

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

ШУНГИТ

УНИКАЛЬНОЕ СРЕДСТВО

**против артрита, гастрита,
аллергии, псориаза, диабета...**



Карманный целитель

Юрий Константинов

**Шунгит. Уникальное средство
против артрита, гастрита,
аллергии, псориаза, диабета...**

«Центрполиграф»

2017

УДК 615.32
ББК 42.143

Константинов Ю.

Шунгит. Уникальное средство против артрита, гастрита, аллергии, псориаза, диабета... / Ю. Константинов — «Центрполиграф», 2017 — (Карманный целитель)

ISBN 978-5-227-07171-2

Шунгит – уникальный природный материал. Он необычен по происхождению, структуре входящего в его состав углерода и структуре самих пород. Единственное в мире месторождение находится в России, в Республике Карелия, в пяти километрах от Онежского озера. Перечень заболеваний, для профилактики и лечения которых показан шунгит, огромен: анемия, аллергии различных видов, бронхиальная астма, гастрит, диспепсия, заболевания почек, заболевания печени, диабет, желчнокаменная болезнь, болезни желчного пузыря, ослабленный иммунитет, болезни поджелудочной железы, простудные заболевания, сердечно-сосудистые заболевания, холецистит, синдром хронической усталости... Положительные отзывы о свойствах шунгитовой воды были получены из многих медицинских учреждений страны. Причем воду там употребляли не только внутрь. Оказалось, что шунгитовые ванны и обливание шунгитовой водой благотворно сказываются на состоянии кожи и волос человека! Как отличить настоящий шунгит от подделки и как правильно лечиться этим удивительным подарком природы, расскажет наша книга.

УДК 615.32
ББК 42.143

ISBN 978-5-227-07171-2

© Константинов Ю., 2017

© Центрполиграф, 2017

Содержание

Предисловие	6
Состав шунгита	8
Применение шунгита	9
Лечебные свойства шунгита	11
Формы применения шунгита	12
Народные средства лечения с использованием шунгита	15
Анемия	15
Аллергия	18
Бронхиальная астма	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Юрий Константинов

Шунгит. Уникальное средство против артрита, гастрита, аллергии, псориаза, диабета...

Предисловие

Минерологи всего мира не могут прийти к единому мнению относительно образования камня, но сходятся в одном, что это очень длительный процесс формирования минерала, возраст которого не менее двух миллиардов лет. Этот возраст исчисляется с момента появления и зарождения всего живого на Земле.

Первые сведения о целебных свойствах шунгита зафиксированы в исторических источниках, датируемых XVI веком.

На Северо-Западе России, в карельских далях, издавна местные жители находили черный приметный камень и прозвали его «аспидным». Народная молва передавала из уст в уста сказания о чудесном исцелении этим камнем. Кстати, шунгитом этот камень называли наши современники геологи, поскольку месторождение «аспидного» камня было найдено в районе поселка под названием Шуньга.

История гласит, что прабабка Петра Великого, царица Ксения, была сослана царем Борисом Годуновым в Толвуйский монастырь. Находился этот монастырь на берегах Онеги, в местности, где прославился своими лечебными свойствами целебный источник. Надо сказать, что царица не только не иссохла в монастыре от недугов, но избавилась от старых болезней. В будущем Ксения родила царя Михаила Романова, несмотря на то, что ее первые несколько беременностей заканчивались выкидышами. А толвуйский родник, пробивающийся сквозь черные толщи «аспидного камня» стал с тех пор именоваться как «Царевен источник».

Позднее большую славу получили аналогичные шунгитовые Марциальные воды санатория, основанного Петром I. Почти пятьсот лет карелы лечили свои болячки при помощи воды из чудесных источников и лечебных грязей. Терапевтическое свойство этих вод сказывалось даже при похмелье.

Царь Петр, видимо вспомнив семейное предание о царице Ксении, целебном роднике и «аспидном» камне, в 1713 году повелел искать целительные источники не на Онеге, а ближе к новой столице, Петербургу.

Через год, подходящие источники были найдены и опробованы на рабочих людях и больных солдатах. Место выхода шунгитовых минеральных вод на поверхность находилось у болота Равдасуо, вблизи Олонецких заводов.

Чтобы научно удостовериться в целебных свойствах найденных источников, царь Петр направил на Олонецкие заводы личного врача Блюментроста и хирурга Равелина. По тем временам это были просвещенные медики и достаточно профессиональные, и государь им доверял. Ученые медики должны были подтвердить полезность воды из вновь открытых источников и оценить возможность строительства на том месте санатория, не уступавшего по своим лечебным свойствам лучшим прославленным европейским курортам на минеральных водах.

Вскоре после доклада личного лекаря Блюментроста государь приказал приступить к устройству первого российского курорта на отечественных минеральных водах. Назвал его

царь «Марциальными водами». Такое имя курорт получил в честь Марса, бога войны. Считается, что это произошло в ознаменование побед императора российского на Балтийском море, а также потому, что солдатские раны легче заживали после шунгитовых вод и примочек. В 1719 году санаторий «Марциальные воды» указом государя был основан.

У Петра I, внешне могучего, но страдающего тяжелыми заболеваниями, появилась надежда на исцеление, возможность поправить свое здоровье. На шунгитовые минеральные воды возлагались большие надежды. И действительно, сегодня медицина признает, что если бы не шунгитовая вода, которая поставлялась царю к столу в Петербург, он мог бы и не дожить до своих лет. Употребление целительной воды облегчало Петру приступы эпилепсии, давало передышки в мочекаменной болезни вплоть до его кончины в 1725 году.

После смерти государя курорт был заброшен на многие годы, но местное население, и ранее пользовавшееся целебной силой, по-прежнему посещало источники. Говорят, даже солдаты Петра I носили «аспидный камень» в солдатских ранцах на полях сражений.

В России существуют единственные в своем роде залежи шунгитовых пород, которые находятся в республике Карелии в пяти километрах от Онежского озера.

В настоящее время в окрестностях села Толвуй ведутся разработки единственного в мире Зажогинского промышленного месторождения шунгита. Это из него получают различные шунгитовые продукты, начиная от чудодейственных пирамидок из шунгита до крошки из шунгита для наполнения фильтров и производства минеральной шунгитовой воды.

Состав шунгита

Камень шунгит занимает промежуточное положение между древним углем антрацитом и минералами. Получается, что он как кристаллическая структура несет в себе много информации, в том числе лечебной. Кристаллы и минералы – это прекрасные проводники информации и использовались очень широко всеми высокоразвитыми цивилизациями нашей планеты.

Шунгит имеет органическое происхождение. Туда входят остатки планктона, живых организмов, различных органических веществ, частиц почвы и минеральных веществ. Это то, что делает почву плодородной и насыщенной необходимыми веществами для роста растений. По виду шунгит бывает коричневого, серого и черного цветов.

Шунгит – уникальный природный материал. Он необычен по происхождению, структуре входящего в его состав углерода и структуре самих пород.

Шунгитовый углерод – это окаменевшая древнейшая нефть, или аморфный, некристаллизирующийся, фуллереноподобный (т. е. содержащий определённые регулярные структуры) углерод. Его содержание в породе около 30 %, а 70 % составляют силикатные минералы – кварц, слюды.

Шунгит содержит:

- оксиды железа, калия, кремния, алюминия, марганца, натрия, фосфора, магния, кремния, натрия, титана;
- барий, кобальт, ванадий; стронций, цинк, хром.

Применение шунгита

Не сразу открывал свои тайны современникам чудесный камень. Выяснилось, местные жители использовали его как черную краску. «Чернядь» была дешева и устойчива в типографском деле и на литейном производстве. Хорош камей в качестве облицовки – до сих пор украшает Исаакиевский и Казанский соборы в Петербурге, а также некоторые здания Петрозаводска.

С учетом высокой теплопроводности шунгита и устойчивости к воздействию щелочей, кислот его начали применять как металлургическое топливо. Использовать в качестве флюса и углеродистого восстановителя в ферросплавных электропечах. Выяснилось, что существует высококремнистая разновидность шунгита – лиддит. Этот минерал сразу был востребован ювелирами, он заменил импорт турецкого пробирного камня. Плюс к этому, карельский лиддит, по мнению геологов, превосходит по своим эстетическим качествам излюбленный восточный камень агат.

Уникальные «способности» камень получил благодаря знаменитым на весь мир фуллеренам. Эти молекулярные соединения, принадлежат классу аллотропных форм углерода. В их числе алмаз, карбин и графит. Из-за своего происхождения и кристаллического строения напоминают живую материю. Считается, что они проявляют активность во взаимодействии с клетками организма, способствуют их восстановлению.

Лабораторное синтезирование фуллеренов – слишком дорогое удовольствие.

Оказывается, Россия обладает бесценным кладом, ведь Карелия – богатейший источник шунгита. Фуллерены и есть тот секрет, благодаря которому шунгитовая вода обладает замечательными свойствами.

При взаимодействии с водой, шунгит передает ей целебные комплексы фуллеренов. В этом и заключается эффект марциальных вод. При длительном водолечении уходят многие опасные для жизни заболевания, приостанавливается выпадение волос, исчезают косметические дефекты. Этот минерал как будто направлен на то, чтобы сделать нас здоровыми.

Фильтры для индивидуального пользования начали производить совсем недавно, но уже получили большую популярность у покупателей. Они эффективно очищают воду от радикалов и диоксидов, обеззараживают и насыщают микро- и макроэлементами. Шунгит отдает воде все свои уникальные свойства.

Шунгит применяют в качестве наполнителя в лечебных одеялах, ковриках и подушках. Добавляют в пояса и шапки, считается, что благодаря таким уборам проходит головная боль и опоясывающие боли.

В литотерапии шунгит используют в виде пластин, которые прикладывают к больному месту, а также делают массаж с помощью шунгитовых шариков.

Внимание! Научитесь отличать настоящий шунгит от подделки!

Уникальные свойства шунгита известны достаточно давно. Не секрет, что недобросовестные предприниматели зачастую выдают за шунгит совершенно другие каменные породы, похожие по цвету и структуре на шунгит. Последнее время у недобросовестных производителей участились случаи продажи под маркой "Шунгит" шунгизита – материала, внешне схожего, а по свойствам ничем не похожего на шунгит. Шунгизит – искусственный пористый материал, получаемый при обжиге шунгитсодержащих пород. Шунгизит используется в качестве заполнителя для лёгких бетонов (шунгизитобетон) и в качестве теплоизоляционной засыпки.

Шунгиты Турастамозерского месторождения по качеству сырья наиболее перспективны для производства шунгизита.

Цена на него намного ниже, но содержание всех компонентов, в том числе углерода (в структуре фуллеренов) в шунгизите в несколько раз меньше (меньше 10 %), чем в шунгите (от 26 % и выше).

Отличить подделку от оригинала на первый взгляд сложно даже специалисту. Существует один простой, но самый надёжный способ отличить настоящий шунгит. Настоящий шунгит можно отличить от подделки, а также от шунгитового сланца благодаря наличию свойства электропроводимости. Электропроводимость – крайне редкое явление в каменных породах. В обычных условиях достаточно иметь обычную батарейку, лампочку от карманного фонаря и два провода. Соедините последовательно лампочку и батарейку, прикоснитесь двумя проводками к любому изделию из шунгита – лампочка загорится. Если нет – то вы приобрели подделку.

Учёные объясняют уникальные свойства шунгита его необычной структурой. Шунгитовый углерод образует в породе матрицу, в которой равномерно распределены дисперсные силикаты со средним размером около 1 мкм. Свойства шунгитовой породы определяются двумя факторами: во-первых, свойствами шунгитового углерода, во-вторых, структурой породы, взаимоотношениями углерода и силикатов.

Лечебные свойства шунгита

Полезные и лечебные свойства шунгита широко известны. Это прекрасный "адсорбент". Слово адсорбент означает высокую способность вбирать в себя вредные и токсичные вещества. И потому шунгит обладает высокими очищающими и лечебными свойствами.

Перечень заболеваний, для профилактики и лечения которых показана шунгитовая вода:

- анемия,
- аллергии различных видов,
- бронхиальная астма,
- гастрит,
- диспепсия,
- заболевания почек,
- заболевания печени,
- диабет,
- желчнокаменная болезнь,
- болезни желчного пузыря,
- ослабленный иммунитет,
- болезни поджелудочной железы,
- простудные заболевания,
- сердечно-сосудистые заболевания,
- холецистит,
- синдром хронической усталости.

Вода, настоянная на шунгите, становится не просто чистой питьевой водой, но и молекулярно-коллоидным раствором гидратированных фуллеренов, которые относятся к новому поколению лекарственных и профилактических средств с многоплановым действием на организм. 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 и через некоторое время у малышей, страдающих бронхиальной астмой, пищевой аллергией, гастритами и энтероколитами, было отмечено улучшение. Впоследствии в санатории достигли стопроцентной излечиваемости астмы у детей, которые для ингаляций использовали шунгитовую воду высокой концентрации. Вода из-под шунгитовых фильтров предупреждает инфекционные заболевания и гепатиты. В детском санатории с тех пор, как там стали использовать шунгитовые фильтры, не было зарегистрировано ни одного случая подобных инфекций.

Положительные отзывы о свойствах шунгитовой воды были получены из многих медицинских учреждений страны. Причем, воду там употребляли не только внутрь. Оказалось, что шунгитовые ванны и обливание шунгитовой водой благотворно сказываются на состоянии кожи и волос человека. Следует отметить, что воду из-под фильтров во всех случаях ее применения для питья, приготовления пищи и отваров кипятили. Отсюда можно сделать вывод, что основные целебные свойства шунгитовой воды после кипячения сохраняются. Хотя не кипяченая вода вкуснее и приятнее на вкус.

Противопоказания! Несмотря на такие полезные свойства, шунгитовая вода всё же имеет некоторые противопоказания. Приём лечебной воды стимулирует в организме все процессы, из-за чего не рекомендуется пить воду людям с различными новообразованиями, если есть склонность к тромбозам, а также при обострении хронических и сердечно-сосудистых заболеваний.

Формы применения шунгита

Шунгитовые мази

Хотя в продаже и имеются различные кремы и мази, но можно приготовить шунгитовую мазь самому и в домашних условиях. Для этого нужен шунгитовый порошок, надо разбавить его в теплой шунгитовой воде и перемешивать, чтобы образовалась сметанообразная масса.

Применение. Сразу эту мазь тонким слоем наносим на больную или пораженную часть тела, пока она теплая. Сверху мазь нужно обернуть полиэтиленом и укутать теплой тканью. От получаса до 2 часов оставляем данную повязку. Затем необходимо смыть мазь теплой водой.

Шунгитовые мази применяются в комплексном и самостоятельном лечении заболеваний суставов, радикулита, артритов, артрозов, остеохондрозов, и при отложениях солей. А также при болезнях кожи, болевых симптомах и воспалениях.

Шунгитовая вода

Приготовление. Для приготовления шунгитовой воды можно использовать практически любую посуду, но предпочтительнее все-таки стеклянную. Уже через час вода очищается от бактерий и её можно пить. Но если нужно получить целебную воду, то придётся подождать ещё 3 дня. В зависимости от объёма тары, нужно взять камни или щебень шунгита из расчёта 100 г на 1 л, хорошо промыть проточной водой и залить водой комнатной температуры. Крышкой закрывать не нужно.

Затем ее нужно аккуратно (без взбалтывания) слить в расходную емкость для использования, оставляя на дне слой воды объемом 0,5 л. Вода в этом слое содержит загрязняющие примеси, поэтому ее следует профильтровать через несколько слоев марли и также использовать.

Камни залить новой водой. Через некоторое время щебень шунгита теряет свои свойства, но его можно регенерировать. Для этого нужно залить его одним литром воды, подогретым до 60 градусов, в котором предварительно необходимо растворить 1 ст. ложку лимонной кислоты. Оставить щебень на 6 часов, а затем очень тщательно промыть под проточной водой. Но слишком большое количество раз регенерации проводить не рекомендуется.

Хранение шунгитовой воды. Уже готовую шунгитовую воду желательно использовать в течение 3 дней и хранить ее в прохладном месте. В холодильник можно не ставить, она и так долго не портится.

Шунгит обладает способностью устранять почти все органические соединения, в том числе пестициды и соли тяжелых металлов. В одном проведенном эксперименте вода была заражена стрептококками. Через полчаса после нахождения шунгита в воде содержание стрептококков было значительно снижено.

При нахождении в воде фуллерены шунгита притягивают и нейтрализуют загрязняющие вещества, находящиеся в воде. Одна из причин, почему шунгит обладает такой способностью объясняют тем, что фуллерены могут содержать огромное количество водорода.

Благодаря широкому спектру лечебного действия и высокой эффективности применения шунгитовая вода, шунгитовые ванны и компрессы, массаж шунгитовым камнем, раз-

личные пасты и мази на основе шунгита уже на протяжении многих лет находят успешное применение в профилактике и в составе комплексного лечения различных заболеваний.

При анемии шунгитовая вода способствует скорейшему восстановлению нормального уровня гемоглобина, содержащиеся в ней фуллерены шунгита оказывают защитное действие на красные кровяные тельца и улучшают процесс кроветворения.

При заболеваниях органов пищеварительной системы шунгитовая вода способствует устранению изжоги, метеоризма, нормализации стула и весьма эффективна в составе комплексного лечения гастритов, колитов, энтеритов, болезней желчного пузыря, печени и поджелудочной железы (в т. ч. холецистита, панкреатита и желчнокаменной болезни).

Шунгитовая вода применяется при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (артериальная гипертензия, атеросклероз, стенокардия, вегетососудистая дистония, варикозное расширение вен, диабетическая ангиопатия).

При воспалительных и аллергических кожных заболеваниях (аллергические дерматиты, нейродермит, псориаз, экзема, грибковые заболевания кожи, фурункулы, герпес), а также лечении травматических повреждений кожи (ожоги, порезы, ссадины, пролежни, мозоли). Для лечения дерматологических заболеваний и скорейшего заживления повреждений кожи наиболее эффективно сочетание внутреннего употребления шунгитовой воды с ее наружным применением (шунгитовые ванны и компрессы).

При заболеваниях суставов и позвоночника (остеохондроз, радикулит, артрит, артроз и др.). При лечении этих видов заболеваний рекомендуется сочетание ежедневного употребления в пищу настоянной на шунгите воды, с регулярным применением шунгитовых ванн, компрессов и специального шунгитного массажа стоп.

При комплексном лечении улучшается микроциркуляция крови и питание тканей в области больного сустава, значительно снижаются болевые ощущения, увеличивается подвижность суставов.

Хорошо пить шунгитовую воду при заболеваниях органов дыхания, полости рта и горла.

При таких заболеваниях, как пародонтоз, пародонтит, стоматит, ангина, тонзиллит наиболее полезны полоскания слегка подогретой шунгитовой водой, при насморке же рекомендуется регулярно закапывать такую воду в нос.

Ингаляции на основе шунгита (вдыхание в течение нескольких минут паров подогретой до 90–92 градусов шунгитовой воды) особенно эффективны при заболеваниях нижних дыхательных путей (заболевания гортани и трахеи, бронхит, воспаления легких и др.).

Кроме того, употребление в пищу настоянной на шунгите воды в сочетании с регулярным применением шунгитовых ванн принесет ощутимую пользу людям, страдающим сахарным диабетом, бронхиальной астмой, заболеваниями половой сферы, заболеваниями почек и мочевого пузыря.

Комплексное лечение шунгитом поможет купировать похмельный синдром, восстановить иммунитет, улучшить психоэмоциональное состояние, повысить энергетический потенциал и тонус всего организма.

Шунгитовую воду применяют в домашней косметологии. В результате ежедневного наружного применения такой воды (в виде ежедневных умываний, ополаскиваний, обливаний, ванн) заметно повышается эластичность и упругость кожи, значительно сокращается количество мелких морщин.

Регулярное гигиеническое применение шунгитовой воды (умывания 2 раза в день) также способствует исчезновению угревой сыпи и устранению воспаления, покраснения, шелушения или аллергического раздражения кожи.

Вода, настоянная на шунгите, способствует улучшению состояния волос и кожи головы. Регулярные ополаскивания волос шунгитовой водой помогают избавиться от пер-

хоти, зуда и раздражения, характерных для такого заболевания, как себорея, а также способствуют укреплению корней волос и придают волосам здоровый блеск.

Шунгитовая вода обладает:

- антиоксидантными свойствами;
- антигистаминными свойствами;
- иммуностимулирующими свойствами;
- обеззараживающими свойствами.

При употреблении шунгитовой воды можно вылечить или предотвратить заболевания пищеварительного тракта, нервной системы, сердца. Она улучшает кровообращение и повышает иммунитет.

Шунгитовую воду полезно употреблять при: заболеваниях кожи, таких, как акне; анемии; астме; сердечно-сосудистых заболеваниях; диабете; простуде; расстройствах пищеварения; заболеваниях желудка; проблемах с печенью и желчным пузырем; при хронической усталости; аллергии.

Поможет шунгитовая вода при лечении ожогов, порезов, ран, при укусах насекомых.

Ее можно пить при заболеваниях опорно-двигательного аппарата: артрите, остеоартрите, варикозном расширении вен.

Полоскание шунгитовой водой полости рта поможет при ангине, стоматите.

Употребление и умывание шунгитовой водой поможет омолодить кожу. Использование воды для мытья головы поможет укрепить волосы, уменьшить перхоть и предотвратить преждевременное выпадение волос.

Шунгит можно использовать для очистки питьевой воды из городского водопровода, в колодцах, бассейне.

Существует два вида шунгита с разным содержанием углерода. Так называемый «черный шунгит» содержит от 30 до 50 % углерода. Он имеет тусклый вид и очень похож на уголь.

Есть камень с содержанием углерода от 80 %. Такой шунгит называется элитный или благородный. В нем больше фуллеренов. Этот вид камня хрупок и не поддается обработке. Он блестящий и внешне похож на камень галенит. Такого шунгита всего 1 %.

Оба эти вида камня можно использовать для очистки воды. Но шунгит с более высоким содержанием углерода просто будет быстрее очищать воду.

Для очистки воды можно купить изделие из шунгита сферической формы, в виде пирамидки или конической формы. Но лучше выбрать обычные камни, не подвергшиеся обработке. Шунгит неправильной формы имеет более сильное влияние на физическое тело при нахождении в воде. Он мягко очищает и омолаживает организм на клеточном уровне.

Сферические формы шунгита чистят и гармонизируют энергетическое тело (духовное, умственное, эмоциональное).

Элитный шунгит, т. е. с более высоким содержанием углерода, оказывает очень сильное влияние на потенцию.

Народные средства лечения с использованием шунгита

Анемия

Это заболевание характеризуется снижением количества гемоглобина в крови. Гемоглобин содержится в эритроцитах (красных кровяных тельцах).

Причины анемии разнообразны. Она может возникнуть в результате острых или хронических кровопотерь, из-за недостаточной функции костного мозга – основного кроветворного органа. Анемии развиваются при некоторых заболеваниях (инфекционных, глистных).

Анемии, связанные с дефицитом железа, наиболее распространенные из видов анемий. Эта анемия характеризуется дефицитом железа в сыворотке крови, костном мозге. Это заболевание чаще встречается у женщин, особенно рожавших. Железо играет важную роль в жизнедеятельности организма. Оно необходимо для построения содержащегося в эритроцитах гемоглобина. При недостатке железа нарушается и функция пищеварительных желез, нервной системы, мышечного аппарата. Железодефицитные анемии чаще всего являются следствием кровопотерь. Причиной могут быть небольшие, но длительные кровопотери при геморрое, язвенной болезни желудка или двенадцатиперстной кишки, у женщин, страдающих длительными и обильными менструальными кровотечениями (причиной этому может оказаться спираль).

При малокровии рекомендуется есть мясо, печеньку, больше пить молока (но не залпом, а глотками), сливок, есть орехи, виноград, землянику, кизил, малину, бананы, чеснок.

Народные рецепты, включающие в свой состав шунгитовую воду, хорошо способствуют устранению железодефицитной анемии.

- ♦ Необходимо приготовить следующих отвар: залить 5 ст. ложек сухих клубней топинамбура 1 л шунгитовой воды и кипятить на малом огне в течение 15 минут. После того как отвар остынет, необходимо его процедить и употреблять по 75 мл (1/3 стандартного стакана) 3 раза в день во время еды. Также в это время желательно увеличить прием мясных продуктов. Хранить приготовленный отвар в холодильнике не более 10 дней, употреблять вплоть до нормализации уровня гемоглобина в крови.

- ♦ Размешать 1 ст. ложку меда в 1 стакане шунгитовой воды. Пить по 1 стакану 2 раза в день, утром – натощак, вечером – на ночь перед сном.

- ♦ Смесь в соотношении 1:1 сока из яблок и шунгитовой воды – эффективное средство при анемии (особенно железодефицитной); может также применяться при неблагоприятном воздействии радиации на организм.

- ♦ Очень полезна при лечении и профилактике анемии смесь шунгитовой воды и отстоянного 3–4 часа в холодильнике сока красной свеклы (соотношение 1:1). В этом напитке содержится огромное количество витаминов, макро- и микроэлементов. Благодаря высокому содержанию железа смесь соков полезна для образования красных кровяных телец. Напиток также повышает общую сопротивляемость организма. Он особенно полезен детям и подросткам, которым другие средства от анемии помогают слабо.

- ♦ Смесь в соотношении 1:1 шунгитовой воды и свежеприготовленного сока шпината – еще один ценный источник железа. Благодаря его употреблению усиливается формирование гемоглобина и красных кровяных телец. Смесь указанных соков очень полезна для процесса кроветворения.

♦ Взять соцветия (с верхушечными листьями) клевера лугового (красного). 20 г сырья настоять в течение 1 часа в 2 стаканах горячей шунгитовой воды, отфильтровать, добавить по вкусу мед и пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день за час до еды.

♦ Пыльца цветков, собранная пчелами, оказывает хороший лечебный эффект при злокачественной анемии, воспалительных процессах в головном мозге. Взять 200 г меда, 50 г пыльцы и 1 л шунгитовой воды. Мед растворить в шунгитовой воде и, непрерывно размешивая, понемногу ввести в эту смесь пыльцу. Оставить на несколько дней в темном месте при комнатной температуре до появления ферментации. Смесь имеет приятный вкус и аромат. Употреблять ее в пищу по 0,5–1 стакану 3–4 раза в день до еды. Перед употреблением ее необходимо каждый раз хорошо размешивать. Этого количества достаточно на 6 дней лечения.

♦ Для восстановления сил при анемии и простудах рекомендуют пить такой настой из цветков топинамбура: 1 ст. ложку измельченных цветков залить 3 стаканами кипящей шунгитовой воды, настоять, укутав, 8–10 часов, процедить. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день за 15 минут до еды.

♦ Вербеновый чай. Для его приготовления необходимо прокипятить 1 ст. ложку вербены в 500 мл шунгитовой воды в течение 15 минут, после чего процедить и подсластить немного медом. Пейте этот чай по 1 стакану 3 раза в день.

♦ Чай из крапивы. 1 ч. ложку листьев крапивы залейте 1 стаканом горячей шунгитовой воды, накройте и настаивайте в течение 5 минут, после процедите. Чай принимайте по 3 стакана в день. Крапива имеет высокое содержание железа, кроме того, она содержит много витаминов (особенно А и С), повышающих степень усвоения железа организмом, а также минеральные вещества, такие как кремневая кислота, которые укрепляют организм.

Молодую зелень крапивы также можно использовать в пищу в качестве добавки к шпинату или витаминному овощному и травяному салату.

♦ При малокровии заварить 2 ч. ложки плодов рябины обыкновенной в 0,4 л кипящей шунгитовой воды, настоять в течение часа. Готовый настой подсластить и выпить в течение дня за 3–4 приема.

♦ Отвар из плодов рябины и шиповника при анемии. Смешайте 2 ст. ложки плодов рябины и 2 ст. ложки плодов шиповника, залейте смесь 400 мл горячей шунгитовой воды и кипятите на малом огне в течение 10–15 минут, после чего слейте в термос и настаивайте в течение 12 часов. Пейте по 100 мл 3 раза в день.

♦ Сухофрукты и шиповник помогут при анемии. Изюм, курагу, чернослив, инжир и шиповник смешайте, положите в посуду и залейте холодной шунгитовой водой так, чтобы ягоды чуть-чуть скрылись под водой. Утром фрукты пропустите через мясорубку. Принимайте полученную массу по 1 ст. ложке 4 раза в день.

♦ Столовую ложку сухих измельченных плодов айвы заварить в стакане кипящей шунгитовой воды, настоять 20 минут, затем 10 минут кипятить на слабом огне и вновь дать настояться в течение 30 минут. Настой процедить и принимать перед едой 3 раза в день по столовой ложке.

♦ Измельчить корни одуванчика и залить их небольшим количеством шунгитовой воды так, чтобы вода только покрывала сырье. Посуду с корнями накрыть крышкой и поставить на огонь, кипятить в течение 10–15 минут, затем процедить. Немного подогреть 1/3 л сухого красного вина и влить в него горячий отвар корней одуванчика и 2 ч. ложки натурального фруктового сиропа (желательно смородинового или вишневого). Перелить все в бутылку и плотно закупорить, поставить в темное место на 24 часа настояться. Пить по 2 ст. ложки 3 раза в день (на ночь не пить). Настой можно пить как до, так и после еды. Хранить в темном прохладном месте. Курс лечения 2 недели.

♦ Измельчить и смешать по столовой ложке – листьев крапивы двудомной и листьев березы. Залить всю смесь 300 мл кипящей шунгитовой воды, настоять в термосе в течение часа. Пока настой отстаивается, отжать из свеклы сок (1/3 стакана). Настой процедить и смешать со свежим свекольным соком. Напиток разделить на 3–4 равные порции и выпить в течение дня. Пить желательно за 20–30 минут до еды в течение 2-х месяцев.

Аллергия

Это повышенная чувствительность организма к воздействию некоторых факторов окружающей среды – химических веществ, микробов, пищевых продуктов и др., которые называются аллергенами. Аллергические заболевания (бронхиальная астма, поллинозы, крапивница, аллергический насморк, дерматиты, лекарственная и пищевая аллергии) широко распространены во всем мире и продолжают расти. Причиной этого, в первую очередь, считают широкое применение антибиотиков и других лекарственных препаратов. Аллергенами могут быть различные соединения – от простых (бром, йод) до самых сложных (белки, полисахариды), сочетания тех и других. Одни из них попадают в организм извне (экзогенные), другие образуются в самом организме (эндогенные). Экзогенные аллергены могут быть неинфекционного происхождения (бытовая пыль, шерсть животных, лекарственные препараты, пыльца растений, животные и растительные пищевые продукты) и инфекционного (бактерии, вирусы, грибки и продукты их жизнедеятельности). Попадая в организм различными путями, экзогенные аллергены могут вызывать поражение различных органов и систем.

Лечение аллергии следует начинать с выявления вызвавшего ее вещества. Для профилактики аллергии необходимо укреплять иммунную систему, придерживаясь диеты, богатой витаминами С и В, а также флавоноидами. Народная медицина рекомендует использовать при той или иной аллергии следующие средства.

- ◆ При аллергической реакции на пыль, запах (бытовая аллергия) проветривать помещение. Принимать теплые ванны два раза в день по полчаса. Каждый раз после ванны обтираться водкой, водой с уксусом.

- ◆ При любой аллергии попробовать принимать мумие (1 г мумие развести в литре теплой шунгитовой воды). Принимать раствор мумие взрослому по полстакана один раз в день. Детям до 3 лет – по 50 мл один раз в день, детям 4–8 лет – по 70 мл один раз в день. Курс лечения – до 20 дней.

- ◆ При любой аллергии пить постоянно (в течение месяцев и лет) настой череды трехраздельной. Приготовление: 1 ч. ложку сухого сырья залить стаканом крутого кипятка шунгитовой воды и настоять 20–30 минут, процедить. Пить как чай – по стакану 1–2 раза в день.

- ◆ При аллергической реакции на пыльцу растений каждый раз, приходя домой с улицы, полоскать горло (и желательнее промывать полость носа и носоглотки) теплой шунгитовой водой. Эффективность процедуры увеличится, если в воду для полосканий (промываний) добавлять немного настоя валерианы, пустырника.

Минимум 3 раза в день надо принимать душ. Когда больные начинают принимать эти процедуры, они уже через две недели чувствуют облегчение даже без приема лекарств.

- ◆ При любой аллергии ежедневно пить смеси овощных соков. Например: морковный сок

(3 части), свекольный сок (1 часть), огуречный сок (1 часть); или: морковный сок (2 части), сок шпината (1 часть).

- ◆ При любой аллергии пить ежедневно сок щавеля, разбавленного шунгитовой водой, с добавлением меда (на стакан сока – одну чайную ложку меда).

- ◆ Пить при любой аллергии настой цветков календулы лекарственной. Приготовление: 1 ст. ложку сухого сырья залить стаканом крутого кипятка шунгитовой воды и настаивать под крышкой не менее часа, затем процедить. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день.

- ◆ Принимать настой березовых почек. Приготовление: 1 ч. ложку размятых березовых почек залить стаканом кипятка шунгитовой воды, хорошо укутать и настаивать не менее 2 часов, процедить. Пить по 2 ст. ложки 3–4 раза в день.

♦ Поскольку золотой ус является одним из самых богатых флавоноидами растений, в профилактических целях рекомендуется пить отвар или настой этого растения, особенно при приеме антибиотиков и других лекарств, вызывающих аллергию.

Отвар: измельченные листья растения 2 ст. ложки залить 0,5 л кипятка шунгитовой воды, варить 10 минут, охладить. Настой: 1–2 листа растения залить 1 л холодной шунгитовой воды и настоять сутки, выпить в течение дня. Лечение аллергии проводят с помощью настоя или отвара золотого уса на шунгитовой воде, принимая лекарство по

1 десертной ложке 3 раза в день за 1 час до еды в течение 7 дней. После недельного перерыва курс можно повторить, уменьшив дозировку препарата (1 ч. ложка 2 раза в день).

♦ Один раз в день обмывать тело древесным щёлоком. Приготовление щёлока: горсточку золы залить шунгитовой водой, довести до кипения, дать отстояться и затем слить чистый настой, процедить его.

♦ При аллергическом рините рекомендуется делать ингаляции: в горячую шунгитовую воду добавляют 1 ст. ложку измельченных сухих листьев золотого уса и дышат над паром в течение

2 – 3 минут.

♦ Сок чистотела разбавить 1:1 шунгитовой водой и закапывать в нос по 2 капли смеси 3 раза в день. Закапывать следует в два этапа. Закапывают в одну половину носа 2 капли, через минуту в эту же ноздрю закапывают снова 2 капли. То же самое проделывают со второй ноздрей.

♦ При воспалении слизистой оболочки носа хорошо промывать его шунгитовой водой или протирают ватным тампоном, смоченным в шунгитовой воде.

♦ При аллергическом рините рекомендуется полоскать нос шунгитовой водой, в которую добавить 1 ч. ложку соли и 5–7 капель йода. Хорошо размешать.

♦ Принимают экстракт череды внутрь по 20 капель, разбавленных шунгитовой водой, 3 раза в день до еды в течение 12–15 дней. При аллергии, а также при эозинофилии и для стимуляции надпочечников.

Бронхиальная астма

Бронхит – это заболевание с поражением стенок бронхов (воспаление слизистой оболочки бронхов). Бронхит бывает острый и хронический. Сопровождается кашлем с мокротой, повышением температуры тела, одышкой. Причинами бронхита являются инфекции, загрязненность окружающей среды, курение, охлаждение. Существенное значение в возникновении бронхита имеет охлаждение организма, влияние резких колебаний температуры, длительное пребывание под холодным дождем в ветреную погоду, в связи с чем высокая заболеваемость наблюдается весной и осенью. Возникновению бронхита способствуют курение, прием алкоголя, ослабление организма после перенесенного заболевания, другие хронические болезни. В некоторых случаях бронхит может развиваться на фоне аллергии, например, на пыль, пыльцу растений, химические вещества. При остром бронхите необходимо соблюдать постельный режим.

Бронхиальная астма – заболевание, при котором прилегающие к легким дыхательные пути, сужаются, при этом изменяется их чувствительность. Это следствие того, что бронхи воспаляются и отекают. В них скапливается густая мокрота. В результате нормальное дыхание человека нарушается. Так как признаки воспаления в бронхиальных трубках сохраняются длительное время, то болезнь является хронической с периодическим повторением приступов.

Обычно развивается заболевание еще в детском возрасте. При выполнении всех необходимых правил лечения от бронхиальной астмы возможно избавиться.

♦ Чайную ложку исландского мха положить в чашку крутого кипятка шунгитовой воды и настоять, как обыкновенный чай. Больной должен выпить одну чашку этого настоя вечером перед сном. Надо пить настой столь горячим, как только можно терпеть. Это средство горьковатое, можно добавить мед. Продолжительность лечения зависит от каждого отдельного случая, но обычно требуется для полного выздоровления от одного до трех месяцев.

Описанное средство широко применялось для лечения бронхита, заболеваний легких, простуд в Югославии среди сербских крестьян.

♦ Очень популярно следующее средство лечения бронхита: вскипятить 1 л воды, настоянной на шунгите, и в кипящую воду положить 400 г отрубей, прекратить нагревание и дать остыть, процедить. Пить в течение всего дня достаточно горячим; для улучшения вкуса можно добавить жженный сахар.

♦ При бронхите принимают очищенный березовый деготь по 5 – 10 капель, запивая шунгитовой водой, 3 раза в день.

♦ Превосходный эффект при бронхите дает чай, приготовленный из 40 г цветков гречи посевной на 1 л кипятка шунгитовой воды. Это простое средство облегчает кашель, особенно сухой.

♦ При бронхите, особенно остром, рекомендуется принимать сок свежей травы тысячелистника обыкновенного (2 ст. ложки 4 раза в день), запивать шунгитовой водой, или настойку (30 г травы на 100 мл спирта или стакан водки) по 40–50 капель три раза в день.

♦ Рекомендуется выпивать при бронхите по два свежих яйца натошак, за 30–40 минут до еды.

♦ Листья и стебли малины обыкновенной заливают крутым кипятком шунгитовой воды и дают настояться; принимают на ночь перед сном при лечении бронхита, ларингита. Обладает потогонным и отхаркивающим свойствами.

♦ В России при затяжном кашле, бронхите применялось такое средство: мед (желательно липовый) – 1,3 кг, мелко нарубленные листья алоэ – 1 стакан, оливковое масло – 200 г, березовые почки – 150 г, цветки липы – 50 г.

Сорванные и промытые в кипяченой воде листья алоэ положить на десять дней в холодное темное место. Затем растопить мед и положить измельченные листья алоэ, смесь хорошо пропарить, отдельно в двух стаканах шунгитовой воды заварить березовые почки и цветки липы, прокипятить 1–2 минуты, влить процеженный и отжатый отвар в остывший мед, размешать и разлить в две бутылки, добавив в каждую поровну оливковое масло. Хранить в прохладном месте. Принимать по чайной – столовой ложке 3 раза в день при кашле, перед употреблением взбалтывать.

♦ Длительный кашель и бронхит в Ярославской губернии лечили алоэ: 300 г меда, 0,5 стакана шунгитовой воды и лист мелко нарезанного алоэ варить на очень слабом огне 2 часа, остудить и перемешать. Хранить в прохладном месте. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день. Лекарство часто назначалось детям.

♦ Лист эвкалипта – 30 г. Заварить 2 стаканами кипятка шунгитовой воды в небольшом чайнике, на носик чайника надеть длинную бумажную трубочку. Осторожно вдыхать, чтобы воздух поступал с паром, выдыхать через нос.

♦ Листья мать-и-мачехи – 5 г, цветки коровяка – 5 г, цветки мальвы лесной – 10 г, цветки мака самосейки – 10 г, трава тимьяна (чабрец) – 10 г, плоды аниса – 5 г, корень алтея лекарственного – 10 г, корень солодки – 25 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной шунгитовой воды, через два часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

♦ Корень алтея – 40 г, корень солодки – 15 г, листья мать-и-мачехи – 20 г, цветы коровяка – 10 г, плоды фенхеля (укропа) – 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной шунгитовой воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и выпить теплым в несколько приемов за один день. Используется при трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

♦ Семена пажитника сенного – 10 г, плоды фенхеля – 10 г, цветки бузины – 10 г, липовый цвет – 20 г, трава фиалки трехцветной – 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной шунгитовой воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

♦ Цветки мальвы (просвирника) лесной – 2 г, цветки мака самосейки – 2 г, цветки коровяка – 2 г, плоды аниса – 2 г, корень алтея – 10 г, корень солодки – 30 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной шунгитовой воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

♦ Листья подорожника ланцетовидного – 20 г, цветки первоцвета – 20 г, трава вероники – 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной шунгитовой воды, через два часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов в течение дня. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

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.