солевых отложений...

Желудок, кишечник, печень, сердце, легкие – полноценная работа каждого органа оказывается нарушена. Каждая клетка вашего организма страдает от постоянной перегрузки и интоксикации.

Решить эту проблему можно только одним способом – полностью очистить свой организм от скоплений «внутреннего мусора».

О том, как это сделать при помощи простого и, главное, абсолютно безопасного, натурального средства и расскажет эта книга.

Изучаем очищающие свойства чайного гриба

Внешний вид чайного гриба

Чайный гриб выглядит как толстая слизистая полупрозрачная пленка, состоящая из нескольких слоев. Эта пленка плавает на поверхности сладкого чая или фруктового сока, которая служит для нее питательной средой. Верхняя часть студенистой массы, называемой чайным грибом, плотная, блестящая и гладкая. Она нередко действительно напоминает шляпку большого гриба. Однако вместо ножки от этой «шляпки» отходит множество тонких светлых нитей, образующих его нижнюю часть. Именно за счет этих нитей гриб увеличивает свои размеры. Тело чайного гриба состоит из штаммов микроорганизмов, виды которых могут быть разными в зависимости от той местности, в которой живет гриб.

Рост чайного гриба ограничивается только объемом предоставленной ему посуды, поэтому он может увеличивать свои размеры до весьма значительных. Используемые в промышленности чайные грибы имеют тело весом до 1 центнера.

Кто такой – чайный гриб

Зооглеи и их история

Зооглеями называют клетки бактерий, которые пребывают в особом состоянии – оболочки их покрываются слизью, соединяя бактерии в подобие студенистой пленки.

Считается, что их появление имело приспособительный характер – слизистая консистенция позволяет бактериям легко получать питательные вещества из той жидкости, в которой они обитают.

Учеными изучены и описаны множество зооглей, относящихся к разным видам. Так, например, существует разделение зооглей по их внешнему виду – они могут иметь брыжечную, пальцевидную, коралловидную и другую форму.

Как получают уксус

Как известно, уксус – это продукт брожения. Поместив открытую бутылку вина в теплое место, через некоторое время из скисшего напитка можно получить уксус. С давних времен эту кислую жидкость готовили из виноградных и фруктовых вин, яблочного сидра, а также фруктовых настоев. Уксуснокислые бактерии, которые в изобилии содержатся в окружающем воздухе, проникают в прокисающую или бродящую жидкость. В результате их активности и при участии ряда ферментов спирт в таком сырье начинает взаимодействовать с кислородом. В итоге образуется вода и уксусная кислота. Для того чтобы процесс проходил быстрее, в напиток изначально можно добавить уксуснокислые бактерии. На поверхности бродящей жидкости через некоторое время появляется пенное образование или слизистая субстанция, получившая название уксусная матка (уксусная пленка). Через 2–3 дня эту матку можно вынуть из жидкости и поместить в другую порцию сырья для приготовления уксуса. Она не только заметно ускорит процесс брожения, но и придаст получившемуся продукту особый аромат и вкус. При производстве большого количества уксуса такие уксусные матки культивируют, помещая их в специальные кюветы из дерева. Известны случаи, когда масса уксусной пленки составляла больше 100 кг. Уксус, производимый разными известными фирмами, обладает своим собственным запахом и вкусом, который придает ему использование особой уксусной матки. Такие «фирменные» матки считаются большой ценностью, их берегут, создавая для их содержания особые условия.

Ученые, изучающие свойства образований, подобных уксусной пленке, относят их к зооглеям. В эту группу живых существ входят и тибетский молочный гриб, и индийский морской рис и... чайный гриб. Однако если уксусная матка считается стихийной зооглеей, образующейся на напитках самостоятельно, то и тибетский, и индийский, и чайный грибы называют зооглеями культивированными. Оценив целебные и питательные свойства получаемых с их помощью напитков, люди с давних времен выращивают эти «грибы», сохраняя их и передавая из поколения в поколение. Все зооглеи объединяет одно общее свойство – каждая из них содержит уксуснокислые бактерии. Но в остальном эти образования имеют множество отличающих их друг от друга качеств. Зооглеи разных видов обладают разным строением, вкусом и свойствами.

Ученые исследуют чайный гриб

Исторически сложилось так, что чайный гриб оказался известен русскому народу раньше, чем другие зооглеи – тибетский молочный гриб и индийский морской рис. Широкое использование получаемого с его помощью чудесного напитка заинтересовало химиков, биологов и врачей.

В XIX веке мода на чайный квас стремительно распространилась по России, из уст в уста передавались истории о чудесных исцелениях, произошедших с помощью этого напитка.

Однако далеко не все врачи были склонны безоговорочно доверять здоровье своих пациентов этому новому средству. Поэтому среди них появились исследователи, занимавшиеся пристальным изучением чайного гриба, а также сходных с ним образований – тибетского молочного гриба и индийского морского риса.

Исследовавший эти зооглеи врач из Гданьска Штильман пытался изучить эти грибы как можно подробнее, чтобы выявить все их положительные и отрицательные качества, а также, по возможности, ответить на вопросы об их происхождении.

Он полагал, что чайный гриб отличается от морского риса более толстой пленкой. При этом он склонялся к мнению о том, что частицы индийского морского риса являются своеобразными «зернами» чайного гриба, и в процессе выращивания превратятся именно в него. К этой группе исследователь присоединил и тибетский молочный гриб, посчитав его промежуточной фазой развития зооглей.

Однако работа ученого не была доведена до конца, так как представители Медицинской академии наук сочли изучение чайного гриба бесперспективным направлением и отказались финансировать исследования.

Но интерес к изучению этих загадочных культур появился у исследователей другой страны – в первой четверти XX столетия ученые из Швейцарии Блюмер, Мейер и Порхет подтвердили различие чайного гриба и индийского морского риса. В своих работах они опирались на выявления отличительных свойств в строении пленки этих зооглей и в их внешнем виде, доказывая принадлежность этих «грибов» к разным видам.

Именно тогда ряд ученых пришли к выводу о том, что эти культуры не должны относиться к царству грибов. Обнаружив в качестве одного из их главных действующих компонентов уксуснокислые бактерии, исследователи связали тибетский молочный гриб, индийский морской рис и чайный гриб с уже известной зооглеей – уксусной маткой.

Исследования швейцарцев были продолжены в России. Известный биолог А. А. Бачинская опытным путем доказала, что все эти три культуры несомненно должны относиться к зооглеям. По ее мнению, все они появились в природе сами собой, подобно тому, как на напитках появляется слизь. А широкому распространению этих зооглей способствовали насекомые, переносившие их частички на хоботках и лапках.

Однако Бачинская совершила ошибку, снова объединив индийский рис, тибетский молочный гриб и чайный гриб и утверждая, что все они обладают идентичными целебными свойствами.

Окончательно развел все эти три зооглеи, выявив уникальные свойства каждой из них, химик из Польши – Юзеф Болшич. Он подробно описал внутреннее и внешнее строение каждой из этих культур, а также их различные целебные свойства. Его последователь натуropат Томаш Громак пытался углубить изучение лечебных качеств каждой из этих зооглей, однако государство отказалось финансировать эти исследования.

Однако в России интерес к чайному грибу не утих и в XX веке, и именно в нашей стране ученые исследовали эту зооглею наиболее полно.

В России названия чайного гриба с течением времени сильно менялись: его называли маньчжурским и морским грибом, японской губкой, волжской маткой, чайный квасом. В Германии он получил наименование «чудесный гриб», во Франции – «фанго», в Испании – «хонго». На латыни имя чайного гриба звучит как «*kombucha orientalis*», а в англоязычных странах – «*combucha tea*». Древнее китайское название этой зооглеи «кам-бу-ха» («ха» в переводе с китайского означает «чай»), а в Японии его до сих пор называют «комбуча». Официальное научное наименование этой зооглеи «*Medusa myces Gisevii Lindau*».

Применение чайного гриба в официальной медицине

В середине XX века чайный настой активно применялся при лечении стоматитов, дизентерии и диспепсии у детей. Крупные ожоговые центры Москвы и Санкт-Петербурга использовали его при лечении ожогов. А исследователи органических кислот из Германии начали предпринимать попытки выделить из этой зооглеи вещества, способные помочь организму в борьбе с онкологическими заболеваниями.

Химический состав и свойства чайного гриба

В настоящее время на прилавках магазинов появилось множество продуктов, в названии которых встречается слово «пробиотический». Так принято называть вещества, в состав которых входят живые бактерии, относящиеся к видам, естественным и необходимым для организма человека.

Однако только в том случае, когда приготовление целебного продукта происходит у вас на глазах, вы можете быть полностью уверены в том, что будете принимать настоящий пробиотик, а не искусственную подделку.

* * *

Чайный гриб представляет собой симбиоз уксуснокислых бактерий (чаще всего – *Acetobacter xylinum*) и дрожжеподобных грибов (*Saccharomycodes ludwigii*), которые объединены в колонию.

Превращения жидкой среды, в которую помещено тело гриба, во вкусный и полезный напиток, обусловлено комбинированным брожением, происходящим в жидкости, – спиртовым и уксуснокислым.

Результатом этих процессов становится образование в смеси заваренного чая и сахара, спирта и углекислоты (под действием дрожжей), уксусной и некоторых других кислот (образуемых в процессе жизнедеятельности бактерий), а также ряда промежуточных веществ.

Питательная жидкость – подслащенный раствор некрепкого чая – превращается в газированный напиток, кисло-сладкий вкус которого напоминает квас.

Полезные вещества, содержащиеся в настое чайного гриба

Химический состав напитка, получаемого при помощи чайного гриба, довольно сложен. В него входят:

органические кислоты

- яблочная,
- молочная,
- уксусная,
- глюкуроновая,
- глюконовая,
- лимонная,
- щавелевая,
- пировиноградная,
- фосфорная,
- койевая;

этиловый спирт

сахара

- моносахариды,
- дисахариды;

витамины

- витамин С (аскорбиновая кислота),
- витамины группы В (В₁ – тиамин, РР – ниацин),
- витамин D;

ферменты

- липаза,
- амилаза,
- сахараза,
- протеаза,
- каталаза,
- зимаза,
- карбогидраза,
- триптические ферменты;

липиды

- фосфатиды,
- стерины,
- жирные кислоты;

пигменты пуриновые основания (содержащиеся в чайном листе)

а также промежуточные вещества (например, фосфорная кислота), дубильные вещества, жировые и смолистые вещества, альдегиды, белки, кофеин, альгидо-сахара, глюкозиды, алкалоиды, сапонины.

Для чего нужны ферменты

Некоторые из ферментов (энзимов), которые содержатся в чайном настое, оказываются незаменимыми для нормальной работы человеческого организма.

Энзимы – это белковые вещества, которые находятся во всех клетках человеческого организма. Сами ферменты не участвуют непосредственно в химических реакциях, однако они действуют как их катализаторы (ускорители).

Так, без *протеазы* невозможно расщепление белков и усвоение животных протеинов, без *амилазы* – расщепление крахмала и регулирование уровня сахара в крови, а без *липазы* – расщепление и образование жиров (очень низок уровень этого фермента у людей, страдающих от атеросклероза и ожирения).

Дело в том, что одного получения из пищи белков, жиров и углеводов, минеральных солей и витаминов для обеспечения нормальной работы организма недостаточно. Все эти вещества должны быть еще и усвоены. А их расщепление, усвоение, синтез и выведение происходят в человеческом организме под действием ферментов.

Только взаимодействуя с ними, все витамины, гормоны, микро– и макроэлементы, могут приобрести активность и включиться в активную работу, а значит – и принести заметную пользу человеку. Именно ферменты во многом определяют состояние иммунной системы организма каждого из нас, на них же ложится задача по обезвреживанию токсинов и выведению из организма балластных веществ.

Если в человеческом организме обнаруживается нехватка пищеварительных ферментов, то для того, чтобы не нарушался процесс усвоения из пищи полезных веществ, срочно организуется их «переброска» из других органов и систем. Таким образом внутренний баланс в человеческом организме оказывается нарушен, что приводит к нарушению его функционирования и развитию целого ряда заболеваний.

Многие современные ученые утверждают, что причина таких болезней, как артрит и остеоартрит, эмфизема легких, склеродермия, и ряд заболеваний желудочно-кишечного тракта, состоит именно в нехватке определенных ферментов. В последние годы все больше медиков склоняется к мнению о том, что и ряд онкологических заболеваний имеет такую же природу.

С уменьшением количества ферментов в организме человека, происходящим с возрастом, современные ученые связывают и процесс старения человека. Поэтому, восполняя недостаток этих веществ при помощи регулярного приема настоя чайного гриба, человек может заметно продлить свою жизнь, жизнь активную и здоровую. Недаром в забайкальских деревнях этот напиток издавна обязательно пили все люди преклонного возраста.

Как кислоты влияют на наш организм

Изучением воздействия на организм человека органических кислот ученые занимаются очень давно, однако до недавнего времени их главными свойствами считались желчегонное, бактерицидное, противогнилостное (в кишечнике), а также возбуждающее аппетит.

Однако последние исследования указывают на высокую ценность ряда низших карбоновых кислот для ускорения восстановления организма после длительных физических и психических нагрузок.

Такие кислоты, как яблочная, янтарная и некоторые другие, ученые относят к группе энергодающих соединений, указывая на наличие у них свойств биогенных стимуляторов.

Их применение очень важно при необходимости быстро восстановиться после переутомления, а также для лечения ряда заболеваний людей пожилого возраста.

Стимуляция поджелудочной железы не только вызывает некоторое повышение аппетита, но и заметно улучшает усвоение поступающей в организм пищи. Это свойство очень полезно для тех людей, которые склонны к болезненной худобе или быстрой утомляемости.

Важность кислот для очищения организма

При комплексном очищении организма от отравляющих его веществ незаменимым оказывается такое вещество, как *глюкуроновая кислота*, обладающая выраженным дезинтоксикационным действием.

Исследованию этого вещества много сил и времени посвятил врач из Германии Валентин Келер. В своих работах он приводит экспериментальные данные, доказывающие лечебное действие *глюкуроновой кислоты*, полученной из чайного гриба на пациентов с раковыми заболеваниями. Первая статья исследователя, опубликованная в 1961 г. в журнале «Медицинская практика», носила название «Глюкуроновая кислота дает надежду раковым больным».

Успешно применял экстракт чайного гриба для лечения онкологических заболеваний и другой немецкий врач Рудольф Склелер. Он так же получил патент на применение настоя чайного гриба в качестве лечебного средства при нарушениях обменных процессов в организме человека.

Молочные кислоты, которые в большом количестве содержатся в напитке, получаемом при помощи чайного гриба, помогают сдерживать размножение болезнетворных бактерий, заселяющих слизистые оболочки внутренних органов человека. Особенно заметный эффект оказывает применение чайного настоя при дисбактериозе кишечника.

Роль полисахаридов

В процессе своей жизнедеятельности эта зооглея производит некоторые полисахариды, которые оказывают благотворное воздействие на человеческий организм. Например, мукоитинсульфат – одну из составляющих слизистой, выстилающей внутреннюю поверхность желудка, и хондроитинсульфат, входящий в состав суставных хрящей.

Антибиотические и антисептические свойства чайного настоя

Чайный настой, выстоявшийся в течение 7–10 дней, приобретает сильное антибактериальное действие, сравнимое с действием ряда синтетических антибиотиков. При этом использование его для борьбы с патогенными микроорганизмами не приводит к подавлению собственного иммунитета человека и не оказывает губительного действия на полезные бактерии.

В период роста в настое чайного гриба происходит образование накопления особого антибиотика, получившего название медузин. От большинства синтетических препаратов он отличается абсолютной неядовитостью и устойчивостью к сильному повышению температур. Препарат был выделен российской исследовательницей Е. К. Наумовой в 1949 г. и применен в 1955 г. московским врачом Е. С. Златопольской для лечения тяжелых форм стоматита. Медики получили потрясающие результаты – выздоровление больных произошло в течение всего 3–5 дней.

Еще одним аргументом в пользу применения настоя в качестве антибактериального средства считается невозможность выработки бактериями устойчивости к его активным компонентам. То есть нет привыкания к чайному грибу, а значит, он будет одинаково эффективно действовать и в первый, и в сотый раз. Эксперименты, проведенные с микроорганизмами разных видов, доказали, что химический состав напитка, получаемого при помощи чайного гриба, настолько уникален, что подавляемым микроорганизмам не удастся подстроиться под него. Однако не стоит заниматься самолечением – в ряде случаев необходимо оказать на патогенную микрофлору столь сильное воздействие, что справиться с этим могут только синтетические препараты. Чайный настой больше подходит при лечении хронического или затянувшегося заболевания, а также для восстановления баланса микрофлоры после лечения антибиотиками.

* * *

Соединение таких активных веществ, как молочная, уксусная, щавелевая и некоторые другие кислоты, а также спирт в составе чайного грибного напитка, превращает его в действенное антисептическое средство.

Антисептики – соединения веществ, обладающие противомикробным и противовоспалительным действием, чаще всего используемые для наружного применения.

Антисептические свойства в полной мере проявляются у крепкого чайного настоя после 7–8 дней выдержки.

Ряд ожоговых центров использует его при лечении ожогов I–II степени – этот напиток (и само тело гриба) не только уменьшает воспаление, снимает боль, ускоряет заживление поврежденных тканей, но и улучшает общее состояние пациентов.

Примочки, пропитанные грибным настоем, помогают очищению ран от гноя, заживляют мелкие гнойники, а также обеспечивают хорошую дезинфекцию любых повреждений кожи. Это делает напиток, полученный при помощи чайного гриба, хорошим средством для обработки ссадин у детей – в отличие от привычных йода и «зеленки», он не щиплет и не окрашивает кожу.

* * *

Благодаря наличию в чайном напитке молочной, яблочной, уксусной и глюконовой кислоты при его регулярном употреблении происходит восстановление бактериального равновесия в толстом кишечнике. При этом не только происходит уничтожение патогенной микрофлоры, но и создаются условия, в которых ее размножение становится невозможным. При этом все бактерии, необходимые для нормального функционирования пищеварительной системы, оказываются в наиболее благоприятных условиях для восстановления.

«Прием этого напитка, называемого чайным квасом, пробуждает заметную бодрость во всей системе желез организма и способствует метаболизму. Чайный квас рекомендуется как прекрасное профилактическое средство против подагры, ревматизма, фурункулеза, атеросклероза, высокого кровяного давления, нервозности, ленивости кишечника и возрастных проблем. Он также настойчиво рекомендуется спортсменам и людям напряженного умственного труда. Благодаря тому, что он способствует метаболизму, ненужные жировые отложения в организме предотвращаются или уничтожаются. С этим напитком в организм поступают микроорганизмы, которые превращают вредные накопления, такие как мочевая кислота, холестерол и т. д., в легкорастворимые формы, таким образом удаляя их. Вредные кишечные бактерии подавляются».

Директор Академии химиков Ханс Ирион

Ни одно из исследований не обнаружило в составе напитка из чайного гриба вредных для человека веществ. Однако существуют и определенные противопоказания к его применению (их вы найдете в части, посвященной очищению организма при помощи настоя чайного гриба).

Чайный гриб для оздоровления и очищения организма

Общие правила очищения организма

Комплексное очищение всего организма от скопившихся в нем шлаков и токсинов – дело очень серьезное, и проводиться оно должно по четкому плану. Соблюдать определенную последовательность очень важно, иначе все ваши усилия по избавлению от балластных и отравляющих веществ будут сведены к нулю.

Программа очищения организма должна выстраиваться с учетом особенностей всех систем, участвующих в выведении токсинов и шлаков.

В нормально функционирующем организме освобождение от всего лишнего происходит по четырем путям:

- с каловыми массами (пищеварительная система),
- с мочой (мочеполовая система),
- с выдохом и откашливанием (дыхательная система),
- с потом (кожные покровы).

Поэтому тщательное удаление «внутреннего мусора» должно быть проведено последовательно из каждой из этих систем органов.

Начинаем с пищеварительного тракта

Все специалисты, занимающиеся вопросами очищения организма, говорят о том, что первым этапом обязательно должно стать выведение шлаков и токсинов из пищеварительного тракта с последующей нормализацией баланса микрофлоры в кишечнике.

Это очень важно, так как на всех следующих этапах очищения организма на пищеварительную систему ляжет огромная нагрузка по освобождению от балластных веществ.

Очищение всего пищеварительного тракта, начиная от ротовой полости, и налаживание его нормальной работы очень важно еще и потому, что через слизистые оболочки этих органов множество веществ (в том числе – и вредных здоровью человека) всасывается в кровь, минуя органы, способные обезвредить их.

Большое значение очищение кишечника имеет для женщин – близость этого органа и органов репродуктивной системы приводит к тому, что зашлакованность прямой кишки становится причиной развития множества мочеполовых заболеваний.

Без нормальной работы желудка и кишечника также невозможно полноценное усвоение питательных веществ, витаминов, макро– и микроэлементов в организм из поступающей в него пищи, а значит, и достаточное насыщение энергией всех органов и систем.

Следующий этап – печень и желчный пузырь, почки

Освободив пищеварительный тракт от скопившихся в нем балластных и ядовитых веществ, восстановив нормальный баланс микрофлоры, следует переходить к очищению печени и желчного пузыря. Роль печени в очищении организма как органа, способного нейтрализовать яды, попадающие в организм или образующиеся в процессе его жизнедеятель-

ности, невозможно переоценить. Поэтому, очистив кишечник и подготовив пути выведения шлаков, переходите к восстановлению нормальной работы этого органа.

Желчный пузырь – активный участник процесса пищеварения, обладает особенностью накапливать в себе балластные вещества, образующиеся в виде зеленоватых камней. Самостоятельно очиститься от них этот орган не может, поэтому процессу выведения из него камней нужно уделить особое внимание.

К органам, обладающим способностью отфильтровывать вредные вещества и выводить их из организма, относятся почки и связанный с ними мочевой пузырь. При зашлакованности работа этих органов заметно ухудшается, что приводит к растущей интоксикации организма и развитию различных заболеваний мочеполовой системы (циститов, появлению камней в почках и мочевом пузыре, заболеваний женской и мужской половой сферы).

Приступаем к очищению отдельных органов

Бронхи и легкие – поставщики в наш организм кислорода, при нарушении функции естественного очищения оказываются заполнены мельчайшими частицами пыли и копоти, содержащимися во вдыхаемом воздухе, а также продуктами внутренней секреции – слизи и мокроты. Освобождая их от этого токсичного балласта, вы не только налаживаете работу еще одной выделительной системы, но и помогаете вашему организму получать больше жизненно необходимого ему кислорода.

Специальный очищающий курс необходим также двум жидкостям, обеспечивающим нормальное функционирование организма – лимфе и крови.

Кислород и все питательные вещества переносятся по организму при помощи крови, бегущей по кровеносным сосудам – крупным венам и артериям и крошечным капиллярам. Возвращаясь от органов к легким и сердцу, кровь очищает их от вредных веществ – шлаков, токсинов и продуктов распада. Однако и эта система подвержена зашлаковке – отложившись на внутренних стенках сосудов, балластные вещества препятствуют нормальному току крови, нарушают функционирование сосудов.

Очищая сердечно-сосудистую систему, вы не просто улучшите кровоснабжение всех органов и тканей, но предотвратите развитие такого опасного заболевания, как атеросклероз.

В очистке нуждаются и ваши суставы – в них также скапливаются балластные вещества, чаще всего – в виде солей, что приводит к возникновению подагры, артрита, артроза и других заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Кожные покровы, кроме защитной функции, выполняют и очистительную. Для того чтобы они справлялись с ней в той мере, в которой это необходимо, проведите их очистку. Освободив поры, улучшив кровоснабжение этого важного органа, вы наладите процессы кожного дыхания и выведение из организма вредных веществ с потом.

Нередко кожа страдает от зашлакованности организма, реагируя появлением высыпаний и раздражений. В этом случае ей необходим особый уход и лечение как изнутри, так и снаружи. Прекрасным средством для этого является настой чайного гриба, приготовленный из смеси черного или зеленого чая и трав.

Специальный курс очищения организма требуется тем людям, которые страдают от лишнего веса. Ведь жировые отложения – это тот самый балласт, который мешает нормальной работе организма.

Прием чайного напитка позволяет восстановить нормальный обмен веществ, нарушенный вследствие интоксикации организма, и мягко вернуться к нормальному весу.

Преимущества очищения организма при помощи чайного гриба

В состав настоя, приготовленного при помощи чайного гриба, входят только природные компоненты, которые идеально сбалансированы – такого соотношения невозможно достичь при искусственном создании лекарств. Именно поэтому чайный напиток идеально подходит для очищения организма от шлаков и токсинов.

Кислоты, образующиеся в процессе жизнедеятельности уксуснокислых бактерий и дрожжевых грибов, оказывают на организм детоксикационное действие – то есть они обладают способностью нейтрализовать вредное воздействие ядов и токсинов, обезвреживая их.

Ряд полисахаридов, содержащихся в настое, являются важными оставляющими тканей. Их регулярное поступление в организм помогает быстро восстановить нормальную структуру тканей, пострадавших от действия токсинов и шлаков.

Оказывая послабляющее действие, чайный напиток не только активизирует естественную механическую очистку кишечника, но и одновременно помогает предотвратить развитие дисбактериоза. В отличие от множества слабительных средств и клизм, вымывающих из организма полезные микроорганизмы, чайный гриб активно борется с болезнетворными бактериями, создавая благоприятные условия для роста полезной микрофлоры.

Ферменты, содержащиеся в настое, помогают перевариванию и усвоению пищи, препятствуя образованию шлаков.

Проводя курс очищения организма при помощи чайного гриба, соблюдайте следующий режим – принимайте чайный настой в течение 6–8 недель, после этого сделайте перерыв на 1–2 недели.

Противопоказания к использованию чайного гриба

Если вы страдаете какими-либо хроническими заболеваниями, перед началом курса полного очищения организма при помощи настоя чайного гриба обязательно проконсультируйтесь с врачом!

Из-за того, что в состав питательной среды для роста чайного гриба входит сахар, получаемый с его помощью напиток не рекомендуется употреблять людям, страдающим диабетом. Однако, проконсультировавшись с врачом, вы можете готовить настой на том виде сахара, который безопасен для вас.

Не следует пить свежеприготовленный настой чайного гриба тем, кто страдает от различных грибковых заболеваний. Этот запрет также объясняется наличием сахара в составе напитка. При этом употребление настоя, перебродившего в течение 7–10 дней, не противопоказано, так как вещества, образовавшиеся в процессе брожения, активизируют естественную защиту человеческого организма и помогают ему избавляться от грибковых заболеваний.

Противопоказан напиток, полученный при помощи чайного гриба, тем, у кого повышена кислотность желудочного сока.

Не принимайте большое количество напитка – больше 1 л в день.

Перебродивший настой обязательно нужно разбавлять водой. Неразбавленным можно пить только очень слабый настой – 3–4-дневный.

Для того чтобы избежать раздражения слизистой желудка, через 2,5 месяца постоянного употребления напитка сделайте перерыв минимум на 5–7 дней.

Не употребляйте крепкий настой чайного гриба непосредственно перед тем как сесть за руль автомобиля – в напитке содержится некоторое количество этилового спирта.

Некоторые врачи рекомендуют принимать чайный настой не позже, чем за 5–10 минут до еды, а также не советуют принимать его одновременно с пищей или непосредственно после, так как активные вещества, содержащиеся в этом напитке, сразу же вступают во взаимодействие с содержимым желудка, ускоряя переваривание и усвоение пищи. Поэтому, запив чайным настоем обед, вы очень быстро ощутите чувство голода. Чтобы избежать этого, пейте напиток через 1–2 часа после еды.

Чайный настой можно готовить не только на основе черного чая, но и заваривая зеленый чай или лекарственные травы. При этом следует соблюдать некоторые правила.

Грибной напиток, приготовленный на зеленом чае, отличается высоким уровнем содержания кофеина – вещества, оказывающего сильное тонизирующее действие и влияющего на работу желудочно-кишечного тракта. Поэтому люди, страдающие язвой желудка или гастритом, а также те, кто склонен к понижению артериального давления, такой настой должны употреблять с осторожностью.

Очищение пищеварительной системы

Для того чтобы добиться максимального эффекта при очищении организма при помощи чайного настоя, рекомендуется готовить напиток на основе смеси чая и лекарственных трав.

Стандартный способ приготовления такого напитка описан ниже, в главе, посвященной получению чайного настоя в домашних условиях. В некоторых случаях напиток приготавливается другим способом – указание на это обязательно содержится в рецепте.

Обратите внимание на то, что в течение одного дня вам может быть рекомендован прием нескольких разных типов чайного настоя. Это обусловлено тем, что в разное время суток организм человека по-разному усваивает разнообразные целебные вещества. Для того чтобы сделать их усвоение и воздействие на органы и системы наиболее полным, и была разработана такая схема приема лечебного и очищающего грибного напитка.

Заранее позаботьтесь о том, чтобы у вас было достаточное количество чайных грибов и емкостей для приготовления этих напитков.

Очищение ротовой полости

Зашлакованность организма часто сказывается на состоянии слизистых оболочек всех органов человека, поэтому процесс очищения пищеварительного тракта должен начинаться с нормализации состояния слизистой ротовой полости.

Ежедневно утром после чистки зубов, после каждого приема пищи и перед сном в течение 3–5 минут полощите рот напитком, приготовленным на основе целебных трав.

В первую неделю готовьте чайный настой, используя лекарственные растения:

траву душицы – 1 часть
листья шалфея – 2 части
листья березы – 1 часть
плоды шиповника – 3 части

Растения измельчите, перемешайте. Возьмите 10 ч. л. сбора и 2 ч. л. зеленого или черного чая, залейте 1 л кипятка, дайте постоять в течение 30–40 минут, процедите. Добавьте и тщательно растворите сахар. Опустите в жидкость чайный гриб. Настаивайте в течение 3 дней.

Во вторую неделю готовьте настой с растениями:

кора дуба – 2 части
кора ивы – 3 части
цветки липы – 2 части
цветки ромашки – 3 части

В течение третьей недели полощите рот настоем, приготовленным на основе растений:

листья грецкого ореха – 1 часть
цветки календулы – 1 часть
травы тимьяна – 1 часть
листья шалфея – 1 часть

Курс очищения слизистой ротовой полости проводится параллельно с курсом очищения желудочно-кишечного тракта.

Очищение желудка и кишечника

Зашлакованность организма всегда сопровождается нарушением нормальной работы кишечника, поэтому первая неделя курса полного очищения будет посвящена налаживанию нормальной перистальтики.

Даже если вы не наблюдаете у себя выраженной склонности к запорам, процесс выведения из вашего организма балластных веществ уже нарушен.

Стимулировать перистальтику кишечника вам поможет чайный настой, приготовленный с использованием целебных растений.

В течение первой недели курса два раза в день за 20 минут до еды принимайте 250 мл напитка, на основе смеси чая и трав и настоянного в течение 5 дней.

Утренний прием

травя тысячелистника – 1 часть

травя полыни – 2 части

корень одуванчика – 1 часть

Вечерний прием

травя полыни – 1 часть

плоды тмина – 1 часть

листья вахты – 1 часть

корни аира – 1 часть

Очищение желудочно-кишечного тракта при склонности к запорам

Если у вас наблюдаются выраженные проблемы с опорожнением кишечника, в течение первой недели очистительного курса принимайте настои, оказывающие более интенсивное воздействие на перистальтику.

Утренний прием

семена льна – 2 части

листья кассии (сенны) – 3 части

плоды аниса – 2 части

корни солодки – 1 часть

Вечерний прием

травя донника – 1 часть

листья крапивы – 1 часть

плоды кориандра – 1 часть

кора крушины – 6 частей

Очищение желудочно-кишечного тракта при геморрое

Расширения вен в области заднего прохода является одним из самых частых последствий запоров. Если вы страдаете от этого заболевания, в течение первой недели принимайте в середине дня (за 20 минут до еды) 250 мл чайного настоя, приготовленного с использованием трав:

цветки ромашки – 1 часть

травя тысячелистника – 1 часть

почки тополя черного – часть

цветки календулы – 1 часть

корень девясила – 2 части
трава шалфея – 1 часть
трава пастушьей сумки – 1 часть
трава крапивы – 1 часть
трава мяты – 1 часть

После каждого акта дефекации обмывайте область анального отверстия чайным настоем, приготовленным по этому рецепту.

Два-три раза в день делайте аппликации на 15–20 минут из смоченных в настое кусков марли или ваты. Местное лечение продолжайте в течение всего курса очищения желудочно-кишечного тракта.

В дальнейшем при появлении признаков заболевания в течение 1–2 недель принимайте целебный настой по 150 мл три раза в день за 20 минут до еды и выполняйте местные процедуры.

Очищение желудочно-кишечного тракта при склонности к диарее

Нередко нарушение работы кишечника, вызванное его перегруженностью балластными веществами и постоянной интоксикацией, приводит к развитию противоположной проблемы – диареи. Справиться с этим недомоганием, препятствующим полному очищению организма и полноценному усвоению пищи, поможет прием целебного чайно-травяного настоя, приготовленного с использованием чайного гриба.

Принимайте по 250 мл напитка утром и вечером, до тех пор, пока работа вашего кишечника не придет в норму (но не менее недели). После этого продолжайте очищение организма по схеме второй недели.

Утренний прием (за 10 минут до еды)

плоды черемухи – 3 части
плоды черники – 1 часть
листья шалфея – 6 частей
цветы бессмертника – 1 часть

Вечерний прием (через 1 час после еды)

корень горца змеиного – 1 часть
корень конского щавеля – 1 часть
корень лапчатки – 1 часть

В дальнейшем, в любое время для лечения острой диареи вы можете использовать напиток, приготовленный из смеси чая и травяного сбора:

соплодия ольхи – 2 части
корень кровохлебки – 1 часть
плоды тмина – 1 часть

В течение второй недели курса очищения желудочно-кишечного тракта, помимо приема стимулирующего напитка, утром и вечером в середине дня выпивайте по 200 мл настоя, снижающего газообразование в кишечнике и улучшающего усвоение питательных веществ из пищи, поступающей в организм.

Утренний прием (за 15 минут до еды):

трава полыни – 1 часть
листья вахты – 1 часть
трава золототысячника – 1 часть

Дневной прием (за 20 минут до еды):

листья мяты – 2 части

корни валерианы – 2 части

плоды фенхеля – 1 часть

Вечерний прием (через 2 часа после еды)

трава душицы – 2 части

цветки календулы – 1 часть

листья ежевики – 2 части

Не следует применять настой из душицы женщинам в период менструаций – это может усилить кровотечение и боли.

В течение третьей недели утром принимайте напиток, улучшающий пищеварение и усвоение пищи, днем – регулирующий общее состояние желудочно-кишечного тракта, а вечером – настой, рекомендуемый при имеющемся у вас заболевании желудочно-кишечного тракта. Если же вы не страдаете хроническими заболеваниями пищеварительной системы, принимайте сбор для общего очищения и улучшения работы этих органов.

Общая схема

Утренний прием (за 10–15 минут до еды)

корень валерианы – 1 часть

цветки ромашки – 2 части

плоды фенхеля – 3 части

листья мяты – 2 части

плоды тмина – 2 части

Дневной прием (за 10 минут до еды)

кора крушины – 3 части

корни валерианы – 1 часть

листья крапивы – 3 части

корни аира – 1 часть

листья мяты – 2 части

Вечерний прием (через 1 час после еды)

корень солодки – 3 части

кора крушины – 2 части

трава тысячелистника – 1 часть

плоды аниса – 2 части

семена горчицы – 2 части

Травяной сбор, применяемый при гастрите с повышенной кислотностью (через 1–2 часа после приема пищи)

трава зверобоя – 2 части

трава чистотела – 1 часть

цветки ромашки – 2 части

трава тысячелистника – 2 части

В питательную среду для приготовления настоя добавьте вместо сахара мед.

Гастритом называют воспалительные процессы, развивающиеся в слизистой оболочке желудка. Боль в желудке, общая слабость, раздражительность, тошнота – это лишь некоторые симптомы этого заболевания.

При лечении гастрита следует исключить из своего меню алкоголь, острые специи, по возможности – отказаться от курения.

Не начинайте очищение организма с помощью чайного настоя при обострении хронического гастрита, дождитесь периода ремиссии заболевания.

Травяной сбор, применяемый при гастрите с пониженной кислотностью (за 1–2 часа до приема пищи)

цветки ромашки – 1 часть
листья мяты – 2 части
травя сушеницы болотной – 2 части
шишки хмеля – 1 часть
травя спорыша – 1 часть
цветки тысячелистника – 2 части
плоды укропа – 1 часть
плоды тмина – 1 часть
корень валерианы – 1 часть

При гастритах с повышенной кислотностью принимайте напиток только после еды. Перед едой пить чайный настой следует тем людям, у которых кислотность желудочного сока понижена.

Травяной сбор, применяемый при язве желудка и двенадцатиперстной кишки (за 1,5–2 часа до еды)

цветки лаванды – 1 часть
листья Melissa – 1 часть
корень одуванчика – 1 часть
цветки ромашки – 1 часть
травя пастушьей сумки – 2 части
кора крушины – 2 части
травя золототысячника – 2 части

Серьезное поражение слизистой оболочки желудка и двенадцатиперстной кишки приводит к появлению язв. Одним из первых признаков болезни считается боль «под ложечкой», которая регулярно появляется через 1–2 часа после еды, а также часто возникающая изжога. Если вы страдаете от этого заболевания, то вам необходимо тщательно следить за своим питанием: вам противопоказаны продукты, в состав которых входит грубая растительная клетчатка (редис, редька, огурцы, кислые яблоки и сливы, груши, черный хлеб), крепкие бульоны, копченые продукты, соленые и острые блюда. Откажитесь также от кофе, какао и алкоголя. Большую пользу вам принесут творог, молоко, яйца, подсушенный хлеб из пшеничной муки, слизистые супы и каши. Антибактериальные и противовоспалительные свойства настоя чайного гриба в сочетании с лечебными свойствами растений незаменимы при лечении этого заболевания.

Травяной сбор, применяемый при колитах (за 10 минут до еды)

плоды и листья кассии (сенны) – 1 часть

цветки бессмертника – 1 часть
трава ромашки – 1 часть
плоды фенхеля – 1 часть
лист подорожника – 1 часть
трава зверобоя – 1 часть
плоды тмина – 1 часть
соплодия ольхи – 1 часть
корень алтея – 1 часть
трава мяты – 1 часть

Колит – это воспалительное заболевание толстой кишки. Острый колит развивается в том случае, когда ослабленный организм оказывается не в состоянии сопротивляться атакам патогенных микроорганизмов: стрептококков, стафилококков, дизентерийных палочек, сальмонелл. Признаками колита являются рвота, диарея, повышенное газообразование, повышение температуры тела. Нарушение режима питания, употребление большого количества алкоголя и воспалительные заболевания других органов системы пищеварения (поджелудочной железы, желчного пузыря), приводят к развитию хронического колита. Прием настоя чайного гриба рекомендован при колите, при котором не наблюдается появления в кале слизи и крови и отсутствует повышенная температура тела. Содержащиеся в напитке биологически активные вещества помогают организму бороться с болезнетворными микроорганизмами, а также активизируют деятельность кишечника, помогая ему избавляться от непереваренных остатков пищи, подверженных брожению.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.