



ИРИНА ХИСМАТУЛЛИНА
МАРАТ ХИСМАТУЛЛИН

ПРОДУКТЫ ПЧЕЛОВОДСТВА ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

Программы очищения и коррекции
заболеваний желудочно-кишечного тракта
с использованием продуктов ТЕНТОРИУМ

ИРИНА ХИСМАТУЛЛИНА
МАРАТ ХИСМАТУЛЛИН

**ПРОДУКТЫ ПЧЕЛОВОДСТВА
ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ
ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА**

Программы очищения и коррекции
заболеваний желудочно-кишечного тракта
с использованием продуктов ТЕНТОРИУМ

УДК 615.1/4
ББК 53.52
Х 51

Книга продолжает серию «Апитерапия для всех», посвященную вопросам применения продуктов пчеловодства при лечении и профилактике наиболее распространенных заболеваний. В этом выпуске серии приведены программы очищения и оздоровления желудочно-кишечного тракта, основанные на данных исследований, а также на практических результатах, полученных при применении продуктов ТЕНТОРИУМ в клинической и санаторно-курортной практике и спортивной медицине.

Издание предназначено для широкого круга читателей и будет полезно приверженцам правильного питания и здорового образа жизни.

ПРОДУКТЫ ПЧЕЛОВОДСТВА ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ЖЕЛУДОЧНО- КИШЕЧНОГО ТРАКТА

По мнению врачей и ученых, самой частой причиной возникновения хронических заболеваний в последние годы является неполноценное и несбалансированное питание. Пища – не только средство удовлетворения чувства голода, аппетита и вкусовых потребностей, но и эффективный способ поддержания физического и психического здоровья и снижения риска возникновения многих заболеваний. В первую очередь пища важна для здоровья желудочно-кишечного тракта, потому что именно от его состояния зависит попадание в организм питательных веществ – всего, что необходимо для поддержания сил и ведения полноценной жизни.

Идею использовать продукты питания для лечения болезней впервые озвучил великий врач древности Гиппократ. В наше время ее активно пропагандируют такие известные врачи и ученые, как дважды лауреат Нобелевской премии Лайнус Полинг и директор Института питания РАМН академик А. А. Покровский. Сегодня усилия многих ведущих исследователей, нутрициологов и клиницистов во всем мире направлены на определение пищевого рациона, с помощью которого можно постоянно поддерживать свое здоровье.

ПОЧЕМУ ЛЮДИ БОЛЕЮТ?

Современные диетологи, врачи и специалисты НИИ питания РАМН констатируют: питание современного человека не удовлетворяет его жизненную потребность во многих веществах – витаминах, минералах, микроэлементах и др. По данным исследований, в пище жителей России не хватает многих серьезных витаминов и микроэлементов:

- дефицит витамина С имеется у 70%;
- дефицит α -каротина и витамина А – у 40%;
- дефицит витаминов В-комплекса – у 30%;
- дефицит селена – у 100% населения.

И, что еще более опасно, – зафиксировано нарушение баланса питательных веществ в рационе питания людей, испытывающих серьезные физические нагрузки:

- дефицит углеводов – 45%;
- дефицит полиненасыщенных жирных кислот (Омега-3) – до 80%;
- дефицит витаминов и микроэлементов – до 45%;
- дефицит белка – 10%;
- дефицит клетчатки – до 60%;
- избыток жиров – до 50%.

ПРИЧИНЫ КРИЗИСА ПИТАНИЯ

- Снижение энергетических затрат и питательной ценности продуктов. Продукты, которые мы ежедневно употребляем, содержат недостаточное количество необходимых питательных веществ. Энергетическая и биологическая ценность еды из супермаркетов настолько низка, что для получения всех необходимых питательных веществ человеку нужно ежедневно съедать до 50 кг пищи. Фактически причина многих наших проблем со здоровьем – в «недоедании».
- К сожалению, чаще всего мы в этой ситуации делаем неверный выбор – нерациональное питание, избыточное потребление животных жиров и сладких углеводов, консервированных, рафинированных, подвергнутых технологической обработке и хранению продуктов, лишенных важнейших биологически активных веществ, недостаток животных белков, растительных жиров, овощей и фруктов.
- Как результат – переедание, приводящее к появлению избыточной массы тела и ожирению – у 50% женщин, 30% мужчин и 12% детей, дефицит витаминов и микронутриентов – «трамплин» для развития иммунодефицита, а также возникновение пищевых аллергий.

Мы не едим полезные продукты и налегаем на вредные, такие, которые способны испортить наше здоровье и нас самих изнутри. И первый удар принимает на себя система пищеварения. А после появления проблем в желудочно-кишечном тракте возникают нарушения в других системах и органах – ведь если плохо работает пищеварение, появляется дополнительный дефицит питательных веществ, происходит нарушение обменных процессов, организм становится все более и более уязвим.

РЕКОМЕНДАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ

Для получения веществ, необходимых для здоровья пищеварительной системы организма, нужно изменить свой подход к питанию:

- провести очищение пищеварительного тракта и всего организма от токсинов, попавших в организм в результате неправильного питания;
- использовать качественные функциональные продукты, обогащенные питательными веществами;
- соблюдать питьевой режим – следить за регулярным поступлением в организм чистой воды из расчета 30–40 мл на каждый килограмм веса.

Вес, кг	Суточная потребность в воде, л		
	При низкой физической активности	При умеренной физической активности	При высокой физической активности
50	1,55	2,00	2,30
60	1,85	2,30	2,65
70	2,20	2,55	3,00
80	2,50	2,95	3,30
90	2,80	3,30	3,60
100	3,10	3,60	3,90

Пчелопродукты подходят для этого более, чем все остальные натуральные продукты питания: благодаря заботе пчел о своей семье в них содержится все необходимое для здоровья и активности – растительные углеводы, белки, ферменты и полинасыщенные жирные кислоты. Благодаря сбалансированному составу восстанавливается вся цепочка поступления в организм питательных веществ.

ПРОДУКТЫ ПЧЕЛОВОДСТВА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

ХИТОЗАН ПЧЕЛИНЫХ

В восстановлении и очищении пищеварительной системы на первое место мы ставим хитозан пчелиных. Потому что именно с него необходимо начинать все программы оздоровления желудочно-кишечного тракта.

Хитозан – один из самых удивительных продуктов пчеловодства. Как биологическая клетчатка, он улучшает работу желудочно-кишечного тракта, способствует равномерному продвижению пищи и регулярному опорожнению кишечника.

XXI век и техническая революция помимо плюсов имеют и существенные недостатки. В пищевых продуктах, которые мы сегодня употребляем, катастрофически не хватает полезных компонентов и так же катастрофически много очень вредных веществ – избыток вредного холестерина, радионуклидов, солей тяжелых металлов (свинец, ртуть, кадмий и др.), химические красители. Все это постепенно накапливается и отравляет наш организм. Хитозан не позволяет этим ядам всасываться в кровь и фактически очищает организм от токсинов.

Попадая в пищеварительный тракт, хитозан разбухает и механически вычищает ворсинки тонкого кишечника, восстанавливая процессы всасывания питательных веществ. Это помогает нормализовать функции толстого и тонкого кишечника, восстановить микрофлору и избавиться от вздутия и других нарушений пищеварения. Также хитозан стимулирует иммунитет и обладает способностью заживлять раны и восстанавливать живые ткани.

Но даже это в хитозане не главное, важнейшее его преимущество – в способности улучшать свойства всех веществ, с которыми он взаимодействует. По сути, хитозан одновременно является лекарством и для

нашего организма, и для тех продуктов, с которыми он контактирует. При добавлении в пищу хитозан за счет своей способности связывать и нейтрализовать вредные вещества и усиливать полезные придает продуктам питания особые и даже уникальные свойства – пища становится более правильной и безопасной. Таким образом, хитозан – это первый продукт пчеловодства, с которого следует начинать все программы оздоровления желудочно-кишечного тракта. Благодаря ему происходит очищение и восстановление функций слизистой оболочки пищеварительных путей и подготовка их к воздействию полезных компонентов продуктов пчеловодства.

Хитозан пчелиных применяется в составе детоксикационных продуктов: «Апицампа» с хитозаном (кукурузная, рисовая, гречневая), бальзам «АпиХит» и в виде пищевой добавки «Соль с хитозаном» – в этом продукте хитозан играет роль нейтрализатора вредных эффектов соли и делает ее употребление безопасным для всех систем и органов человеческого тела, в том числе для пищеварительной системы.

ПРОПОЛИС

Прополис – природный антибиотик. При этом его применение не вызывает проблем в работе желудочно-кишечного тракта, как это происходит при использовании химических препаратов. Поэтому дисбактериоз вам не только не грозит, скорее наоборот, если у вас он уже есть, прополис поможет с ним справиться. Причина такого эффекта заключается в том, что действие прополиса на микрофлору избирательно – нейтрализуются только те микробы, которые вызывают нарушения и болезни, а необходимые для нормальной работы организма сохраняются. Исследования показывают, что прополис проявляет активность в отношении почти 100 возбудителей различных заболеваний, и, скорее всего, это число намного больше. Это не только бактерии, но и простейшие микроорганизмы, вирусы и некоторые виды грибов, в том числе *Candida*.

Известно, что в различных регионах мира пчелы собирают прополис с разных растений. Удивительно, но свойства продукта везде примерно одинаковы! Дело в том, что механизм антибактериального действия прополиса не связан с каким-то отдельным его компо-

нентом, секрет его свойств – в комплексе и сочетании веществ. Собирая и соединяя вместе смолы различных растений, пчелы получают мощный защитный продукт, способный защищать их гнездо от максимально возможного количества вредных внешних воздействий. Эфирные масла и растительные флавоноиды – различные, а общие свойства пчелиного прополиса из разных стран и с разных континентов – практически те же самые. Пчелы на генетическом уровне помнят растения, которые являются источниками бактерицидных веществ для прополиса в их местности. Кроме того, состав флавоноидов растений, с которых собирается прополис, обновляется каждый год, в зависимости от погоды и изменений внешней среды. Это, по-видимому, является причиной того, что прополис не вызывает привыкания, а микробы не успевают к нему приспособиться, как к химическим антибиотикам. Прополис заранее адаптирован к новым возбудителям болезней! По сути, выражение «предупрежденный – вооружен» – именно о прополисе.

Ученые связывают антибактериальную активность пчелиного клея с действующими веществами, в южноамериканском прополисе выделен компонент артепиллин С, в европейском и российском прополисе – комплекс коричных кислот. Подавляя патогенную микрофлору в кишечнике, водные экстракты прополиса способствуют развитию нормальной микрофлоры в желудочно-кишечном тракте.

Еще одно ценное качество прополиса – его способность продлевать антибактериальный эффект других лекарственных средств, подавляя развитие штаммов антибиотикоустойчивых инфекций.

Очень эффективен прополис при непосредственном местном воздействии на слизистую желудочно-кишечного тракта. Комплекс веществ прополиса стимулирует восстановление целостности эпителия, ускоряет заживление язв желудка и двенадцатиперстной кишки. Исследования доказали, что водные экстракты прополиса способны практически полностью избавить организм от бактерии *Helicobacter pylori*, которая вызывает большинство заболеваний желудка и двенадцатиперстной кишки, в том числе гастриты, язвы и рак. Благодаря прополису язвы заживают быстрее, без нагноений и образования рубцов, постоянное применение позволяет предотвратить рецидивы болезней.

Попадая в организм, прополис оказывает положительное воздействие на все системы и органы, способствуя активизации иммунитета и процессов восстановления тканей.

Кроме того, прополис действует как анестезирующее средство, снимая болевые ощущения. Эффект, очевидно, связан с действием вяжущих компонентов в составе продукта – терпеновой, феруловой и бензойной кислот. На поверхности слизистой образуется плотная пленка из связующего белка альбумина, которая не только способствует сращиванию тканей, но и препятствует раздражению нервных окончаний, уменьшает кровотечение, отек и снижает болевые ощущения.

Антимикробным действием обладают все продукты с содержанием прополиса. Исследования, проведенные НИИ питания РАН говорят о том, что активность зависит от концентрации, – чем выше процентное содержание, тем более выражен эффект, при этом высокие концентрации более 30, 50% могут обладать токсическим и раздражающим действием.

ИСПОЛЬЗУЕТСЯ В ВИДЕ:

- спиртовых экстрактов 10–20–30%-ных («Продукт № 1»);
- водных экстрактов («Эй-Пи-Ви», «Продукт № 3»);
- драже и активных добавок («Прополит», БАД «Концентрат «Прополис С immuno»);
- медовых композиций («Тополёк», «Апиток»);
- прополисных бальзамов с животным или растительным маслом – внутрь или наружно, для втирания в пораженные суставы («Апи-бальзамы 1, 2»);
- кремов с прополисом («Тенториум», «Апи-Крем», «Экстрим») – для нанесения на воспаленные участки в течение периода обострения.
- Драже и водные экстракты прополиса в отличие от спиртовых экстрактов, могут применяться как в период ремиссии, так и в период обострения.

МЕД

Исследования НИИ питания РАН показали: одно из самых простых и эффективных средств для оздоровления и профилактики воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта – водный раствор меда или медовых композиций. Антибактериальный эффект меда – это результат совокупного действия всех компонентов, входящих в его состав. За счет высокого (до 80%) содержания сахаров, кислой среды (рН 3,4–4,4 ед.) и фитонцидов растений – источников нектара мед обладает сильными и устойчивыми противомикробными свойствами. Но главный секрет меда – какие именно компоненты из почти трехсот, имеющихся в его составе, обладают такими мощными антимикробными свойствами – долгие годы оставался нераскрытым. Лишь в 2014 году исследователям из Швеции удалось выделить в меде группу из 13 молочнокислых бактерий, которые добавляются пчелами в нектар в процессе его переработки.

Наиболее доказанной и научно обоснованной является эффективность меда против бактерий, простейших микробов и грибов. Специалисты указывают, что с наибольшей пользой при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта действуют активные полифлерные меды, собранные в регионах с суровыми климатическими условиями (горные, лесные, луговые, падевые и т. д.). Среди монофлерных сортов можно выделить мед с акации, донника, липы и софоры. Для решения проблем печени и желчевыделения кроме вышеперечисленных актуальны васильковый, одуванчиковый, подсолнечниковый, мед с вербы, люцерны и синяка.

При попадании меда на слизистую желудочно-кишечного тракта усиливается приток крови, улучшается отток лимфы, увеличивается уровень веществ, отвечающих за антиоксидантную защиту клеток, активируется фагоцитоз – внутренний механизм организма, отвечающий за уничтожение вредоносных микроорганизмов. При язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки с повышенной кислотностью мед назначается за 1,5–2 часа до еды или через час после. Мед понижает кислотность желудочного сока, снимает боль, тошноту, изжогу, успокаивает раздраженные нервные окончания.

Исследования НИИ питания РАН показали, что при язвенных болезнях мед работает и как сильное успокаивающее средство – у всех испытуемых нормализовался сон.

Мед – энергетически ценный продукт, компоненты которого очень благотворны для работы печени и желчного пузыря. Мед стимулирует образование гликогена в клетках печени, формируя энергетический резерв организма, повышает способность печени обезвреживать токсины и яды, превращая их в безопасные вещества и соединения, поэтому при отравлении грибами или другими небезопасными продуктами мед можно использовать в качестве противоядия. При лечении заболеваний печени прием меда наиболее эффективен в сочетании с пыльцой. Медовые композиции идеально подходят для употребления в качестве заменителей сахара и других сладких продуктов в диетическом питании больных с нарушениями работы печени.

Мед применяется внутрь и наружно, в чистом виде или в составе медовых композиций с продуктами пчеловодства.

ПЫЛЬЦА И ПЕРГА

Собирая и обрабатывая пыльцу для хранения, пчелы добавляют в нее ферменты – сахаразу, фосфатазу, каталазу, амилазу и др. Благодаря комплексу этих веществ пчелиная обножка хорошо регулирует перистальтику желудочно-кишечного тракта, оказывает антимикробное действие, в том числе против бактерий, устойчивых к антибиотикам, улучшает процессы усвоения пищи при недостаточном выделении желудочного сока и секреции поджелудочной железы, не создавая дополнительной нагрузки на пищеварительную систему. В пищеварительном тракте содержимое обножки высвобождается, легко усваивается, оказывая общее положительное воздействие на весь организм. У пыльцы нет избирательного воздействия, она одинаково полезна и необходима всем органам и системам, и если необходимо направить действие компонентов пыльцы на определенный орган, подключаются транспортные функции растительных экстрактов. Фитоэкстракты, входящие в состав драже ТЕНТОРИУМ, целенаправленно доставляют активные вещества продуктов пчеловодства по нужному адресу и одновременно сами воздействуют на орган.

Еще более эффективна с точки зрения восстановления здоровья пищеварительного тракта перга – продукт молочнокислого брожения пыльцы. Количество белков и жиров в ней уменьшено за счет увеличения количества углеводов, молочной кислоты и витаминов.

Молочнокислые бактерии – лучшее средство для нормализации пищеварения, они тормозят рост болезнетворных микроорганизмов и грибков, а также предотвращают дисбактериоз кишечника. Перга особенно полезна для профилактики и лечения заболеваний, вызванных энтеробактериями, сальмонеллами и шигеллами.

Пчелиная обножка и перга способствуют нормализации всех обменных процессов, которые происходят в печени, – углеводного, жирового, белкового. Перга и обножка стимулируют функциональные ткани печени и способствуют восстановлению их клеток, а это – залог нормализации работы органа. Кроме того, регулярный прием перги предотвращает образование избыточного жира и его отложение в ткани печени, предупреждая жировое перерождение печени.

Восстановление утраченных функций печени происходит благодаря целому ряду свойств пыльцы и ферментов пчел: способности укреплять клеточные мембраны, нейтрализовать токсины, снижать уровень жиров в клетках, нейтрализующих токсины, препятствовать процессам старения. Пожалуй, самое важное свойство продуктов пчеловодства – то, что даже постоянное их применение не вызывает нарушений работы организма и привыкания. Поэтому при регулярном применении пчелиной обножки и перги происходит детоксикация бактериальных, химических, токсических, вирусных и радиоактивных веществ, и тем самым усиливаются защитные функции печени и организма в целом.

То, как при применении продуктов на основе перги и обножки улучшаются функции печени, хорошо видно по результатам анализов: уровень билирубина снижается, биохимические показатели – АЛТ, АСТ, ЩФ, показатели белково-осадочных проб и гистология – приходят в норму. Как показали исследования НИИ пчеловодства на базе кафедры гастроэнтерологии РГМУ (Рязань) по эффекту восстановления функций печени продукты с содержанием пыльцы превосходят многие известные лекарственные препараты и активные добавки.

Исследования, проведенные в Вологде, показали, что прием пыльцы и перги при вирусном гепатите А в 2–3 раза снижает уровни показателей заболевания, а при вирусном гепатите В препятствует возникновению обострений.

Пчелиная обножка и перга применяются в чистом виде, в форме драже («Тенториум Плюс», «Апиформула 1, 2, 3», «БифидоХлебина», «Апи-Спира»), в составе медовых композиций («Полянка», «Апифитотонус») и кремов («Тенториум», «Апи-Крем»).

МАТОЧНОЕ МОЛОЧКО

Маточное молочко – это, в первую очередь, универсальный коктейль из белков, жиров и углеводов. Маточное молочко содержит значительные количества свободных органических кислот и аминокислот, в том числе незаменимых, а также минеральные вещества – железо, золото, кальций, кобальт, кремний, магний, марганец, никель, серебро, серу, хром, цинк – всего 110 соединений и зольных элементов, витамины и гормоны. Именно поэтому за маточным молочком закрепилась репутация средства от всех болезней.

Благодаря своему универсальному составу, в том числе наличию витамина А и гамма-глобулинов, маточное молочко повышает общую устойчивость организма к инфекциям. В том числе и теми, которые встречаются на поверхности слизистой желудка и кишечника. Это проверено и доказано многочисленными клиническими исследованиями, которые проводились в странах Европы, Ближнего Востока, США, Канаде и России.

Органические жирные кислоты, витамины и другие компоненты маточного молочка и трутнево-расплодного гомогената позитивно влияют на работу печени и поджелудочной железы, способствуя восстановлению их функций за счет следующих действий:

- стимулируют выработку инсулина и способствуют улучшению переработки и усвоения сахаров;
- устраняют дефицит витамина В₅, который возникает при дисбактериозе кишечника;
- предупреждают жировое перерождение печени;
- способствуют восстановлению защитных клеток печени;
- обеспечивают защиту от токсинов, выделяемых болезнетворными бактериями;
- защищают организм от избыточного образования аммиака;
- помогают нейтрализовывать яды и радиацию, попадающие в организм;

- защищают клетки печени от воздействия свободных радикалов и препятствуют их старению и разрушению;
- активны в отношении вирусов гепатита;
- многократно усиливают иммунитет – гамма-глобулины не только поступают в организм с маточным молочком в готовом виде, но и усиленно синтезируются в самом организме под воздействием компонентов этого продукта.

Маточное молочко применяется в виде медовых композиций «Апиток», «Апитонус», «Апифитотонус», «АКТВ», в виде БАД к пище «Маточное молочко с генистеином в горьком шоколаде», концентрированного пищевого продукта «Маточное молочко с сухим мёдом», а также в составе белковых коктейлей. Трутнево-расплодный гомогенат – в виде драже «Трутневое молочко».

ПЧЕЛИНЫЙ ЯД

Сеансы пчеложаления можно проводить только вне периода обострения заболеваний желудочно-кишечного тракта. Пчелиный яд эффективно работает как обезболивающее, иммуностимулирующее и восстанавливающее средство. Изменяет в сторону нормальной пищеварительную секрецию, положительно влияет на тонус гладкой мускулатуры желудка и кишечника.

Курс пчеложалений – 9–11 сеансов – лучше всего проводить весной и осенью, перед началом возможных сезонных обострений.

ЭКСТРАКТ ЛИЧИНОК ВОСКОВОЙ МОЛИ

В конце XIX – начале XX века врачи И. И. Мечников, С. И. Метельников и С. И. Золотарев изучали воздействие экстракта восковой моли на иммунитет человека и его эффективность при лечении различных заболеваний. В составе экстракта содержится пищеварительный фермент огневки цераса, способный расщеплять сложные жиры. Клинические испытания показали, что этот продукт пчеловодства способствует заживлению язв и предотвращает образование келоидных рубцов в месте поражения. Экстракт личинок восковой моли применяется в виде драже «Формула Ра».

ПЧЕЛИНЫЙ ВОСК

Воск – многокомпонентный продукт, содержит около 300 различных веществ. Воск всегда ценился за свои сорбирующие свойства и способность «вытягивать» из организма вредные вещества, снижая болевые ощущения. Благодаря своим компонентам воск оказывает противовоспалительное, восстанавливающее, болеутоляющее действие и тормозит развитие аутоиммунных реакций, понижая чувствительность организма к аллергенам.

При комплексном применении продукты пчеловодства защищают от повреждения поверхность слизистой желудка и кишечника и клетки печени, восстанавливают и нормализуют функции пищеварительных желез, усиливают антитоксическую и барьерную защиту, а также проявляют иммуностимулирующие и антиоксидантные свойства.

ПРОГРАММЫ ОЧИЩЕНИЯ И ОЗДОРОВЛЕНИЯ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРОДУКЦИИ ТЕНТОРИУМ

ПРАВИЛА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА

- Для получения результата продукты пчеловодства необходимо принимать минимум в течение 1–2 месяцев.
- Для лучшего усвоения активных компонентов драже нужно рассасывать во рту до полного растворения или появления привкуса пыльцы или принимать в растворенном состоянии. Драже «Экстра-Бефунгин», «Черника» необходимо предварительно разжевывать.
- Время приема определяется в зависимости от кислотности желудочного сока.
- При нормальной кислотности продукты пчеловодства принимаются за 20–30 минут до еды, при необходимости можно запить водой.
- При повышенной кислотности продукты пчеловодства принимаются за 1,5 часа до еды или после еды в виде раствора в теплой воде, выпить залпом.
- При пониженной кислотности продукты пчеловодства принимаются непосредственно перед едой в виде раствора в холодной воде, пить медленно, лучше через соломинку.

ДЕТОКСИКАЦИЯ ОРГАНИЗМА

Для того чтобы применение функциональных продуктов питания было эффективным и действительно приносило пользу, в первую очередь необходимо избавить организм от тех шлаков и токсинов, которые в нем накопились за годы неправильного питания, – провести детоксикацию.

Пищевые продукты могут быть опасны не только из-за недостатка необходимых питательных веществ, в них могут содержаться вредные микроорганизмы и химические вещества – токсины. Они могут содержаться в самих продуктах или быть добавлены в процессе готовки. Даже если эти добавки не становятся причиной отравлений, они могут вызвать непереносимость и аллергию.

На сегодняшний день известно более 160 различных пищевых компонентов, которые могут вызывать аллергическую реакцию. Пищевая аллергия – это отрицательная реакция иммунной системы на определенные компоненты пищевых продуктов, которые в других случаях являются безвредными. Серьезные проблемы экологии и питания приводят к тому, что численность населения, которое страдает непереносимостью продуктов питания, достигает 40%, в некоторых районах Земли – до 65%. Единственный эффективный способ борьбы с пищевой аллергией – отказ от еды, которая ее вызывает, а это возможно, только если причина известна.

Не все аллергены вызывают сильную реакцию или являются причиной непереносимости. Но одним из таких тяжелых пищевых компонентов является глютен – клейковина, растительный белок, который входит в состав многих распространенных и привычных продуктов на основе злаков, таких как пшеничный и ржаной хлеб, макаронные изделия, пшеничная, овсяная и манная крупа.

Глютен означает «клей». Существует врожденная непереносимость глютена – целиакия, при которой в тонком кишечнике полностью атрофируются ворсинки и нарушается процесс всасывания. Последствия очень тяжелые – задержка развития и роста, вплоть до психических нарушений. Целиакия встречается не так часто, гораздо более распространена частичная непереносимость глютена. Клейковина забивает пристеночное пространство тонкого кишечника, мешая полноценному пищеварению и нормальному усвоению питательных веществ. В результате питательные вещества «пролетают» насквозь, не попадая в системы и органы, а массы, оседающие на стенках, разлагаются и превращаются в токсины, вызывая заболевания пищеварительного тракта, кожи, нервной системы, психики и опорно-двигательного аппарата. Результат – недостаток строительного материала в организме, ухудшение самочувствия и внешнего вида.

ПРИЗНАКИ ПОЛНОЙ ИЛИ ЧАСТИЧНОЙ НЕПЕРЕНОСИМОСТИ ГЛЮТЕНА

- Боли и вздутие живота;
- хроническая диарея или запор;
- проблемы с печенью и желчевыделительной системой;
- изжога, тошнота или рвота;
- урчание в животе;
- воспаление слизистой языка;
- кожные высыпания, экзема;
- снижение концентрации и внимания;
- хроническая усталость, депрессия;
- железодефицитная анемия без реакции на лечение, авитаминоз;
- покалывание, онемение ног;
- боли в суставах;
- нарушения плотности костных тканей, остеопороз.

Если у вас наблюдаются все или некоторые из этих проблем, стоит провести очистку пищеварительного тракта, отказавшись от продуктов с глютеном.

Курс безглютенового очищения также необходим при подготовке к программам профилактики и коррекции заболеваний пищеварительной системы – для того, чтобы устранить проблемы всасывания питательных веществ и обеспечить доступ в организм полезных компонентов продуктов пчеловодства.

ПРИ ПРОВЕДЕНИИ БЕЗГЛЮТЕНОВОЙ ПРОГРАММЫ ОЧИСТКИ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ:

- гречиху, кукурузу, крупу и муку из них;
- сою, рис, бобовые;
- овощи и зелень, в том числе картофель;
- фрукты, ягоды и орехи;
- мясо птицы, рыбу и красное мясо;
- яйца, растительные масла;
- чай и кофе;
- продукты пчеловодства.

Следует учесть, что глютен может оказаться в йогуртах, заменителях яиц, соусах для салатов, сосисках и колбасах, пиве.

Поскольку при прохождении программы из рациона необходимо будет исключить хлеб и другие источники витаминов группы В и клетчатки, потребуется функциональная замена – продукты пчеловодства. Для ускорения процесса вычищения тонкого кишечника от пристеночных отложений клейковины и выведения накопленных токсинов в рацион необходимо включить продукты с хитозаном пчелиных, который является хорошим сорбентом и позволяет быстрее избавить организм от глютена и других шлаков.

Безглютеновая программа питания на основе продуктов пчеловодства позволяет очистить организм от пристеночных отложений шлаков, содержащих различные токсины, и настроить желудочно-кишечный тракт на нормальную работу.

Мы очень рекомендуем проводить такое очищение перед началом любой другой оздоровительной программы с продуктами пчеловодства. Чистка пищеварительной системы значительно увеличивает эффективность дальнейшего лечения. Для того чтобы разнообразить и украсить рацион питания, мы предлагаем рецепты вкуснейших блюд на основе «Апицампы» от шеф-повара курорта «Тенториум SPA», которые можно найти в специальном разделе этой книги.

ПРОГРАММА ДЕТОКСИКАЦИИ ПРИ ПИЩЕВЫХ АЛЛЕРГИЯХ И НЕПЕРЕНОСИМОСТИ ГЛЮТЕНА

1-Й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

Бальзам «АпиХит» внутрь по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день до еды, отдельно от других продуктов.

Бальзам «Эй-Пи-Ви» по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

«Апицампа» рисовая, кукурузная или гречневая – на выбор, в виде полноценного блюда ежедневного рациона питания, до 3 раз в день.

«АпиДетокс 12» по 1 пакету в день.

2-Й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

«Апицампа» рисовая, кукурузная или гречневая – на выбор, в виде полноценного блюда ежедневного рациона питания, до 3 раз в день.

Бальзам «Продукт № 3» по 1 чайной ложке, 3 раза в день за 30 минут до еды.

Драже «БифидоХлебина» по 4–5 гранул 3 раза в день после еды.

Драже «Гепатолинум» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Драже «Прополит» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 1–2 раза в день до еды, запивая большим количеством воды.

Медовая композиция «Тополёк» по 1 чайной ложке 3 раза в день или **медовая композиция «Апиток»** по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 1–2 раза в день (утром и днем) за 30 минут до еды под язык до полного растворения.

Питьевой режим – до 2 л жидкости в течение дня, если нет противопоказаний (гипертония, сердечная, почечная недостаточность).

БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА

ГАСТРИТЫ – воспаление слизистой оболочки желудка, при котором нарушается работа этого органа – хуже переваривается пища, что приводит к упадку сил и энергии. Гастрит может быть вызван избытком желудочной секреции (гастрит с повышенной кислотностью), недостатком желудочной секреции (гастрит с пониженной кислотностью), внешними факторами – механическим или химическим повреждением слизистой (гастрит с нормальной кислотностью).

ПРИЧИНЫ ГАСТРИТА

- Инфекции, чаще всего бактерия *Helicobacter pylori*;
- нарушения режима питания;
- острая, грубая и горячая пища;
- еда всухомятку, плохое пережевывание;
- курение и употребление алкоголя;

- бесконтрольный прием лекарств, раздражающих слизистую желудка;
- контакт с ядовитыми и вредными веществами;
- наследственная предрасположенность.

СИМПТОМЫ ГАСТРИТА

- Ноющая или острая жгучая боль в верхней части живота;
- тошнота;
- рвота;
- снижение аппетита;
- отрыжка;
- метеоризм;
- ощущение переполненности живота после еды;
- потеря веса.

Гастрит – одно из наиболее часто встречаемых заболеваний, фиксируется у 80–90% людей. Хронический гастрит может перерасти в язвенную болезнь или рак желудка.

ЛЕЧЕНИЕ ГАСТРИТА

- Соблюдение диеты;
- препараты, нормализующие кислотность желудочного сока;
- препараты, восстанавливающие слизистую желудка;
- антибактериальные препараты (против *Helicobacter pylori*).

ПРОГРАММА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА ПРИ ГАСТРИТЕ

1-й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

Бальзам «АпиХит» внутрь по 5–7 капель до еды 1–2 раза в день в течение 2 недель.

Через 20–30 минут **бальзам «Эй-Пи-Ви»** по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

ПРОГРАММА «ЖКТ-УЛЬТРА»:

«Апиформула 1» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день в течение 2 недель; затем

«Апиформула 2» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день в течение 2 недель; затем

«Апиформула 3» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день в течение 2 недель.

Драже «Хлебина» по 4–5 драже после еды.

Медовая композиция «Тополёк» по 1 чайной ложке 3 раза в день.

2-й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

Бальзам «Продукт № 3» по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Драже «Апи-Спира» по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Медовая композиция «Апиток» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 1–2 раза в день (утром и днем) за 30 минут до еды под язык до полного растворения.

ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ – хроническое заболевание, при котором на стенке желудка или двенадцатиперстной кишки образуется язва, которая время от времени открывается, а затем рубцуется и снова открывается.

Язва возникает на фоне гастрита или дуоденита (воспаления слизистой двенадцатиперстной кишки), вызванных *Helicobacter pylori*. Язвенная болезнь может появиться в любом возрасте, чаще – в 30–40 лет, мужчины болеют в 6–7 раз чаще.

ПРИЧИНЫ ЯЗВ

- *Helicobacter pylori* – вызывает нарушение соотношения агрессивных веществ (соляная кислота, пепсин, желчь) и факторов защиты слизистой оболочки. Бактерии вызывают воспаление слизистой, разрушают защиту и усиливают кислотность;
- стресс;
- генетическая предрасположенность;
- хронический гастрит или дуоденит;
- нарушение режима питания;

- курение, употребление алкоголя;
- злоупотребление лекарствами.

СИМПТОМЫ ЯЗВ

- Острая боль в желудке спустя 20–30 минут после приема пищи (язва желудка);
- боль натощак, затихающая после приема пищи, сильные боли по ночам (язва двенадцатиперстной кишки);
- тошнота, рвота и изжога;
- кровотечения (стул черного цвета);
- непроходимость пищеварительной системы.

ОСЛОЖНЕНИЯ ЯЗВ

- Перфорация язвы – отверстие в стенке желудка или двенадцатиперстной кишки, через которое содержимое желудочно-кишечного тракта попадает в брюшную полость и вызывает воспаления;
- кровотечение;
- перерождение язвы в злокачественную опухоль.

ПРОГРАММА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА ПРИ ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНИ

1-Й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

Бальзам «АпиХит» внутрь по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день до еды, отдельно от других продуктов.

Бальзам «Эй-Пи-Ви» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

«Апицампа» рисовая, кукурузная или гречневая – на выбор, в виде полноценного блюда ежедневного рациона питания – до 3 раз в день.

Бальзам «Продукт № 3» – 1 чайную ложку на $\frac{1}{2}$ стакана воды, принимать 3 раза в день до еды.

«Апиформула 1» по $\frac{1}{2}$ – 1 чайной ложке 3 раза в день в течение 2 недель; затем

Медовая композиция «Апиток» по 1 чайной ложке 2 раза в день до еды, в первой половине дня.

Драже «Формула Ра» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

На ночь любой **мед** или **медовая композиция «Тополёк»** по 1 чайной ложке с теплым молоком или водой.

Крем «Тенториум» наносить перед сном на область проекции желудка.

2-Й КУРС, 1,5 МЕСЯЦА (В РЕМИССИЮ)

Бальзам «Продукт № 1» принимать внутрь за 20 минут до еды, растворяя в $\frac{1}{4}$ стакана воды, молока или другой жидкости, по нарастающей схеме. Начинать с 5 капель 3 раза в день, ежедневно прибавлять количество капель по схеме 5–7–9 до 15 капель 3 раза в день. Далее по 15 капель 3 раза в день в течение месяца. Детям до 10 лет дозировка назначается индивидуально, с 10 лет – $\frac{1}{2}$ взрослой дозировки.

Драже «Хлебина» или **«БифидоХлебина»** по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

На ночь любой **мед** или **медовая композиция «Мёд с мумие»** по 1 чайной ложке с теплым молоком или водой с добавлением **«Апибальзама 2»**.

Курс рекомендуется проводить накануне сезонных обострений весной и осенью.

НАРУШЕНИЯ РАБОТЫ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

ПАНКРЕАТИТ – воспаление поджелудочной железы, органа, отвечающего за секрецию большинства пищеварительных ферментов и выработку инсулина. Проток железы перекрывается и мешает оттоку пищеварительных соков в тонкий кишечник. Панкреатические ферменты скапливаются вокруг железы и разрушительно действуют на ткани железы. Ферменты со временем переваривают и разрушают не только ткани самой железы, но и сосуды и органы, находящиеся рядом.

ПРИЧИНЫ ПАНКРЕАТИТА

- Неправильное питание, систематические переедания;
- острая, жареная и жирная пища, фастфуды;
- острая или хроническая интоксикация алкоголем;
- стрессы и нервные потрясения;
- беременность и ранний послеродовой период;
- лечение гормонами и антибиотиками;
- осложнения заболеваний желчного пузыря, желчнокаменной болезни и заболеваний печени;
- травма живота.

СИМПТОМЫ ОСТРОГО ПАНКРЕАТИТА

- Боль в верхней части живота, идущая в спину;
- тошнота вплоть до рвоты;
- повышение температуры;
- иногда желтуха.

При хроническом течении происходит потеря веса и возникает авитаминоз. Хронический панкреатит может привести к диабету.

ПРОГРАММА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

1-Й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

Бальзам «АпиХит» внутрь по 5–7 капель во время еды на кусочек хлеба или сахара 1–2 раза в день в течение 2 недель.

Драже «Прополит» по 1 чайной ложке 2–3 раза в день, запивая 2 стаканами воды.

«Апицампа» рисовая, кукурузная или гречневая – на выбор, в виде полноценного блюда ежедневного рациона питания – до 3 раз в день.

2-Й КУРС, 6 НЕДЕЛЬ

Программа «ЖКТ-Ультра»: драже «Апиформула 3» + «Апиформула 2» + «Апиформула 1» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки каждого продукта 3 раза в день до еды.

Медовая композиция «Апиток» или «Апитонус» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 1–2 раза в день (утром и днем) за 30 минут до еды под язык до полного растворения.

Бальзам «Эй-Пи-Ви» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

3-Й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

Бальзам «Продукт № 3» по 1 чайной ложке 2–3 раза в день до еды.

Медовая композиция «Тополёк» по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Драже «Черника» по 1 чайной ложке 3 раза в день, до еды.

Драже «Трутневое молочко» по 1 чайной ложке 2 раза в день в первой половине дня.

Крем «Тенториум» втирать на ночь на область проекции поджелудочной железы и пояснично-грудного отдела позвоночника.

4-Й КУРС, 6 НЕДЕЛЬ

Бальзам «Эй-Пи-Ви» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Драже «Хлебина» по 3–4 гранулы 2–3 раза в день до еды.

Драже «Формула Ра. Золотая серия» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Медовая композиция «АКТВ» по 1 чайной ложке 2 раза в день в первой половине дня до еды.

Гранулы «Тенториум Плюс на сухом мёде» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

«Маточное молочко на сухом мёде» по 1 капсуле в день в первой половине дня.

НАРУШЕНИЯ РАБОТЫ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНЫХ ПУТЕЙ

ДИСКИНЕЗИЯ желчевыводящих путей и желчного пузыря – нарушение двигательной функции желчного пузыря и протоков, когда пузырь сокращен и не выделяет желчи или сокращается плохо и желчь постоянно вытекает.

ПРИЧИНЫ ДИСКИНЕЗИИ

- Нарушение работы центральной нервной системы;
- болезни желудочно-кишечного тракта;
- инфекции, интоксикация организма;
- аллергия;
- нарушение режима питания.

СИМПТОМЫ ДИСКИНЕЗИИ

- Ноющие или колющие боли и спазмы в правом подреберье, отдающие в правую лопатку, плечо, спину;
- иногда желтуха.

ХОЛЕЦИСТИТ – воспаление желчного пузыря.

ПРИЧИНЫ ХОЛЕЦИСТИТА

- Инфекционные заболевания;
- нарушение оттока желчи;
- переедание или нерегулярное питание;
- малоподвижный образ жизни;
- запоры.

СИМПТОМЫ ХОЛЕЦИСТИТА

- Боль в правом подреберье, которая отдает в правое плечо и лопатку и усиливается после приема жирной пищи;
- чувство тяжести в верхней части живота, вздутие;
- ощущение горечи во рту, тошнота, иногда рвота;
- отрыжка;
- желтуха;
- повышение температуры до 38–39° С (при остром течении).

ЖЕЛЧНОКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

При желчнокаменной болезни в желчном пузыре образуются камни.

ПРИЧИНЫ ЖЕЛЧНОКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ

- Неправильное питание;
- нарушение обмена веществ;
- инфекции;
- генетическая предрасположенность;
- неправильный питьевой режим, питьевая вода низкого качества.

СИМПТОМЫ ЖЕЛЧНОКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ

- Боли в правом подреберье и печеночные колики (резкая колющая боль, отдающая в правую лопатку, плечо и поясницу);
- тошнота и рвота;
- болезнь часто протекает без симптомов.

ПРОГРАММА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА ПРИ ХОЛЕЦИСТИТЕ И ЖЕЛЧНОКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ

Бальзам «Эй-Пи-Ви» по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Драже «Апиформула 2» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день до еды; с осторожностью, начиная с минимальных доз по $\frac{1}{4}$, затем $\frac{1}{3}$ чайной ложки.

Драже «Тенториум Плюс» по $\frac{1}{2}$ –1 чайной ложке 1–2 раза в день за 30 минут до еды в сочетании с **медовой композицией «Полянка»** по 1 чайной ложке на стакан воды утром или днем.

Медовая композиция «Мёд с лецитином» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Сироп «Сорбус»* по $\frac{1}{2}$ чайной ложки на стакан теплой воды, 1–2 раза в день в первой половине дня.

Драже «Гепатолинум» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Крем «Тенториум» втирать на ночь в область проекции желчного пузыря.

*Первый прием с осторожностью, следите за реакцией организма!

ГЕПАТИТ – воспаление печени, вызванное вирусом или токсичными веществами (при приеме лекарств, алкоголя, растворителей и т. д.) При гепатите происходит воспаление, отек и отмирание клеток ткани печени. Здоровая печень способна к обновлению – отмирающие ткани могут заменяться новыми. Но когда печень не может справиться с инфекцией, вирус гепатита сохраняется в ее клетках и является источником инфекции для окружающих.

СИМПТОМЫ ГЕПАТИТА

- Потеря аппетита;
- вирусная интоксикация – головные боли, тошнота, рвота, усталость;
- желтый оттенок кожи (желтуха);
- часто болезнь протекает бессимптомно.

ПОСЛЕДСТВИЯ ГЕПАТИТА

- Гепатит В при хронической форме может привести к циррозу печени.
- Гепатит С опасен развитием повреждений печени (цирроз) или рака.

ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ – хроническая болезнь, при которой в печени образуются рубцы, меняющие строение печени и нарушающие ее работу. Печень деформируется, сморщивается и уплотняется, кровоток в ней нарушается. Это приводит к нарушениям в сосудах кишечника.

ПРИЧИНЫ

- Хронический гепатит (В, С);
- алкоголь.

СИМПТОМЫ

- Слабость и быстрая утомляемость;
- температура;
- тошнота, рвота;
- потеря аппетита, снижение веса, истощение;
- боли в животе;

- желтуха;
- кровоподтеки при малейшем ушибе;
- анемия;
- отеки;
- желудочно-кишечные кровотечения;
- низкое содержание сахара в крови.

Симптомы, как правило, обнаруживаются только после сильного повреждения ткани печени.

ПРОГРАММА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА ДЛЯ ЗАЩИТЫ ПЕЧЕНИ И НОРМАЛИЗАЦИИ РАБОТЫ ЖЕЛЧНЫХ ПУТЕЙ

1-Й КУРС, 6 НЕДЕЛЬ

Бальзам «АпиХит» внутрь по 7–10 капель во время еды на кусочек хлеба или сахара 1–2 раза в день в течение 4 недель.

Программа «ЖКТ-Ультра», до еды, последовательно:

Драже «Апиформула 1» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день, затем

Драже «Апиформула 2»* по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день, затем

Драже «Апиформула 3» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 3 раза в день.

Медовая композиция «Апиток» по $\frac{1}{2}$ –1 чайной ложке 2 раза в день, под язык, в первой половине дня.

«Апицампа» рисовая, кукурузная или гречневая – на выбор, в виде полноценного блюда ежедневного рациона питания – до 3 раз в день.

2-Й КУРС, 6 НЕДЕЛЬ

Бальзам «Эй-Пи-Ви» по 1 чайной ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Драже «Гепатолинум» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Медовая композиция «Полянка» по 1 чайной ложке 2 раза в день до еды в первой половине дня.

Гранулы «Тенториум Плюс на сухом мёде» по 1 чайной ложке 1–2 раза в день за 30 минут до еды или **драже «БифидоХлебина»** по 5–6 драже 3 раза в день после еды.

*Первый прием с осторожностью, следите за реакцией организма!

3-Й КУРС, 6 НЕДЕЛЬ

Бальзам «Продукт № 1» принимать внутрь за 20 минут до еды, растворяя в $\frac{1}{4}$ стакана воды, молока или другой жидкости, по нарастающей схеме. Начинать с 5 капель 3 раза в день, ежедневно прибавлять количество капель по схеме 5–7–9 до 15 капель 3 раза в день. Далее по 15 капель 3 раза в день в течение месяца. Детям до 10 лет дозировка назначается индивидуально, с 10 лет – $\frac{1}{2}$ взрослой дозировки.

Драже «Апи-Спира» по 1 чайной ложке 2–3 раза в день до еды.

Медовые композиции «Мёд с пергой» или **«Мёд с лецитином»** или **«Мёд с мумие»** на выбор по 1 чайной ложке 2–3 раза в день до еды не менее 1,5 месяца.

Крем «Тенториум» втирать на ночь в область проекции печени.

4-Й КУРС

Программа F25 ACTIVATION

Детям и подросткам в течение 1 месяца, затем 2 месяца перерыва. Взрослым в течение 2 месяцев, затем 1 месяц перерыва.

Драже Tentorium Basis	По $\frac{1}{2}$ чайной ложки утром и вечером за 30 минут до еды
Медовая композиция Tentorium Energy	По $\frac{1}{2}$ чайной ложки утром за 30 минут до еды
Водный раствор Tentorium Adaptive	$\frac{3}{4}$ чайной ложки в 1-литровую бутылку воды и пить в течение 18 часов, также за 30 минут до наступления нагрузок
Крем Tentorium Relax	Вечером после душа втирать в массажные зоны головы, шеи и болезненные после ушибов и растяжений участки тела

НАРУШЕНИЯ РАБОТЫ КИШЕЧНИКА

ДИСБАКТЕРИОЗ – изменение состава бактериальной флоры кишечника. В желудочно-кишечном тракте обитает множество полезных бактерий, которые расщепляют растительную клетчатку, синтезируют витамины группы В, защищают кишечник от вредоносных микроорганизмов и т. д. При дисбактериозе микрофлора меняется – полезные бифидо- и лактобактерии гибнут, а количество патогенных увеличивается.

ПРИЧИНЫ ДИСБАКТЕРИОЗА

- Длительный прием антибиотиков;
- острые кишечные инфекции;
- неправильное питание;
- хронические заболевания желудочно-кишечного тракта;
- курение и алкоголь;
- тяжелые иммунодефициты (лейкоз, СПИД, лучевая и химиотерапия).

СИМПТОМЫ ДИСБАКТЕРИОЗА

Проявления зависят от причины и могут быть самыми разными:

- дискомфорт в животе;
- повышенное газообразование (метеоризм);
- изменения стула (поносы, запоры или неустойчивый стул);
- боли в животе.

ПРОГРАММА ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПЧЕЛОВОДСТВА ПРИ ДИСБАКТЕРИОЗЕ, КОЛИТАХ И ЗАПОРАХ

1-Й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

Бальзам «АпиХит» внутрь по 5–7 капель во время еды на кусочек хлеба или сахара 1–2 раза в день в течение 2 недель.

Драже «Прополит» по 1 чайной ложке 2–3 раза в день, запивая 2 стаканами воды.

«Апицампа» рисовая, кукурузная или гречневая – на выбор, в виде полноценного блюда ежедневного рациона питания – до 3 раз в день.

2-Й КУРС, 4 НЕДЕЛИ

«Апицампа» рисовая, кукурузная или гречневая – на выбор, в виде полноценного блюда ежедневного рациона питания – до 3 раз в день.

Бальзам «Эй-Пи-Ви» по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Драже «Экстра-Бефунгин мягкий» по 1 чайной ложке 3 раза в день, до еды.

Драже «БифидоХлебина» по 4–5 драже 3 раза в день после еды.

Медовая композиция «Апиток» по $\frac{1}{2}$ чайной ложки 2 раза в день (утром и днем) за 30 минут до еды под язык до полного растворения или **медовая композиция «Тополёк»** по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Питьевой режим – до 2–3 л жидкости в течение дня, если нет противопоказаний (гипертония, сердечная недостаточность).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наш организм формируется и строится из того, что мы съедаем в течение жизни. И если раньше человек съедал лишь необходимый объем пищи, как правило, натуральной и достаточно безопасной, то теперь люди сделали еду основным источником удовольствия. Современная еда ведет себя как хищник – старается привлечь к себе своих «жертв» всеми способами – запахом, вкусом, внешним видом. Всем известна закономерность: чем вкуснее – тем вреднее.

И сегодня отношение человека к пище кардинально поменялось, *Всемирная организация здравоохранения объявила XXI век эрой неконтролируемого разнообразия продуктов.*

Статистика неумолима – 32% людей в мире едят не столько, сколько необходимо, а столько, сколько хотят, – без ограничений.

Итог совершенно жуткий: по данным ВОЗ сегодня от ожирения страдают 42 миллиона ДЕТЕЙ. В России число больных ожирением только за прошедшее десятилетие выросло на 10%. И если посмотреть на наш список покупок и сравнить его с перечнем продуктов, которые могут содержать токсины и аллергены, – становится не по себе.

Чаще всего мы покупаем (74%) – хлеб, соль, сахар, крупы и макаронные изделия – именно продукты, содержащие глютен! Неудивительно, что количество людей с непереносимостью глютена в последние годы выросло в 10 раз!

При этом чаще всего мы отказываемся именно от полезной еды, которая содержит необходимые элементы для строительства здорового организма:

- от молочных продуктов (25%);
- от свежих овощей (24%);
- от рыбы (26–27%);
- от мяса (22%).

По идее, наш организм должен самостоятельно очищать себя от всего ненужного. Но при бесконтрольном потреблении вредных вкусов его ресурсов недостаточно, мы просто обязаны ему помочь. Иначе – начнем болеть. Эта цепочка выглядит так: сначала пищеварительный тракт забивается шлаками, которые разлагаются и выделяют яды. Первый удар токсинов принимают на себя органы желудочно-кишечного тракта, начинаются болезни и воспаления. Потом через кровь отравляющие вещества попадают во все системы нашего организма. Решение напрашивается само: нужно проводить очистку, хотя бы время от времени! И не голоданием, а чистыми полезными продуктами, которые помогут вычистить отложения шлаков, вывести токсины, одновременно поставив в организм строительный материал для восстановления здоровья.

В этом смысле очень показателен пример традиции питания в Японии. В традиционном рационе жителей японских островов количество продуктов, содержащих глютен и другие аллергены и токсины, очень невелико. И эта традиция до последнего времени в стране свято соблюдалась – едят сколько необходимо и те продукты, которые ели в Японии испокон века. Возможно, это одна из причин поразительно долгожительства жителей Японии – они живут в среднем на 10 лет дольше европейцев и на 15–18 лет дольше, чем россияне.

Мы, конечно, не призываем всех питаться только рисом и рыбой, пищевые традиции россиян совсем другие. Но если у вас или ваших близких есть проблемы с пищеварением, если вы замечаете, что у детей совсем нет аппетита, а у вас появился лишний вес, стоит помочь организму с этим справиться. Детокс-программа – это толчок к перезагрузке и обновлению нашего организма, который запускает в нас естественные механизмы очищения и восстановления здоровья. И если у вас нет жесткой непереносимости пищевых аллергенов, эту программу совсем не обязательно применять пожизненно. После восстановления нормальной работы желудочно-кишечного тракта вполне можно вернуться к обычному питанию.

Но всегда помнить золотое правило, сформулированное еще Сократом: **«Мы живем не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить».**

ЛИТЕРАТУРА

- Асфандиярова Н. С. Прополис в лечении хронических диффузных поражений печени, индуцированных вирусом гепатита В. // Апитерапия сегодня (сб.3), материалы 3-й научно-практической конференции по апитерапии, 1994. – С. 98–102.
- Бабенко Г. А., Кравчук В. М., Вакуленко А. Е. Биологически активные продукты пчеловодства в санаторно-курортном лечении детей // Апитерапия сегодня. Вып. 6. Рязань, 1998. – С. 113–114.
- Балтушкявичус А. И., Юрчавичус Е. К., Кугрене О. П. Применение цветочной пыльцы и меда в гастроэнтерологической практике. Сб. «Продукты пчеловодства и апитерапия». Вильнюс, 1986. – С. 88–93.
- Билаш Г. Д., Кривцов Н. И. Научно-исследовательский институт пчеловодства и апитерапия // Апитерапия сегодня. Вып. 5. Рыбное, 1997. – С. 7–14.
- Бурмистрова П. А., Вахонина Т. В. Аминокислоты маточного молочка. Пчеловодство, 1990, № 8, – С. 46–47.
- Вавилов Ю. Л. Биохимические компоненты маточного молочка медоносной пчелы и морфологическое действие. Автореф. дисс. к. м.н., Горький, 1971.
- Валье М. Л. Количественное определение антибактериальной эффективности прополиса. Апиакта, 2000, 35 (4). – С. 152–161.
- Вахонина Т. В. Биологически активные продукты пчеловодства. Рязань, 1993, – С. 20–23.
- Вахонина Т. В. Пчелиная аптека. СПб.: Лениздат, 1995. – 240с.
- Георгиева Е., Васильев В. Экспериментальное клиническое применение прополиса при хронических воспалениях желчных путей. II сборник материалов XXXI Международного конгресса по пчеловодству АПИМОНДИИ, Варшава, 1987 г. – С. 481–484.
- Гончаренко В. Ф. Применение продуктов пчеловодства в практике врача-гастроэнтеролога. Апитерапия сегодня (сборник II). Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции «Апитерапия – XXI век». Рыбное, 2004. – С. 63–64.
- Джаримов А. Я., Ярыш Б. А., Иванова Н. В. Влияние курсового лечения прополисом на клинико-функциональные признаки язвенной болезни // Апитерапия и пчеловодство. Гадяч, 1991, вып.2. – С. 97–104.
- Донев Н., Василев В. Воздействие пыльцы, собранной пчелами, на воспалительные заболевания. Материалы XXXI Международного конгресса по пчеловодству в Варшаве. Бухарест: Апимондия, 1987. – С. 485–487.
- Дубцова Е. А., Лазебник Л. Б., Касьяненко В. И., Комиссаренко И. А., Шулятьева Н. В. Опыт использования продуктов пчеловодства в комплексной терапии заболеваний желчного пузыря и печени. Материалы 5-й международной научно-практической конференции и координационного совещания по пчеловодству. Рыбное, 2004. – С. 281–282.
- Дубцова Е. А., Лазебник Л. Б. Возможности применения продуктов пчеловодства у пожилых больных хроническими гастритами и язвенной болезнью 12-перстной кишки. Тезисы 11 международной научно-практической конференции. «Пожилкой больной. Качество жизни». Клиническая геронтология, Том 12, № 9, 2006. – С. 33.
- Дубцова Е. А., Касьяненко В. И., Комиссаренко И. А. Использование водного экстракта прополиса для эрадикации *Helicobacter pylori*. Гастроэнтерология Санкт-Петербурга, 2008, № 2–3. – С. 35.
- Дубцова Е. А. Клинико-экспериментальное обоснование применения продуктов пчеловодства в комплексной терапии некоторых заболеваний органов пищеварения. Москва 2009
- Ильченко А. А. Заболевания желчного пузыря и желчных путей: Руководство для врачей. – М.: Анахарсис, 2006. – 448 с.
- Иойриш Н. П. Применение прополиса с лечебной целью. Материалы XXX Международного конгресса по пчеловодству в Гренобле. Бухарест: Апимондия, 1975. – С. 87–88.
- Иойриш Н. П. Пчелы-крылатые фармацевты. М., Наука, 1964. 89 с.
- Касьяненко В. И., Лычкова А. Э., Комиссаренко И. А., Дубцова Е. А. Гастропротективное действие меда. Тезисы VI съезда научного общества гастроэнтерологов России. М.: ООО «Анахарсис», 2006, с. 37.

Касьяненко В. И., Дубцова Е. А., Комиссаренко И. А. Эффективность применения продуктов пчеловодства при заболеваниях желудка. Сборник научных трудов. I Российский фитотерапевтический съезд. Москва, 2008, стр. 398.

Кривцов Н. И. Продукты пчеловодства и их композиции в апитерапии. Апитерапия сегодня (сборник II). Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции «Апитерапия XXI век». Рыбное, 2004. – С. 3–8.

Криштопайтис М. И., Юодвалькис П. С., Гричайте А. Й. Использование цветочной пыльцы в лечении больных эрозивно-язвенной патологией гастродуоденальной зоны. Сборник «Продукты пчеловодства и апитерапия». Вильнюс, 1986. – С. 93–98.

Криштопайтис М. И., Юодвалькис П. С. Использование смеси цветочной пыльцы с медом при нарушении пищеварения. Апитерапия. Биология и технология I том. Днепропетровск, 1988. – С. 41–52.

Лазебник Л. Б., Дубцова Е. А., Касьяненко В. И., Комиссаренко И. А. Прополис, его анти-микробные свойства и исполь-

зование в лечении гастритов и язвенной болезни. Традиционная медицина, 2007, № 4 (11). – С. 46–50.

Логинов А. С., Аруин Л. И., Ильченко А. А. Язвенная болезнь и *Helicobacter pylori*. Новые аспекты патогенетической терапии. Москва, 1993. – 230 с.

Лудянский Э. А. Апитерапия. – Вологда, 1994. – 459 с.

Лудянский Э. А. Различные способы применения продуктов пчеловодства в медицине. Днепропетровск 1988-ч.1. – С. 81–89.

Младенов С. Мед и медолечение. София, 1969, 222 с.

Омаров Ш. М., Омарова' З. Ш. Прополис при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. // Апитерапия сегодня (сб.6). Материалы 6-й научно-практической конференции по апитерапии. Рыбное, 1998. – С. 122–124.

Осина В. А., Касьяненко В. И., Кузьмина Т. Н., Никольская К. А., Дубцова Е. А. Эффективность применения пчелиной обножки (пыльцы) в комплексной терапии больных с некоторыми заболеваниями кишечника. Тезисы VI съезда научного общества

гастроэнтерологов России. М.: ООО «Анахарсис», 2006, с. 170.

Охотский Б. А., Коврига А. Т. Применение пчелиного маточного молочка и пыльцы при санаторном лечении // Продукты пчеловодства и апитерапия, Вильнюс, 1986. – С. 123–127.

Палмбаха С. Э. Изучение анти-микробного действия прополиса на микрофлору желудочно-кишечного тракта. Сб. ценный продукт пчеловодства: прополис: Изд. 4., Изд. Алимондии, 1988. – С. 93–95.

Песчанский А. Н. Опыт применения прополиса при язвенной болезни. В сб.: Ценный продукт пчеловодства: прополис. Алимондия. Бухарест, 1988, – С. 194–195.

Приедытис Э. Э., Велде Я. Я., Янсо-не И. Л. Опыт использования цветочной пыльцы в хирургической гастроэнтерологии. В сб. «Продукты пчеловодства и апитерапия». Вильнюс, 1986 – С. 99–101.

Тартаковская Г. А., Омаров Ш. М. Применение прополиса при кишечных инфекциях у детей раннего возраста. Биологически активные продукты пчеловодства и их использование. Горький, 1990, с. 110–113.

Филиппов Ю. А., Лебединский Ю. Д., Ардолян В. Н. К вопросу о лечении язвенной болезни двенадцатиперстной кишки водным раствором прополиса. Апитерапия. Биология и технология продуктов пчеловодства. Днепропетровск, 1988, Т.I, с. 160.

Френкель М. М. Препараты из маточного молочка // Пчеловодство, 1987, 7, 20.

Экито Т., Такенака Т. Сравнительное исследование состава меда, маточного молочка и пыльцы // Алимондия, 1985. – С. 429–432.

Ятсунами К., Экито Т. Антибактериальная активность маточного молочка // Алимондия, 198. – С. 432–435.

Хисматуллина Н. З. «Апитерапия», Пермь, 2009 год

Хисматуллина И. П. Апидиетология как перспективное направление в питании спортсменов. Характеристика продуктов пчеловодства с позиции оценки применения в спорте высших достижений // Материалы научно-практической конференции «Роль спортивного питания в подготовке спортсменов высшего спортивного мастерства»: Тез. докл., Ханты-Мансийск, 2011. – С. 21–23.

Хисматуллина И. П., Ким В. Н., Карпов Р. С., Соколов А. Г., Аксёнова И. Г. Продукты пчеловодства, их место в организации питания спортсменов как объединяющий фактор спортивной диетологии и спортивного питания // Консилиум, 2013, № 3. – С. 43–44.

Bogdanov S. Royal Jelly // Bee Product Science. 2010. Электронный ресурс: www.bee-hexagon.net

Bogdanov S. Royal Jelly, Bee Brood: Composition, Health, Medicine: A Review // Bee Product Science. 2012. Электронный ресурс: www.bee-hexagon.net

Kamakura M., Mitani N., Fukuda T., Fukushima M. Antifatigue effect of fresh royal jelly in mice // Journal of nutritional science and vitaminology. 2001. Dec; 47(6). P. 394–401.

Moriyama T., Yanagihara M., Yano E. et al. Hypoallergenicity and immunological characterization of enzyme-treated royal jelly from *Apis mellifera* // Bioscience, biotechnology, and biochemistry. 2013. 77(4). P. 789–95.

Viuda-Martos M., Ruiz-Navajas Y., Fernandez-Lopez J., Perez-Alvarez J. A. Functional properties of honey, propolis, and royal jelly // Journal of food science. 2008. Nov; 73(9). P. 117–24.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

СОДЕРЖАНИЕ

Продукты пчеловодства для оздоровления	3
Почему люди болеют?	4
Причины кризиса питания	5
Рекомендации специалистов.....	6

Продукты пчеловодства для здоровья органов пищеварения	7
Хитозан пчелиных	7
Прополис	8
Мед	11
Пыльца и перга	12
Маточное молочко	14
Пчелиный яд	15
Экстракт личинок восковой моли	15
Пчелиный воск.....	16

Программы очищения и оздоровления пищеварительной системы с использованием продукции ТЕНТОРИУМ	17
Правила применения продуктов пчеловодства.....	17
Детоксикация организма.....	17
Программа детоксикации при пищевых аллергиях и непереносимости глютена	20

Болезни желудка	21
Гастриты.....	21
Программа применения продуктов пчеловодства при гастрите	22
Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки	23
Программа применения продуктов пчеловодства при язвенной болезни.....	24

Нарушения работы поджелудочной железы	26
Панкреатит	26
Программа применения продуктов пчеловодства при заболеваниях поджелудочной железы	26

Нарушения работы печени и желчных путей	28
Дискинезия	28
Холецистит	28
Желчнокаменная болезнь.....	29
Программа применения продуктов пчеловодства при холецистите или желчнокаменной болезни	29
Гепатиты.....	30
Цирроз печени.....	30
Программа применения продуктов пчеловодства для защиты печени и нормализации работы желчных путей	31

Нарушения работы кишечника	33
Дисбактериоз.....	33
Программа применения продуктов пчеловодства при дисбактериозе, колитах и запорах.....	33

Заключение.....	35
------------------------	-----------

Литература	48
-------------------------	-----------



Ирина ХИСМАТУЛЛИНА –

врач-апитерапевт, кандидат медицинских наук, эксперт Росстандарта, директор по инновациям компании ТЕНТОРИУМ.

На протяжении 20 лет занимается изучением влияния продуктов пчеловодства на здоровье взрослых и детей.



Марат ХИСМАТУЛЛИН –

врач-невролог, апитерапевт, кандидат биологических наук. В рамках научной деятельности более 20 лет занимается разработками в сфере производства и применения хитозана и других продуктов. Является одним из создателей апифитопродуктов.

Как врачи, авторы специализируются на применении продуктов пчеловодства для оздоровления организма и в целях профилактики различных заболеваний. Являются авторами оздоровительных программ и программ спортивного питания на базе продукции пчеловодства (апифитопродуктов ТЕНТОРИУМ).