

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ

ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ

ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ



Данная брошюра представляет собой перевод научно-популярной брошюры «Natürlich heilen mit Schwarzkümmel» изданной в Германии в 1998 году издательством «Der Verlagshouse» и посвящённой проблематике лечения семенами и маслом Чёрного Тмина многочисленных серьёзных заболеваний. Этот труд был составлен известным немецким иммунологом Доктором Медицины Питером Шляйхером, а помогал ему в написании этого труда его египетский коллега и выдающийся специалист в области изучения Чёрного Тмина Доктор Медицины Мухаммад Солих. Брошюра имела грандиозный успех в Германии и была переиздана в США на английском языке в 2000 году издательством «Inner Traditions» в Рочестере штате Вермонт. Эта книга создавалась, в первую очередь, в качестве информационного гида, в котором описанные методы и техники лечения являются лишь существенно важным дополнением к традиционной терапии, а не самим средством профессионального медицинского ухода и лечения. Мы предупреждаем, что без приоритетной консультации с квалифицированным специалистом по здоровью они не должны использоваться для лечения серьёзных заболеваний и недугов.

Содержание:

Глава первая

МНОЖЕСТВО БОЛЕЗНЕЙ – ОДНО ЛЕКАРСТВО

Глава вторая

ЧЁРНЫЙ ТМИН – СТИМУЛЯТОР ИММУННОЙ СИСТЕМЫ

Глава третья

ПРИМЕНЕНИЕ ОТ А ДО Я

Глава четвертая

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ КОЖИ, ВОЛОС И НОГТЕЙ

Глава пятая

ЧЁРНЫЙ ТМИН НА КУХНЕ И В КУЛИНАРИИ

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА И МАТЕРИАЛЫ

ИНФОРМАЦИЯ ОТ МЕЖДУНАРОДНОЙ ГРУППЫ КОМПАНИЙ

«ARABIAN SECRETS»

Глава первая

МНОЖЕСТВО БОЛЕЗНЕЙ – ОДНО ЛЕКАРСТВО



Многие люди, читая длинный список заболеваний, при лечении которых применяется Чёрный Тмин в его различных формах (масло, семена, капсулы с маслом или семенами), относятся

к этому с недоверием. Но целебные свойства Чёрного Тмина реальны, и они не кажутся настолько невозможными, как только каждый понимает, что все они происходят из одного источника – способности растения стабилизировать и усиливать иммунную систему организма. Называть Чёрный Тмин волшебным лекарством было бы, конечно, преувеличением, но, в действительности же, его эффективность при лечении многих заболеваний просто поражает.

Чёрный Тмин, также известный как «благословенное семя» и «любовь во мгле», является растением, исцеляющие свойства которого высоко почитались на Ближнем Востоке в течение более трёх тысяч лет. Растение традиционно использовалось для лечения респираторных, желудочно-кишечных заболеваний, циркуляции и дисфункции иммунной системы, а также как тонизирующее средство. В Библии Чёрный Тмин называют «чернухой», а Пророк Мухаммад (САС) говорит в достоверных хадисах, переданных с его слов, что Чёрный Тмин вылечивает любую болезнь, кроме смерти.

Чёрный Тмин был когда-то высоко оценён в Европе, как исцеляющее растение и одновременно как специя, но был постепенно забыт и к восемнадцатому столетию использовался только как садовое декоративное растение. Однако Чёрный Тмин был возрождён заново на Западе и теперь исследователи в Европе и Соединённых Штатах уже с научной точки зрения доказывают то, что всегда знали и ценили люди на Ближнем Востоке.

ОСЛАБЛЕННАЯ ИММУННАЯ СИСТЕМА – СОВРЕМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

Каждый день наш организм должен отбивать атаки множества болезнетворных микроорганизмов и, особенно, бактерий, вирусов и грибковых инфекций. Обычно мы не замечаем этого, так как в нас существует эффективно функционирующий механизм защиты – наша иммунная система. Здоровая иммунная система реагирует на нападения с внешней стороны, борется с вредными инородными телами и устраняет их так быстро насколько это возможно. Только когда защитный механизм нашего тела больше не может функционировать должным образом, болезнетворные микроорганизмы имеют шанс. Как только они находят основу для нападения, то риск проявления инфекций и других болезней существенно увеличивается.

Постоянный стресс и серьёзное психологическое напряжение, плохая экология окружающей среды, нехватка сна или физической активности, а также неправильное питание – всё это может привести к ослаблению иммунной системы. Поскольку всё это присутствует в современном обществе, то всё больше людей в индустриализированном мире страдает от этого. В результате – повышение восприимчивости к простудам, кожным и респираторным проблемам, чрезмерно быстрому росту грибковых инфекций и аллергий, так же, как и к увеличению числа расстройств

пищеварительной системы, хронического истощения и мигрени. Причинная связь существует между раком и определёнными расстройствами иммунитета.

Есть несколько способов усилить иммунную систему и предотвратить эти болезни. Химические средства часто имеют нежелательные побочные эффекты и только подавляют симптомы болезни, не вылечивая их. Именно поэтому сегодня, более чем когда-либо, методы обычной медицины подвергаются сомнению. Всё больше людей доверяет естественным методам исцеления, которые излечивают человека фактически полностью. В этой книге вы увидите, как Чёрный Тмин стабилизирует и восстанавливает защитный механизм вашего организма мягким и естественным способом, без возникающих побочных эффектов, как при других методах стандартного медицинского лечения. Кроме того, вы узнаете, как Чёрный Тмин может использоваться для лечения самых общих распространённых заболеваний, принося постоянную помощь.

ЧЁРНЫЙ ТМИН – ОСНОВЫ

Использование Чёрного Тмина как специи и исцеляющего растения началось ещё в древнем Египте. Он являлся ингредиентом многих блюд. Личные врачи фараонов всегда имели чашу семян Чёрного Тмина при себе, чтобы давать его своим пациентам при

необходимости для улучшения пищеварения после обильных обедов, а также как эффективное средство от простуды, головных болей, зубной боли и инфекций. В могиле фараона Тутанхамона археологи обнаружили запечатанный сосуд с этим древним лекарством.

Чёрный Тмин (*Nigella Sativa*) сегодня выращивается в Северной Африке, Азии и Юго-Восточной Европе. Основные его производители - Египет, Сирия, Эфиопия, Индия, Пакистан, Иран, Ирак и Турция. Горячий, сухой климат и песчано-глинистая почва этих стран предлагают идеальные условия для выращивания растения, которое имеет изящные синеватые белые цветы и экзотически выглядящие плоды-коробочки. Египетский Чёрный Тмин - это лучший выбор для лечебных целей и выращивается он в самом сердце арабской пустыни в оазисах. Важно, что только сорта подобные египетскому Чёрному Тмину (имеется в виду *Nigella Sativa*) используются для лечебных целей. Другие сорта, вроде дамасского Чёрного Тмина (*Nigella Damascena*), имеют лишь малый набор лечебных свойств, а один вид и это *Nigella Garidella* даже является ядовитым.

Чёрные зерновые культуры Тмина, предназначенные для производства масла, сеются в сентябре. До того, как появятся первые цветки, они постоянно обильно поливаются и лишь когда стручки сформируются, полив полностью останавливается, чтобы Чёрный Тмин смог высохнуть. Сбор урожая начинается, как только растение

начинает отмирать у основания. Коробочки на данном этапе — светло-коричневые, семена — чёрные и тяжёлые. Растения срезаются до восхода солнца, чтобы они не стали влажными от утреннего тумана или росы. Срезанные растения раскладываются для сушки в больших связках на чистых листах и переворачиваются равномерно. Наконец, будучи собранными и сложенными в мешок, семена отправляются на переработку.

Масло Чёрного Тмина, используемое в терапевтических целях должно быть холодного отжима. Если оно было химически извлечено из семян при высоких температурах, то ценные жирные кислоты разрушаются. Масло, извлечённое холодным способом, сохраняет все свои ценные лечебные компоненты, однако его полученные количества всегда бывают намного меньше, чем при получении масла горячим способом или химическим, убивающим в масле всё полезное.

ОБРАЩЕНИЕ ВНИМАНИЯ К РАЗЛИЧИЮ ПРОДУКЦИИ ПО КАЧЕСТВУ

Не вся продукция Чёрного Тмина – одно и то же. Существуют большие различия между разными марками. Таким образом, Вы не должны покупать непроверенное масло Чёрного Тмина только потому, что оно находится в продаже. Чтобы удостовериться, что вы

покупаете изделие высокого качества, спросите экспертов аптеки (провизоров).

Медицинская и косметическая эффективность растения зависит от типа и места его происхождения. Условия культивирования, качество почвы и интенсивность солнечного света также имеют большое влияние на качественную составляющую Чёрного Тмина. Надлежащий сбор урожая и холодный отжим - дальнейшие условия для сохранения активных компонентов.

ЧЁРНЫЙ ТМИН ИЗ ЕГИПТА

Согласно новому исследованию, египетский Чёрный Тмин имеет самую высокую терапевтическую эффективность. Это связано с тем, что он растёт в оптимальных климатических условиях. Египетский Чёрный Тмин не только получает большое количество солнца и нужную почву, но также и тщательно контролируемое культивирование, а его масло, как уже было отмечено ранее, добывается при использовании методики холодного прессования и холодной же фильтрации.

Концентрация различных активных компонентов Чёрного Тмина зависит от процесса сбора урожая. Различные методы культивирования, сбора урожая и извлечения самого масла приводят к существенным несоответствиям в качественных показателях конечного продукта. То же самое касается примесей

(неоднородностей), которые могут попасть в Чёрный Тмин во время любой из трёх стадий процесса. Современные методы предотвращают попадание загрязнений (примесей) как в сырье, так и в сам готовый продукт в виде полученного масла.

ДОЗИРОВКА

Египетский Чёрный Тмин доступен для приобретения в современных торговых сетях в различных формах и консистенциях. Рекомендуем вам приобретать капсулы, имеющие указание на размеры дозировки. Масло Чёрного Тмина в капсулах на примере производства для потребностей аптечного рынка Германии было проверено на предмет наличия в нём чужеродных примесей и включений, а также на наличие в нём необходимого количества активных компонентов. Проверка велась в течение самого производственного процесса, что дало возможность в дальнейшем определить точную дозировку масла Чёрного Тмина для применения человеком в лечебных целях. Используя разлитое во флаконы масло Чёрного Тмина, которое сложнее дозировать должным образом, пациенты должны тщательно следовать рекомендованной дозировке, подходящей именно им. Дозировку должен назначать специалист этой области, исходя из особенностей заболевания и состояния самого пациента.

Ботанические характеристики *Nigella Sativa*

- Чёрный Тмин принадлежит семейству Ranunculaceae (лютиковых).
- Растение имеет немного волосатый стебель и солнечные зелёные, треугольной формы листья. Цветы на конце стеблей молочно-белого цвета, с немного синеватым или зеленоватым оттенком на кончиках.
- Несколько кривые, треугольной формы семена содержатся в коробочках, которые окружены пятью подобными клюву удлиннениями. Семена чёрного цвета имеют аромат напоминающий анис.
- Растение Чёрный Тмин является однолетним и имеет высоту от 30 до 60 см.

АКТИВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

Чёрный Тмин – это чрезвычайно сложный по своему составу комплекс различных веществ, состоящий из более чем ста компонентов, некоторые из которых ещё до сих пор не были определены или изучены. Его высокая эффективность связана с комбинацией жирных масел, эфирных масел и микроэлементов. Оно состоит из:

- 21 % протеиносодержащие соединения

- 35 % масла (в них преобладают полиненасыщенные жирные кислоты)
- 38 % углеводные соединения
- 6 % другие компоненты

Изучение ингредиентов подтвердило, что активным целебным компонентом в Чёрном Тмине является эфирное масло Nigellone. В дополнение к его свойствам повышать иммунитет, оно является и бронхорасширяющим средством, и таким образом, очень эффективно при лечении астмы и коклюша. Другими ингредиентами являются сапонин и нигелин, которые обладают антибактериальным и противовирусным действием, возбуждают аппетит и стимулируют пищеварение. Также, в Чёрном Тмине содержатся танины.

Другие ингредиенты масла Чёрного Тмина:

Альфа-пинен (Alpha Pinene) и **Бета-пинен (Beta Pinene)** – это производные терпенов, они содержатся в природных эфирных маслах и смолах, помогают лечить простуду и кашель, обладают обезболивающим эффектом.

Борнеол (Borneol) - одно из основных масел, применяемых при изготовлении лекарственных препаратов, предназначенных для разрушения камней в желчном пузыре и почках, наряду с другими маслами, такими как ментол, ментон и камфен.

Карвон (Karvon) - вещество из семейства терпеноидов, входящее в состав эфирных масел. Усиливает отделение секрета пищеварительными желёзами, моторику пищеварительного тракта, повышает аппетит, способствует нормализации обмена веществ в организме. Поэтому Чёрный Тмин нужно включать в состав диетического питания при ожирении, заболеваниях печени, желчного пузыря, почек, анацидных гастритах и метеоризме.

Сабинен (Sabinene) – являясь естественным органическим соединением, классифицирующимся как циклический монотерпен и представляющим собой в выделенном состоянии бесцветную жидкость с резким запахом и вкусом, это вещество входит в состав эфирных масел. Это вещество обладает мощным антипаразитарным глистогонным эффектом, выводя паразитических червей из организма человека и животных.

Тимол (Thymol) – является монотерпеновым фенолом, входящим в состав эфирных масел. Обладает противоглистным эффектом при лечении анкилостомидоза, трихоцефалёза и некоторых других гельминтозов; применяется в качестве антисептического средства для дезинфекции полости рта, зева, носоглотки; в стоматологической практике — для обезболивания дентина; в фармацевтической промышленности — в качестве консерванта.

1,8-Цинеол (1.8-Cineole) – является моноциклическим терпеном. Известен своими антисептическими свойствами. Применяется в качестве мощного отхаркивающего средства.

Карвакрол (Karvakrol) – это органическое соединение, присутствующее в эфирных маслах, относящееся к классу монотерпенидов фенола. Карвакрол замедляет рост некоторых бактерий, таких как *Escheria coli* или *Vacillus cereus*, тем самым являясь прекрасным антибактериальным средством.

Альфа-терпены (Alpha-Terpines) – относятся к углеводородным соединениям входящими в сложные составы эфирных масел. Обладают антисептическими, противовирусными, бактерицидными и фунгицидными (убивают грибки) свойствами. Оказывают мочегонное, отхаркивающее и возбуждающее действие.

Тиногидрохинон (Thynohydrochinon) – вещество, обладающее рядом бактерицидных и косметологических свойств.

P-zymes – вещества влияющие на метаболизм клеток.

Артемизия кетон (Artemisia Ketone) – представляет собой химическое соединение, содержащее карбонильную группу в середине углеводородной цепи. Имеет антисептическое (особенно противогрибковое), ранозаживляющее, обезболивающее, противовоспалительное, жаропонижающее свойства. Изучено также возможное его влияние на свёртываемость крови — снижая её, оно оказывают антикоагулирующее (противосвёртывающее) действие. Также вещество обладает муколитическим (стимулируют выработку слизи), липолитическим (растворяют жиры), седативным (успокаивающе действуют на нервную систему) эффектами.

Линалоол (Linalool) – это природный спирт, относящийся к растительным терпеноидам. Вещество обладает ярко выраженным эффектом при лечении бронхолёгочных заболеваний, оно также помогает сгущать кровь, является хорошим спазмолитиком, помогает при нервном переутомлении и депрессии.

Стеариновая кислота (Stearin-Acid) – эта кислота присутствует в составе кожных липидов, из которых состоит роговой слой кожи человека, а в самом же организме синтезируется из пальмитиновой кислоты под воздействием ферментов. Являясь эмолентом, эта очень важная кислота фиксируется в роговом слое кожи при нанесении масла Чёрного Тмина на кожу в ходе процедуры лечебного массажа, придавая ей гладкость и мягкость. При употреблении вовнутрь масла Чёрного Тмина стеариновая кислота переходит в олеиновую, которую иначе называют ещё жирной кислотой омега-9. Полезных свойств у олеиновой кислоты великое множество:

1) Играет важную роль для снижения уровня холестерина. Средиземноморская кухня считается наиболее полезной благодаря широкому использованию продуктов, содержащих олеиновую кислоту и, в первую очередь, оливкового масла. Жиры омега-9 отличаются высокой химической стабильностью, что препятствует оседанию холестериновых бляшек на стенках сосудов.

2) Помогает бороться с инсулиновой устойчивостью (снижение переносимости глюкозы, что увеличивает риск развития диабета).

3) Укрепляет иммунитет.

4) Учёные установили, что олеиновая кислота помогает женщинам предотвратить рак молочной железы. Это свойство обнаружили американские учёные из Северо-Западного университета в Чикаго. В экспериментах на раковых клетках молочной железы человека выяснилось, что олеиновая кислота оливкового масла блокирует ген рака молочной железы Her-2/neu. При его же активности развиваются особенно злокачественные опухоли.

Арахидоновая или же **эйкозановая кислота** (Arachin-Acid) – относится к ненасыщенным жирным кислотам группы карбоновых кислот, а точнее алифатических монокарбоновых кислот. Помимо регуляции холестерина обмена она принимает участие в построении клеточных мембран. Влияет на усиление желчегонных процессов, а также благоприятствует нормальному функционированию нервной ткани, сердца и печени.

Пальмитиновая кислота (Palmitin-Acid) – находясь в составе молекулы, придаёт ей липофильные свойства, облегчая преодоление эпидермального барьера. Доказано, что пальмитиновая кислота способствует активизации синтеза собственного коллагена, эластина, гликозаминогликанов и гиалуроновой кислоты. Таким

образом, осуществляется обновление межклеточного вещества дермы.

Сабиненгидрат (Sabinen Hydrates) –компонент, относящийся к циклическим природным монотерпенам. Обладает болеутоляющими свойствами, способствует увеличению секреции желудочного сока, улучшая пищеварение. Это вещество предупреждает развитие гнилостных процессов в кишечнике.

Миристиновая кислота (Myristine-Acid) - эта насыщенная жирная кислота используется организмом для стабилизации различных протеинов, включая протеины, используемые иммунной системой. Она обладает выраженными противовоспалительными свойствами.

Пальмитинолеиновая кислота (Palmitinolein-Acid) – наиважнейшая ненасыщенная жирная кислота, защищающая печень и другие внутренние органы от воздействия токсических веществ, таких, каковыми, например, являются соединения свинца или алкоголь. При наружном употреблении эта кислота отличается способностью восстанавливать кожный покров, в том числе и эластичность зрелой кожи.

Бета - Туйон (Beta-Thujon) – это вещество является одной из стереоизомерных форм кетона, относящегося к классу производных терпенов. Своё самоназвание получило от имени растения туя, из которого оно было впервые получено (семена туи используются в создании препаратов по лечению рака). Оно имеет широкий спектр

фармакологической активности, что определяет его назначение. Оно оказывает противовоспалительное, антисептическое, спазмолитическое, гипертензивное, вяжущее, мочегонное, ранозаживляющее, противоревматическое, цитостатическое, общеукрепляющее и иммуномодулирующее действие. Вещество проявляет антимикробную активность против Золотистого Стафилококка (*Staphylococcus Aureus*), Кишечной Палочки (*Escherichia Coli*), Шигеллы Зонне (*Shigella Sonnei*), Палочки Озена или палочки Абеля-Левенберга (*Klebsiella Ozaenae*), Сенной Палочки (*Bacillus Subtilis*), Влагалищного Грибка или же Молочницы (*Candida Albicans*), Грибов-Криптококков возбудителей Криптококкоза у человека (*Cryptococcus Neoformans*), различных видов Сальмонеллы (*Salmonella*) и прочих микроорганизмов. Входя в состав масла Чёрного Тмина, оно является тонизирующим средством для пищеварительного тракта: улучшает аппетит и способствует перевариванию тяжёлой пищи (в том числе мяса). Устраняет колики и газообразование в пищеварительном тракте. Приносит облегчение при запорах. Помогает при диарее. Является тоником для печени и почек. Стимулирует мочеотделение, хорошо помогает при задержке жидкости и отёках. Это вещество тонизирует кору надпочечников и уменьшает функциональную активность щитовидной железы (является эффективным средством при её гиперфункции). Влияет на решение проблемы женского бесплодия. Его противовирусные и

противогрибковые свойства могут быть использованы для лечения генитального герпеса и молочницы.

Бегеновая кислота (Behen-Acid) – это полиненасыщенная жирная кислота, помогающая лечить многие кожные заболевания, она восстанавливает повреждённую и сухую кожу, предупреждает и борется с морщинами. Находясь в составе масла Чёрного Тмина, именно бегеновая кислота обеспечивает его стабильность. При наружном употреблении масла, содержащие бегеновую кислоту, обладают мощнейшим очищающим эффектом от всевозможных загрязнений кожи, в том числе, самых глубоких.

Борнилацетат (Borneylacetate) - этот сложный эфир борнеола и уксусной кислоты является представителем терпеноидов. Этот активный компонент полезен при лечении нервных и сердечнососудистых заболеваний. Борнилацетат обладает обезболивающими свойствами и при наружном нанесении масла Чёрного Тмина это вещество через нервные окончания воздействует на нервную систему человека, снижая болевые ощущения.

Чёрный Тмин включает в себя также микроэлементы, витамины, естественные антигистамины и природные анальгетики.

НЕЗАМЕНИМЫЕ ЖИРНЫЕ КИСЛОТЫ

Чёрный Тмин является прекрасным источником полиненасыщенных жирных кислот, особенно тех из них, что

известны под названием *незаменимые жирные кислоты* (НЖК). НЖК жизненно необходимы для поддержки нормальных функций клеток и стабильного состояния клеточных мембран. Они способствуют быстрому заживлению ран, гладкости кожи и оказывают помощь в метаболизме холестерина и жиров в крови. НЖК играют также важную роль в нормальном функционировании мозга и нервной системы. Рацион с недостатком НЖК влечёт за собой такие заболевания кожи как угри, перхоть, экзема, более серьёзные, такие как нарушение менструального цикла, сердечные и раковые болезни.

В организме из числа НЖК линоленовая (Омега-3) и гамма-линоленовая (Омега-6) кислоты используются для синтеза простагландинов (гормоноподобных веществ), регулирующих многие процессы, от образования Т-лимфоцитов до сокращения мышц и стабилизации кровяного давления. Простагландин E1 регулирует количество Т-лимфоцитов, стимулируя, таким образом, иммунитет людей, страдающих иммунной недостаточностью, а также снимает воспалительные и аллергические процессы у людей, страдающих сверхактивной иммунной системой, большим количеством Т-лимфоцитов. Многие клинические исследования показали, что гамма-линоленовая кислота (Омега-6), предупреждает сердечные заболевания, понижает кровяное давление, уменьшает вес, лечит диабет, ревматоидный артрит и астму. Также было

обнаружено, что эта кислота играет важную роль в уничтожении раковых клеток.

Чёрный Тмин является одним из лучших источников линоленовой (Омега-3) и гамма-линолевой (Омега-6) кислот. После Чёрного Тмина другими источниками этих кислот являются растение энотера (примула вечерняя), семена конопли и бурачника лекарственного.

ПОВТОРНОЕ ОТКРЫТИЕ В НАШЕ ВРЕМЯ

Чёрный Тмин был заново открыт в Европе, что достаточно интересно, благодаря страдающей от болезни лошади. Несколько лет назад ценная для показа лошадь по кличке Баронесса внезапно начала страдать от серьёзных приступов астмы. Лошадь принадлежала четырнадцатилетнему студенту Мюнхенской Академии Лошади. Владелец показал больное животное нескольким известным ветеринарам, и все предложили терапию на основе кортизона (гормональное лекарство, вызывающее сильное привыкание к нему и губительную зависимость). Но владелец не захотел проводить такую терапию для своей любимой лошади из-за её серьёзных побочных эффектов.

Наконец, владелец нашёл ветеринара, который практиковал гомеопатические методы. Он искал различные способы и методы натурального лечения, но, несмотря на все его старания, он был

неспособен успешно вылечить лошадь. И наконец, уже совсем отчаявшись, ветеринар решил связаться с доктором, которого знал уже давно по прошлой работе в Египте, и спросить его о возможном гомеопатическом лечении для продолжающей мучительно болеть лошади. Египетский коллега ответил, что в его стране лошадей успешно лечат от всевозможных иммунных расстройств Чёрным Тмином вот уже как тысячу лет. Ветеринар добавил Чёрный Тмин в пищу лошади, и Баронесса быстро восстановила своё здоровье и по прошествии недолгого времени начала снова выигрывать медали.

Этот захватывающий лечебный успех привёл к внимательному изучению этого удивительного растения в научных лабораториях. С тех пор учёные Германии не единожды проанализировали с максимальной точностью, как, и, используя какие механизмы, действует Чёрный Тмин. Исследования ещё не завершены, но уже и сегодня совершенно ясно, что их результаты превзойдут все возможные восторженные ожидания.

Глава вторая

ЧЁРНЫЙ ТМИН – СТИМУЛЯТОР ИММУННОЙ СИСТЕМЫ



В последних исследованиях, проводимых с Чёрным Тмином, изучено его положительное воздействие на иммунную систему. Усиливая иммунную систему можно облегчить или излечить многие

заболевания и недуги. Чтобы лучше понять действие Чёрного Тмина, необходимо ознакомиться с краткой информацией о функциях иммунной системы.

ЗАЩИТНАЯ ФУНКЦИЯ ОРГАНИЗМА

Несмотря на защитную функцию слизистых оболочек тела человека бактерии, грибки и вирусы постоянно проникают в организм через поры. Подобным воздействиям извне противостоит иммунная система.

Миллионы клеток, подобно «истребителям специального назначения» постоянно циркулируют в лимфатической жидкости и крови. Некоторые из них опознают «недруга» и начинают подавать сигнал своим сотоварищам, в то время как другие разрушают инородные микроорганизмы (антигены). При появлении инфекции эти белые клетки крови (лейкоциты), функция которых заключается в ликвидации элементов, порождающих инфекции, увеличиваются в значительной степени. Лимфоциты, особый тип белых кровяных клеток, играют основную роль в защитной системе организма. Они образуются в костном мозге и оттуда перемещаются в различные участки тела. У здорового человека в крови постоянно циркулирует от 5 до 15 процентов защитных клеток, которые можно определить по анализам, проведённым в лабораторных условиях. Остальные покоятся в органах и становятся подвижными только при

обнаружении антигенов. Лимфоциты обнаруживаются в тимусе, костном мозге, аппендиксе, селезёнке, лимфатических узлах, миндалинах и лимфатической ткани кишечника.

Лимфоциты подразделяются на В - и Т - лимфоциты, каждый из которых выполняет определённую функцию. В-лимфоциты образуют антитела, необходимые для ликвидации инородных веществ. Особый вид В-лимфоцитов, называемых «клетками памяти» сохраняют копию этих антител. При попадании ранее попавшего вируса в организм во второй раз, даже по истечении многих лет, соответствующие антитела, синтезируясь, увеличиваются в большом количестве. Т-лимфоциты выполняют функцию самозащиты организма, оказывают мгновенное противодействие антигенам.

Большее половины Т-лимфоцитов в кровяном русле являются «клетками-хелперами» (помощниками). Они активизируют «клетки-киллеры», стимулируют образование антител В-лимфоцитами и нейтрализуют клетки, поражённые вирусом. Т-лимфоциты усиливают кровообращение в поражённой инфекцией области и обеспечивают усиленный сюда поток защитных клеток. Температура тела увеличивается и появляется жар. Повышенное кровообращение и температура оказывают дальнейшую пользу организму – высокая температура уничтожает армию токсинов, образующихся при любой защитной реакции организма, и обеспечивает их выведение. В результате иммунная система,

становится ещё более сильной, чем ранее. Другие Т-лимфоциты – это «клетки-супрессоры» (подавители). Они отвечают за количество циркулирующих в крови «клеток-хелперов», необходимых для различных иммунных реакций.

Иммунную систему, находящуюся под защитой «клеток-киллеров», можно сравнить с постоянно находящейся в боевой готовности армией атакующих солдат и контролирующей миротворческой силой. При попадании вируса в организм, «клетки-киллеры», оказывая противодействие, нейтрализуют его. Большинство «клеток-киллеров», за исключением некоторых, при этом разрушается. Оставшиеся активные «клетки-киллеры» продолжили бы противодействие и по отношению к собственным клеткам организма, однако, миротворческие «клетки-подавители» удерживают их от этого.

Нормально защитная иммунная система организма функционирует при соответствующей пропорции «клеток-киллеров» и «клеток-супрессоров». При большом количестве «клеток-киллеров», «клетки-супрессоры» не способны их удержать и тогда «клетки-киллеры» уничтожают клетки самого организма. При повышении «клеток-супрессоров» защитный механизм организма не в состоянии оказать противодействие попавшим в организм веществам. При этом появляются благоприятные предпосылки для проявления недугов и хронических заболеваний.

Последствиями чрезмерно сниженного количества «клеток-киллеров» в крови может быть:

- Подверженность инфекционным заболеваниям
- Неизлечимые хронические заболевания пищеварительной системы, например, диарея
- Непонятная сыпь вирусного характера
- Инфицирование ВИЧ, начальные стадии СПИДа

При заметном недостатке «клеток-киллеров» иммунная система может полностью выйти из строя. Тогда раковые клетки, контролируемые до этого защитной системой организма, могут беспрепятственно увеличиться в количестве и, в худшем случае, привести к раковому заболеванию.

«Клетки-супрессоры», которые в здоровом организме удерживают «клетки-киллеры» от доминирования, при своём чрезмерно малом количестве, бывают не в состоянии оказать им противодействие. И тогда, «клетки-киллеры» оказывают противодействие собственным клеткам организма, разрушая то, что им следовало бы охранять в здоровом организме. Это называется - аутоиммунной реакцией. Чрезмерное увеличение в крови количества «клеток-киллеров» может привести к:

- Различным формам ревматоидного артрита, васкулитам, спондилиту и фиброзу лёгких
- Лейкемии (раку крови)

- Различным формам гепатита, циррозу печени и почечным заболеваниям
- Множественному склерозу и заболеваниям нервной системы
- Эпилепсии, аллергиям и сахарному диабету

АЛЛЕРГИИ, АСТМА И ИММУННАЯ СИСТЕМА

Одним из самых эффективных областей применения Чёрного Тмина является лечение аллергических заболеваний и астмы. Лекарственные препараты, предназначенные для ослабления симптомов аллергических заболеваний и астмы, часто дорогие в цене и имеют опасные побочные эффекты. На протяжении веков масло Чёрного Тмина применяют в Азии и на Ближнем Востоке как безопасный, эффективный препарат при аллергических ринитах, астме, бронхитах, экземе и крапивнице (сыпи).

Аллергии и астма обычно являются результатом повышенной реакции на безвредные вещества, с которыми мы сталкиваемся в повседневной жизни – различного типа пыльца, взвешенные пылинки, плесень и перхоть домашних животных. При попадании этих веществ в организм человека, страдающего аллергией, иммунная система ошибочно принимает их за вредные субстанции, оказывая противодействие, уничтожает их, в результате чего проявляются симптомы аллергии - чиханье, насморк, заложенность

носа, зуд в глазах, тяжёлое дыхание и, в худшем случае, коллапс (кома). Во всех случаях главную роль играет ответная реакция иммунной системы.

Масло Чёрного Тмина содержит ненасыщенные жирные кислоты, а именно линоленовую (Омега-3) и гамма-линоленовую (Омега-6), которые являются необходимыми для нормального функционирования иммунной системы организма. При употреблении масла Чёрного Тмина внутрь, происходит последовательность химических реакций, в которых эти ненасыщенные кислоты принимают активное участие. Вследствие данных реакций образуется арахидоновая кислота, вещество, в свою очередь, способствующее синтезу простагландина E1. Простагландин E1 подавляет вещества, вызывающие аллергии и налаживает иммунную систему. При длительном курсе лечения маслом Чёрного Тмина, защитный механизм организма приостанавливает свою избыточную активность и вновь обретает баланс. Оно улучшает состояние человека, страдающего болезнями, порождёнными аллергическими гиперреакциями, такими как астма, сенная лихорадка и экзема.

Одним из самых важных компонентов масла Чёрного Тмина является активный ингредиент Nigellon. Благодаря способности его расширять и расслаблять мускулатуру дыхательных путей, оказывается эффект при лечении бронхиальной астмы и респираторной аллергии. Он также уменьшает выделение гистамина

в кровотока и оказывает, таким образом, противодействие аллергическим реакциям. Другим активным ингредиентом масла Чёрного Тмина является тимогидрохинон, который также выступает в роли антигистамина и болеутоляющего средства.

Обычный рацион не обеспечивает человека необходимым количеством важных жирных кислот, однако длительное употребление масла Чёрного Тмина может уменьшить симптомы аллергии до 90 процентов. Последние научные исследования подтверждают, что употребление 25 капель масла или 2 капсул Чёрного Тмина 3 раза в день от 3 до 6 месяцев, является недорогим и эффективным лечением аллергии и астмы. Кроме того, данная доза масла Чёрного Тмина не имеет никаких побочных эффектов.

СЛАБОСТЬ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ

На данный момент во многих современных странах рост инфекционных и аллергических заболеваний достиг серьёзного уровня. Все больше людей страдает раком и СПИДом. Миллионы американцев страдают хроническим утомлением. В целом, причина всего этого одна – нарушение функций иммунной системы организма.

Причиной состояния иммунодефицита у человека является тяжёлая физическая нагрузка или продолжительный стресс. Снижение физических нагрузок, недостаток питания, наркотики,

алкоголь, сигареты, лекарственные препараты, радиация и загрязняющие вещества являются дополняющими факторами в данном процессе.

Нарушение иммунной системы проявляется по-разному. О наличии состояния иммунодефицита у человека можно заподозрить при:

- Повышенной подверженности инфекциям
- Наличие микоза (грибков)
- Трещинах кожи и сильном зуде, например, нейродерматите
- Нарушениях пищеварительного тракта, диарее, значительной потере веса
- Частых рецидивирующих, непонятных продолжительных болях
- Пониженной работоспособности, утомлении
- Проблемах с кровообращением, импотенцией

Для всех перечисленных случаев рекомендуется иммуноукрепляющее средство - Чёрный Тмин. Если, после нескольких недель лечения Чёрным Тмином, Вас продолжает беспокоить утомление, можно заподозрить замедленное обратное развитие в Вашем организме инфекции, истощающее иммунную систему и нарушающее её нормальное функционирование. После определения и ликвидации инфекции, следует продолжить приём

Чёрного Тмина ещё в течение полугода, чтобы предоставить возможность Вашей иммунной системе полностью восстановиться.

ДАЖЕ ИММУННАЯ СИСТЕМА НУЖДАЕТСЯ В ТРЕНИРОВКЕ

В случае возникновения серьёзных бактериальных инфекций антибиотики могут спасти жизнь. Но частый, регулярный приём антибиотиков приводит к отрицательным изменениям: наряду с чужими бактериями (порождающими инфекции) погибают и микроорганизмы, образующие нормальную микрофлору в кишечнике, половых органах, дыхательных путях и коже. А при нарушении естественного баланса грибки и чужеродные организмы могут легко расселиться и распространиться.

Уничтожая вредные микроорганизмы, антибиотики приводят иммунную систему в пассивное состояние. Наряду с быстрым излечением иммунная система организма настолько ослабевает, что больной, становясь ещё более уязвимым, подвергается риску стать жертвой для удачной атаки очередной инфекции. Кроме того, антибиотики подавляют температуру, что, в свою очередь, препятствует выведению токсических веществ, образованных в процессе защитных реакций организма.

В связи с этим, антибиотики следует принимать только в исключительных случаях. Зачастую, ранний приём Чёрного Тмина,

укрепляя защитную систему организма, предотвращает необходимость применения антибиотиков.

ИССЛЕДОВАНИЯ ПОДТВЕРЖДАЮТ НЕОБХОДИМОСТЬ ТРАДИЦИОННОГО ПРИМЕНЕНИЯ

В течение последних сорока лет, больше чем 200 университетских исследований и различных журнальных научных статей подтвердили высокую эффективность традиционных методов применения Чёрного Тмина, некоторые из которых использовались на протяжении тысячи четырёхсот лет. Хотя учёные и начинают больше понимать многие механизмы действия Чёрного Тмина, есть все ещё много компонентов в этом чудесном растении, которые должны в будущем быть идентифицированы и внесены в каталоги лекарств.

Учёные действительно знают, что Чёрный Тмин стимулирует костный мозг и иммунные клетки и поднимает производство интерферона, защищает организм от воздействия вирусов, разрушает клетки опухолей и устраняет инфекции. Исследование показало, что масло Чёрного Тмина обладает антибиотическими свойствами, которые действуют против широкого спектра большей частью патогенных для человека грамположительных и грамотрицательных бактерий. В общем лабораторном исследовании вместе с ампициллином (общим антибиотиком) масло Чёрного

Тмина соответствовало или превышало эффективность ампициллина в борьбе с грамположительными бактериями (это всевозможные пугающие стрептококки, стафилококки, листерии, бациллы и клостридии), которые, в основном, патогенны для человека. Аналогично, лабораторные испытания указывают на то, что Чёрный Тмин может эффективно бороться с раковыми клетками.

ЧЁРНЫЙ ТМИН И РАК

Учёные в Лаборатории Иммунной Биологии Рака города Хилтон-Хед-Айленд штата Южной Каролины США (The Cancer Immuno-Biology Laboratory of Hilton Head Island, South Carolina, USA) ищут вещество, которое убивает злокачественные клетки, не повреждая здоровую ткань, как это бывает при химиотерапии. Удивительные результаты их исследований излагаются в статье «Исследование воздействия Чёрного Тмина на людей» и это первый научный доклад о противоопухолевых свойствах масла Чёрного Тмина в борьбе с раком. Это исследование показывает, что Чёрный Тмин превосходит остальные лекарства. Чёрный Тмин, как оказалось, был более эффективным, чем химиотерапия и лучевое лечение, и все это безо всяких побочных эффектов, возникающих при стандартной терапии.

ИДЕАЛЬНОЕ ВЕЩЕСТВО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ РАКА

Исследование выявило несколько факторов, которые делают масло Чёрного Тмина идеальным веществом для терапии рака и его предотвращения. Учёные нашли, что здоровая иммунная система может распознать клетки опухоли прежде, чем они подвергнут опасности другие клетки и разрушат их. Масло Чёрного Тмина помогает контролировать опухоли многими способами:

- Оно стимулирует производство клеток костного мозга.
- Увеличивает производство иммунных клеток.
- Увеличивает производство интерферона.
- Соматические клетки лучше защищаются от влияния повреждений.
- Оно разрушает клетки опухоли.
- Число В-клеток, которые производят антитела, увеличивается.

ДОКАЗАННЫЕ УСПЕХИ В ТЕРАПИИ РАКА

Лаборатория Иммунной Биологии Рака города Хилтон-Хед-Айленд штата Южной Каролины США вела ряд экспериментов, в которых подопытные мыши были заражены клетками опухоли. Две трети животных, которых лечили маслом Чёрного Тмина, были

живы спустя тридцать дней после заражения. Мыши же, которые не получали лечение Чёрным Тмином, умерли в этот период времени.

Такие же обнадеживающие результаты показали эксперименты с человеческими клетками костного мозга и клетками опухоли: на 250% увеличилось число клеток костного мозга и почти на 50% уменьшился рост клеток опухоли, что было отнесено к эффективно проводимой терапии маслом Чёрного Тмина. Таким образом, было выявлено, что постоянный приём в пищу масла Чёрного Тмина - это эффективная поддержка для любой антираковой терапии.

АНТИОКСИДАНТЫ

Намного лучше, чем успешное лечение рака – это его полное предотвращение. Помимо существенно важных жирных кислот, для хорошего функционирования иммунной системы, является необходимым постоянное присутствие в организме различных витаминов, минералов, и микроэлементов. Все эти жизненно важные вещества мы употребляем вместе с пищей. Однако, из-за всё увеличивающегося стресса, проявляющегося в человеческом организме из-за загрязнений окружающей среды и современного урбанизированного образа жизни, существует потребность в увеличении количества потребляемых антиоксидантов, в силу их явной недостаточности. Эти вещества защищают соматические

клетки от нападения свободных радикалов и таким образом предотвращают разрушительные процессы окисления, которые и являются основным фактором появления сердечных заболеваний, роста клеток опухолей, раннего старения и даже образования катаракты.

Защитная функция антиоксидантов

Терапия Чёрным Тмином может быть особенно эффективной в комбинации со здоровой диетой и образом жизни, который должен включать достаточное количество витаминов и минералов. Когда в диетическое питание, богатое антиоксидантами, добавляются нужные витамины, то появляются следующие видимые преимущества:

- Они поддерживают иммунную систему.
- Они развивают метаболизм.
- Они разрушают свободные радикалы и обеспечивают защиту от рака и других болезней.
- Они помогают бороться маслу Чёрного Тмина и таким образом ускоряют его эффективность.
- Они защищают масло от окисления и таким образом от нежелательных изменений.
- Они предотвращают отрыжку, иногда возможную, вызываемую употреблением чистого масла Чёрного Тмина.

Антиоксиданты и иммунная система

Следующие ниже антиоксиданты очень важны для иммунной системы. Их полноценное употребление гарантирует, что иммунная система сможет функционировать при максимальной нагрузке, хотя, следует учитывать, что чрезмерные дозы любого витамина могут оказаться вредными для организма. Полное рассмотрение антиоксидантов и их функций - вне возможностей этой книги, и следующий ниже их неполный список лишь затрагивает основную пользу, приносимую ими. Поскольку количества потребляемых продуктов должны определяться на индивидуальном уровне, то каждый, кто планирует свой личный режим применения, просто обязан проконсультироваться с врачом-натуропатом или другим компетентным специалистом в области здравоохранения.

Бета-каротин

Бета-каротин также известен как провитамин А и это потому, что организм по мере необходимости может преобразовывать его в витамин А. Бета-каротин влияет на гладкость кожи и её шелковистость, а также помогает волосам стать сильными и блестящими. Он обостряет зрение и защищает слизистые мембраны и сами клетки, усиливает иммунную систему. Была установлена важность витамина А в профилактике предотвращения рака.

Исследования также показывают, что добавление витамина А может вернуть злокачественные клетки в их нормальное состояние.

Биотин

Биотин стабилизирует уровень сахара в крови, помогает уменьшить депрессию и регулирует метаболизм жира, белка и углеводов. Он также важен для здоровья волос, кожи и ногтей.

Фолиевая кислота

Фолиевая кислота необходима для того, чтобы строить красные кровяные клетки, формируя основу аминокислот для метаболизма белка и синтезируя вещества, необходимые для РНК и ДНК. Этот витамин важен для питания нервов и мозга, кожи, волос, костей и слизистых мембран.

Магний

Магний играет важную роль в функционировании сердца, передаче сигнала нерва, в мышечной работе и выработке ферментов. Магний необходим для формирования костей и зубов, для производства энергии. Нехватка магния может иметь отрицательное воздействие на иммунную систему.

Селен

Селен помогает в детоксификации организма от тяжёлых металлов, улучшает структуру кожи и волос, укрепляет сердце и кровообращение, увеличивает концентрацию. Он также обеспечивает иммунную защиту. Нехватка селена увеличивает восприимчивость к раку и аллергиям.

Витамин В1

Витамин В1 – это основной витамин энергии. Он помогает производить энергию из углеводов, ускоряет заживление открытых ран, уменьшает боль, укрепляет мышцы сердца, кишечника и скелет.

Витамин В1 очень важен для здоровой нервной системы и его дефицит может привести к депрессии. Он также улучшает память и живость ума.

Витамин В2

В нашем организме этого витамина недостаточно и, таким образом, он должен поставляться извне регулярно. Витамин В2 необходим для того, чтобы ферменты могли производить энергию из таких веществ, как белок, жир и углеводы. Он важен для кожи, волос и ногтей, защищает слизистые мембраны и укрепляет зрение.

Витамин В2 играет важную роль в производстве крови и в клеточном росте. Признаками дефицита витамина В2 являются потрескавшиеся

губы, трещины в уголках рта, налитые кровью глаза и сухие или жирные участки на коже.

Витамин С

Витамин С играет важную роль в формировании коллагена, вещества, которое связывает клетки. Он также помогает организму усваивать аминокислоты, фолиевую кислоту, железо и жиры. Витамин С укрепляет соединительную ткань, ускоряет заживление ран и способствует развитию здоровых зубов и сильных костей. Среди предупредительных знаков нехватки витамина С является повышенная восприимчивость к инфекциям. Психологические и физические стрессы исчерпывают запасы витамина С в организме и, поэтому, его необходимо потреблять ежедневно.

Витамин Е

Действия Витамина Е в человеческом организме еще более сложны, чем остальных витаминов. Витамин Е является жирорастворителем, а это означает, что он хранится в жировой ткани тела, мышцах, печени, надпочечниках и гипофизе, в сердце, лёгких и репродуктивных органах. Как антиоксидант, витамин Е объединяется с ферментами, чтобы защитить лёгкие от загрязнения, предотвращает рост опухолей и защищает грудь, глаза, печень и кожный покров от повреждения.

Цинк

Цинк способствует росту гладкой и здоровой кожи, сильных и мягких волос. Он ускоряет заживление ран и регулирует работу репродуктивных органов. Приблизительно 70 ферментов в теле человека содержат цинк. Механизмы нашей иммунной системы постоянно требуют, чтобы цинк функционировал должным образом. Признаки цинкового дефицита включают в себя белые пятна на ногтях или ломкие ногти, прыщи и другие проблемы кожи, медленное заживление ран. Внутри организма цинковый дефицит вызывает увеличение числа «клеток-киллеров» и уменьшение числа «клеток-супрессоров» (подавителей). Нехватка цинка приводит к сокращению лимфоцитов и, таким образом, к увеличенной восприимчивости вирусным инфекциям.

УКРЕПЛЕНИЕ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ ЧЁРНЫМ ТМИНОМ

Для некоторых людей даже недолгое пребывание под дождём вызывает простуду, чреватую серьёзным инфекционным процессом. Несмотря на успешный исход борьбы организма с инфекцией может появиться новый вирус. В результате человек выздоравливает только для того, чтобы заболеть вновь. Постоянная подверженность инфекциям, часто имеет также психологическую первопричину.

Люди, пребывающие в условиях чрезмерного стресса больше всех подвержены заболеваниям.

Последние научные исследования подтверждают антибактериальное и противовирусное действие Чёрного Тмина. Долгое время, применяя Чёрный Тмин в виде традиционного лекарственного средства против простуды и вирусных инфекций, всё ещё являет собою лучший выбор для лечения многих болезней. В отличие от лекарственных препаратов синтетической основы, предназначенных для лечения простуды и гриппа, применение Чёрного Тмина в этих случаях поможет, укрепляет иммунную систему, что помогает организму быстрее выздороветь и, в дальнейшем, противостоять другим инфекциям.

Приём Чёрного Тмина, наряду со здоровым рационом и регулярными физическими упражнениями, чудотворно влияет на иммунную систему. Например, в случае, если вы почувствовали себя обессиленным, то приём 2 капсул или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день в течение 6 месяцев полностью укрепит вашу иммунную систему.

Глава третья

ПРИМЕНЕНИЕ ОТ А ДО Я



Следующая глава в алфавитном порядке рассказывает о проблемах, в решении которых Чёрный Тмин помогает и даёт советы для самолечения незначительных заболеваний. Если у вас более серьёзные проблемы со здоровьем, то вы должны проконсультироваться с доктором для установления точного диагноза и соответствующего лечения. Несмотря на то, что Чёрный

Тмин обладает замечательными целебными качествами, он не может полностью заменить медицинское лечение.

Предостережение: Семена Чёрного Тмина традиционно использовались в большом количестве для вызова менструации, и поэтому, Чёрный Тмин не должен использоваться в течение всего периода беременности вовнутрь.

УГРИ

Угри представляют собою одну из широко распространённых хронических кожных проблем, обычно поражающих лицо, иногда, спину, грудь и плечи. Они представляют собою различного вида пятна, а при тяжёлой степени могут оставить рубцы. Угри чаще встречаются у мужского пола и, обычно в начале периода полового созревания. Мужской пол чаще сталкивается с проблемой угрей, чем женский. Связано это с тем, что мужские половые гормоны (тестостерон) стимулируют их образование, а у женского пола, появление прыщей связано с определённым периодом менструального цикла или беременностью.

Ввиду того, что прыщи часто проявляются в подростковый период, те, кто тяжело переносит эту проблему, могут впасть в состояние стресса или тяжёлых эмоциональных переживаний. Методы устранения угрей косметическими средствами,

выдавливанием обычно бывают безуспешными и влекут за собой более серьёзные инфекционные осложнения.

При появлении обыкновенных угрей, *Acne Vulgaris*, самого распространённого типа угрей, клетки волосяного мешочка начинают образовывать избыточное количество кератина и секрета сальных желёз, что приводит к закупорке каналов. После этого создаются благоприятные условия для быстрого роста анаэробных бактерий, называемых Пропионибактериями Акне (*Propionibacterium Acnes*), вызывающих воспалительный процесс. При неконтролируемом росте бактерий на поверхности кожи образуются пустулы или гнойнички. Нездоровый рацион питания и напряжённое состояние организма могут усугубить подобное состояние.

Дерматологи часто рекомендуют лечение антибиотиками, что приводит к нарушению кишечной флоры и развитию устойчивости к антибиотикам. Комплексный подход поможет разрешить данную ситуацию более безопасно.

Волшебное оружие для борьбы с кожными проблемами

Масло Чёрного Тмина может быстро помочь при кожных проблемах. Обычно симптомы ослабевают через две недели после начала регулярного приёма Чёрного Тмина. Принимайте по 1 - 2 капсулы или же 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день.

Наружное применение крема Чёрного Тмина предотвращает и уменьшает рубцевание, и препятствует появлению новых угрей.

Устраните из своего рациона употребление сахара, уменьшите потребление пищевых продуктов с высоким содержанием жиров, а также ограничьте потребление молока. Некоторые витамины, включая витамины А, Е и цинк также могут ослабить степень высыпания. Частое потребление здоровой пищи, такой как миндаль, абрикос, фасоль, говядина, мускусная дыня, морковь, сыр, молодые листья одуванчика, капуста, овсяная крупа и оливковое масло — богатые этими витаминами, может оказать положительное воздействие на процесс лечения заболеваний кожи.

КРЕМ ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА

8 унций (240 мл) яблочного уксуса

1 чашка (227 г) мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина

Смешайте яблочный уксус с промолотыми семенами Чёрного Тмина и дайте смеси настояться 6 - 7 часов. Пропустите смесь через марлю и позвольте полученному настояться в течение дня, пока не появится осадок. Аккуратно слейте отстоявшуюся жидкость. Смешайте оставшийся осадок в соотношении 1:1 с маслом Чёрного Тмина. Затем погрейте смесь на огне в течение 2 - 3 минут и

тщательно перемешайте. Храните в стеклянной посуде в холодильнике.

Прикладывайте крем несколько раз день к проблемным областям кожи. Крем будет действовать более эффективно, если использовать его перед сном и после паровой ванны для лица.

Д.С., семнадцатилетняя девушка, имела серьёзные угри на лбу, щеках, и груди. Обычные крема от прыщей не помогли. Она начала принимать по две капсулы масла Чёрного Тмина три раза в день и по прошествии первых четырёх недель её состояние кожи начало улучшаться. Через три месяца её кожа стала чистой.

АЛЛЕРГИЯ И СЕННАЯ ЛИХОРАДКА

Аллергии провоцируются повышенной реакцией иммунной системы организма на вещества, которые в норме и, как правило, безвредны. Защитный механизм организма не в состоянии отличить вредные и безвредные вещества и ведёт борьбу со всеми инородными веществами, попадающими в организм. Наиболее часто встречающимися формами аллергии являются астма, сезонный аллергический ринит (сенная лихорадка) и хронический (круглогодичный) ринит. При более тяжёлой степени, даже кратковременный контакт с веществом, вызывающим аллергию (аллергеном) может служить причиной немедленной реакции.

Аллергенами, обычно порождающими более серьёзные заболевания органов дыхания, являются взвешенные пылинки, плесневые споры, пыльца и шерсть животных.

Контакт с аллергеном заставляет организм производить белки, названные антителами, которые стимулируют выпуск гистамина и других веществ из соматических клеток в жидкость тела и кровотока. У страдающих аллергией, при этом проявляются знакомые нам симптомы: сопение или заложенность в носу, чихание, зуд, жжение в глазах, сыпь или экзема. В тяжёлых случаях проявляется затруднённое дыхание, приступы астмы или же анафилактический шок. Аллергические реакции могут усиливаться при следующих проблемах:

- Общая слабость иммунной системы
- Нездоровый рацион питания
- Аллергия на определённые пищевые продукты
- Нарушение кишечной флоры
- Низкая ферментная активность
- Генетическая предрасположенность
- Токсины и аллергены, пребывающие в окружающей среде
- Постоянный психологический стресс
- Другие факторы

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ ПОМОЩИ ПРИ АЛЛЕРГИИ

Масло Чёрного Тмина успешно оправдало себя в лечении сезонной аллергии. Во многих случаях больные, регулярно испытывающие тяжёлые реакции на весеннюю пыльцу, избавлялись полностью от симптомов аллергии после регулярного приёма масла Чёрного Тмина. Для сбалансирования сверхактивной иммунной системы людей, страдающих аллергией, масло Чёрного Тмина пополняет организм необходимым количеством ненасыщенных жирных кислот (см. глава вторая).

Приём масла Чёрного Тмина за несколько недель до начала сезона пыльцы значительно облегчает симптомы. У больных аллергией ежедневная доза масла Чёрного Тмина это 1 -2 капсулы или 20 -25 капель 3 раза в день. Для более лучших результатов начинать лечение следует в январе, так как эффект проявится не раньше, чем через 2 недели. Все летние месяцы продолжайте лечение.

Если же у вас уже наблюдается аллергическая реакция, то реальную помощь окажет ингаляция Чёрным Тмином. Страдающий от аллергии должен продолжить употреблять Чёрный Тмин в течение сезона аллергии, используя чай из Чёрного Тмина и ингаляции как дополнительную помощь.

ИНГАЛЯЦИЯ ЧЁРНЫМ ТМИНОМ

1 чашка (227 г) мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина

1 кварта (1 л) горячей воды

Поместите семена Чёрного Тмина в стакан или керамическую посуду и добавьте кипяток. Немного помешайте и дайте смеси отстояться около 5 минут.

Вымойте лицо, и в случае, если у вас длинные волосы, уберите их назад. Накройте большим банным полотенцем голову и наклонитесь над посудой, накрыв её также этим полотенцем, как бы находясь под его куполом. Расслабьтесь и глубоко дышите паром.

Продолжайте лечение ингаляцией в течение 10 минут. Повторяйте эту процедуру несколько раз в течение дня и первую процедуру делайте, по-возможности, сразу после пробуждения ото сна. Последняя ингаляция, проведённая перед сном, гарантирует вам спокойный и безмятежный сон.

ЧАЙ ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА

1 столовая ложка мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина

1 чайная ложка (5 г) солодки

1 чайная ложка (5 г) раздробленных семян аниса

1 столовая ложка чёрных или зелёных чайных листьев (если предпочитаете без кофеина)

1 пинта (50 мл) воды

Размешайте размолотые семена Чёрного Тмина с солодкой, раздробленными семенами аниса и чёрным или зелёным чаем. Добавьте компоненты чая в заварной чайник или миску. Налейте сверху 50 мл очень горячей, но не совсем вскипячённой воды и дайте отстояться в течение 10 минут. По желанию, подсластите натуральным пчелиным мёдом или полезной фруктовой патокой.

Пейте по 1 чашке чая 3 раза в день перед едой от 4 до 6 недель.

Чай также можно использовать в качестве ингаляции.

Предостережение: Большие дозы солодки, принимаемые длительное время, могут оказать неблагоприятное воздействие на человека, страдающего гипертонией, заболеванием почек или же болезнями печени. Исключите солодку из предписанного выше рецепта и проконсультируйтесь с вашим терапевтом. Беременным женщинам солодку принимать противопоказано.

Е.Ж., двенадцатилетняя девочка, страдала от сильных аллергических реакций. У неё был насморк, жжение в глазах, серьёзные головные боли и трудности с дыханием. Её доктор поставил диагноз - аллергия на её кота, но она реагировала и,

впервые, на пыльцу во время сезона сеной лихорадки. Девочка была слишком больна, чтобы посещать школу и даже умеренные упражнения усиливали симптомы. Её состояние улучшалось только в закрытых помещениях с увлажнителями воздуха. Без своего кота девочка чувствовала себя угнетённой.

Как часть её лечения, Е.Ж., играла с котом в течение целого дня, и затем ей давали аналогичную инъекцию крови (её собственная кровь, бралась из одного места и повторно вводилась в другое). Кроме того, она употребляла две капсулы масла чёрного тмина три раза в день и пила чай из Чёрного Тмина с добавлением в него небольшим количеством чистого масла Чёрного Тмина.

Спустя всего лишь четыре дня состояние девочки значительно улучшилось, и она была уже в состоянии прекратить употреблять гормональные препараты на основе кортизона. Аутогемотерапия исцелила её от аллергии на перхоть кота, а масло Чёрного Тмина уменьшило острые признаки. Е.Ж. продолжала чувствовать себя с каждым днём всё лучше и лучше и стала активно заниматься спортом. Все аллергические симптомы исчезли, и она уже могла играть со своим котом без прежних проблем.

АСТМА

Астма – это аллергическое заболевание, характеризующееся спазмом бронхов (дыхательные пути в лёгких), отёком слизистой оболочки лёгких и чрезмерным образованием густой, прозрачной слизи (мокроты). Во время приступов астмы сужаются дыхательные пути, в связи с чем сильно затрудняется дыхание. У больных астмой доминирует одышка, ощущение сдавливания в груди, кашель, свистящее дыхание или сочетание сразу нескольких симптомов. Признаками возможного или же скорого появления приступов астмы служат:

- Затруднения в речи
- Посинение или посерение языка, губ
- Цианоз ногтей пальцев
- Расширение ноздрей
- Учащённый пульс
- Свистящее дыхание или же более серьёзное - остановка свистящего дыхания без уменьшения других симптомов

Причины и возможные последствия

Среди пациентов возрастом до сорока лет в 90% случаях астма является следствием аллергии. Как и в случае с сезонными и круглогодичными аллергическими ринитами, аллергенами являются

взвешенные пылинки, плесень, кошачья шерсть, пыльца. Рацион богатый жирами и солью и обеднённый свежими фруктами, зеленью может стать причиной более высокой уязвимости людей, болеющих астмой. Несмотря на то, что почти всегда причиной заболевания астмой является внешний фактор, психическое или же эмоциональное состояние тоже играет немаловажную роль в частоте проявления приступов. Постоянный стресс и тревога могут ослабить аллергический порог, тем самым иницируя приступ при самом незначительном контакте с аллергеном. Паника также усугубляет приступ астмы.

Острые приступы астмы могут представлять опасность для жизни, поэтому в подобных случаях ни в коей мере нельзя заниматься самолечением. Хроническая астма, неизлеченная полностью, может привести к необратимым повреждениям в лёгких. К счастью, применение вместе с потенциально жизненно-необходимыми противоастматическими препаратами других методов лечения даёт хорошие результаты, уменьшение приступов и укрепляет иммунную систему.

Чёрный Тмин для помощи при астме

Эфирные масла Чёрного Тмина обладают способностью разжижать мокроту и расширять сосуды, обеспечивая тем самым быстрое выздоровление при острых приступах. Масло Чёрного

Тмина уменьшает спазм мышц дыхательных путей и выделение гистаминов в кровяной поток. Чёрный Тмин способствует излечению больных бронхиальной астмой, стабилизируя иммунную систему (см. глава вторая).

Рекомендуемая доза масла Чёрного Тмина для лечения астмы по 2 капсулы или по 25 капель 3 раза в день, в течение 4 - 6 месяцев, с повторением курса через 2 месяца. Ингаляции Чёрным Тмином или чай из Чёрного Тмина, принимаемые по несколько раз в день, также окажут полезное действие на открытие дыхательных путей (см. тему лечения аллергии).

СИРОП ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА

1 маленькая доля чеснока

2 столовые ложки (30 мл) мёда

1 чайная ложка (5 г) мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина

Выдавите дольку чеснока и смешайте её с мёдом и мелкоразмолотыми семенами Чёрного Тмина. По желанию, для получения более жидкого сиропа, согрейте мёд.

Принимайте по 1 чайной ложке сиропа ежедневно перед завтраком примерно 3 недели.

Вы также можете воспользоваться сиропом из Чёрного Тмина, чтобы приготовить вкусный и лечебный чай. Для этого растворите в чашке с чёрным или травяным чаем ложку сиропа.

Можете воспользоваться сиропом из Чёрного Тмина и в качестве основного компонента для получения лучшего эффекта при ингаляциях, разбавив всю смесь с 1 квартой (1 л) горячей воды.

Предостережение: Острый приступ астмы - это сложный медицинский случай, и он может быть фатальным. Если с вами случился сильный приступ, то проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом или вызовите немедленно скорую помощь. Обязательно проконсультируйтесь с вашим врачом перед прерыванием любого прописанного вам лечения астмы.

В трёхлетнем возрасте у Л.В. развилась серьёзная сенная лихорадка с симптомами ринита и жжением в глазах. Начало сенной лихорадки произошло после того, как мальчику начали давать антибиотики. Позже той же весной он заболел от других дыхательных инфекций и астмы и ему стали давать ещё больше антибиотиков. Его здоровье продолжало ухудшаться, так как приступы астмы и инфекции стали возникать регулярно и к пяти годам больной ребёнок был уже практически изолирован от общества и имел расстройства сна.

Нужен был целостный подход, чтобы восстановить повреждённую иммунную систему мальчика и вернуть его в здоровое состояние. Его лечили маслом Чёрного Тмина (две капсулы три раза в день) и ингаляциями Чёрным Тмином, чтобы очистить лёгкие. Он также получил аутогемотерапию (терапевтическая инъекция его собственной крови) и лекарства для очистки кишечника.

После двенадцати дней лечения маслом Чёрного Тмина состояние Л.В. значительно улучшилось. Хотя все ещё было раздражение глаз, астма исчезла полностью. После трёх месяцев терапии ребёнок выздоровел полностью и от имевшихся и также от развившихся проблем впоследствии. И теперь он играет с друзьями и с удовольствием ходит в школу. Его семья продолжает использовать Чёрный Тмин как кулинарное масло и как чай.

БРОНХИТ

Бронхит представляет собою инфекционное заболевание бронхиол, дыхательных путей в лёгких. Для борьбы с инфекцией организм снабжает ткани слизистых мембран большим количеством крови. Ткани отекают, затрудняя при этом дыхание. Основными симптомами при этом являются повышение температуры, сильный кашель, боли в груди и плечах. При появлении высокой температуры

или тяжёлой степени затруднения дыхания тотчас же обратитесь к врачу.

Лечение мучительного кашля

Благодаря муколитическому (разжижение мокроты) и вазодилатирующему (расширение сосудов) эффекту, Чёрный Тмин применяется для лечения бронхита. Принимайте по 2 капсулы или 25 капель масла чёрного тмина по 3 раза в день. Вдобавок к этому ингаляции Чёрным Тмином могут помочь в устранении застоев в дыхательных путях.

В качестве альтернативы, для уменьшения кашля полезен чай из Чёрного Тмина. Можно принимать сироп из Чёрного Тмина – по 1 чайной ложке в день перед завтраком в течение 3 недель. Выпивайте от 2 до 4 чашек ежедневно.

Тёплые ножные ванны в холодные дни помогают предотвратить лёгочные инфекционные заболевания, также положительное воздействие оказывают чистый морской или горный воздух. При приготовлении еды Вы также можете добавить «травы для лёгких» такие как тимьян или майоран.

П. В., семидесятидвухлетний мужчина, страдал от бронхита с двадцати лет. Он был заядлым курильщиком с хроническим кашлем и частыми инфекциями дыхательных путей и рентген

показал умеренную лёгочную эмфизему. Уставший от антибиотиков и стероидных ингаляций, он начал принимать две капсулы масла Чёрного Тмина три раза в день. После четырёх недель применения у него прекратился хронический кашель и за последующие четыре года у него случилось только два случая бронхита. Теперь он больше не нуждается в антибиотиках или ингаляторах.

ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ГРИПП

Простудные заболевания и грипп являются следствием вирусного инфицирования верхних дыхательных путей. Возбудители болезней переходят от человека к человеку посредством чихания, кашля или контакта с кожей. Простуду или грипп можно схватить в любое время года, но в зимнее время риск подверженности заболеванию особенно высок. Причиной этому служит то, что в зимние месяцы нижние конечности часто оказываются под воздействием холода, на что нервная система реагирует уменьшением потока крови к дыхательным путям. Понижается защитная способность слизистых оболочек и облегчается внедрение возбудителей в организм человека.

Несмотря на то, что простуда и грипп являются заразными, простуды обычно бывают безвредными. Типичными симптомами являются чихание, кашель, ангина, хрипота, умеренный жар,

головные боли и боли в суставах. Грипп гораздо более опасен и имеет ярко выраженные симптомы.

Укрепление иммунной системы в холодный сезон

Чёрный Тмин помогает организму намного быстрее перебороть инфекции и обеспечивает быстрое восстановление. Укрепляя иммунную систему, Чёрный Тмин предотвращает такие осложнения, как воспаление среднего уха, воспалительные заболевания околоносовых пазух, бронхит. Налаживая и улучшая защитный механизм организма, Чёрный Тмин может уменьшить или же предотвратить вспышку инфекции.

Поддерживайте иммунную систему, принимая по 1 или 2 капсулы или же 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день. В случае, если вас уже поразила инфекция, принимайте по 2 капсулы 3 раза в день. Пейте чай из настоя семян Чёрного Тмина от 3 до 4 раз в день в период острой фазы инфекции. Когда же симптомы уже ликвидированы, пейте по одной чашке в день. Ингаляции Чёрным Тмином могут устранить заложенность в носу или же накопление секрета в просвете бронхов и облегчить кашель. Дополнительно было бы неплохо принять витамин С (500 – 1,000 миллиграммов каждые 2 часа, за исключением случаев, когда он порождает газы или диарею) и потреблять растительную пищу богатую этим

витамином, такую как киви, апельсины, грейпфрут, помидоры и красный стручковый перец.

ИНГАЛЯЦИИ ПРОТИВ ИНФЕКЦИЙ

1 доля чеснока

2 столовой ложки (15 мл) мёда

1 чайная ложка (5 г) мелкоизмельченных семян Чёрного Тмина

1 кварта (1 л) кипячёной воды

Раздробите чеснок в чашке с помощью чеснокодавилки или же вилки и смешайте с мёдом и мелкоизмельченными семенами Чёрного Тмина. Добавьте кипятка и дайте смеси отстояться в течение 10 минут.

Помойте лицо и, если у вас длинные волосы, завяжите их назад. С целью создания навеса покройте голову большим баннным полотенцем и наклонитесь над посудой. Расслабьтесь и глубоко дышите паром в течение 15 минут. Повторяйте ингаляцию до 3 раз в день.

В качестве альтернативы, чтобы эффективнее бороться с инфекцией, вы можете использовать рецепт с применением Чёрного Тмина для ингаляций, описанный на предыдущих страницах.

НАРУШЕНИЕ ВНИМАНИЯ И КОНЦЕНТРАЦИИ

Проблемы с нарушением внимания бывают не только у пожилых людей. Всё больше людей сталкивается с трудностями сосредоточить внимание на одном вопросе продолжительное время. За это отвечают два фактора: физиологический - это нехватка кислорода и питательных веществ в мозге и психологический, включающий стрессовое напряжение, давление среды и внутренние конфликты, понижающие способность сосредоточить внимание.

Регулярное использование Чёрного Тмина гарантирует, что у вас будет ясная голова даже в глубокой старости. Рекомендованная дозировка для улучшения концентрации и памяти - 2 капсулы или 25 капель масла чёрного тмина 3 раза в день.

Вы можете также использовать Чёрный Тмин как эфирное масло: выпаривайте от 4 до 8 капель масла Чёрного Тмина (в воде) в ароматерапевтическом диффузоре каждый день. Другими эфирными маслами полезными для памяти являются розмариновое масло, масло базилика, лавровое масло и масло перечной мяты.

Нижеприведённый рецепт показал себя как эффективное средство для повышения способности сосредотачивать внимание.

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ МОЗГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 столовая ложка (15 г) мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина

1 столовая ложка (15 г) мирры

Смешайте размолотые семена Чёрного Тмина с миррой. Поместите в тёмный стакан, храните в охлаждённом и сухом состоянии.

Принимайте по 1 чайной ложке (5 г) 3 раза в день вместе с пищей.

КАШЕЛЬ

Кашель представляет собою естественный защитный рефлекс. Благодаря кашлю из дыхательных путей удаляются инородные вещества. Если в период инфекционного заболевания возбудители скапливаются в лёгких, то организм пытается удалить их наряду с секретом кашля. Это предотвращает дальнейшее развитие болезни или другие осложнения.

У курильщиков часто отмечается сильный кашель с густой мокротой, особенно по утрам. В связи с постоянным проявлением кашля, немало людей относится к этому несерьёзно.

Укрепление слизистых оболочек бронхов

Чёрный Тмин разжижает мокроту и расширяет кровеносные сосуды. Это повышает продуктивность кашля. Растения, стабилизирующие иммунную систему, также помогают устранить кашель. Рекомендуемая доза – это 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина по 3 раза в день. Помогают ещё и ингаляции с Чёрным Тмином или приём сиропа из Чёрного Тмина (см. ранние статьи). Более того, горячий чай из настоя Чёрного Тмина содействует разжижению мокроты. Рекомендуется принимать по 1 или 2 чашки в течение дня.

СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ

Загадочный синдром хронической усталости (CFS-англ.) характеризуется длительным или периодически рецидивирующим чрезмерным утомлением. Страдающим этим синдромом часто недостаёт энергии, необходимой для выполнения обычной ежедневной деятельности, что может серьёзно повлиять на их личную и профессиональную жизнь. Другими симптомами являются

боль в мышцах и суставах, головные боли, спутанность мыслей и речи, депрессия и тревога.

Причина синдрома всё ещё остаётся неизученной. Сюда можно отнести такие факторы, как вирусная инфекция, стресс, вредные вещества окружающей среды, недостаток витаминов, микроэлементов, аллергию. Традиционное лечение представляет собой приём лекарственных препаратов, стимулирующих иммунную систему.

Получение свежей энергии через Чёрный Тмин

Ввиду того, что существует немало факторов, вызывающих Синдром Хронической Усталости, на данный момент не существует единой терапии данного заболевания. Единственным общим симптомом у страдающих синдромом является избыточный рост Кандиды Белой (диплоидный грибок) в кишечном тракте. Альтернативные методы лечения направлены на поддержание иммунной системы, что помогает общему выздоровлению.

Иммунную систему можно отрегулировать, принимая по 1 - 2 капсулы или 20-25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день.

ЧЁРНЫЙ ТМИН ПРОТИВ УСТАЛОСТИ

2 столовые ложки (30 г) семян Чёрного Тмина

1 столовая ложка (15 г) пчелиного маточного молочка
(королевское желе)

Измельчите семена Чёрного Тмина и поместите в тарелку. Добавьте пчелиного маточного молочка и хорошо размешайте. Храните смесь в темной стеклянной ёмкости в прохладном месте (но не в холодильнике). Принимайте по 1 чайной ложке (5 г) по 2 раза в день до завтрака и обеда в течение 4 недель.

ДИАБЕТ

Диабет является одной из основных причин смерти в Северной Америке и здесь более 12 миллионов людей страдает этой болезнью. Под диабетом, обычно, подразумевают сахарный диабет, больше всего распространённый тип болезни, при котором нарушается обмен углеводов, жиров и белков. При нормальном функционировании организма гормон инсулин способствует быстрой аккумуляции глюкозы. При недостаточном синтезе клетками поджелудочной железы инсулина и при устойчивости клеток организма к инсулину развивается диабет. В таких случаях в крови скапливается избыток глюкозы. Другими признаками

являются выраженные ярче, чем обычно чувства жажды, голода, слабость или же потеря веса.

Страдающие диабетом могут быть инсулинозависимыми (диабет I типа) и нуждаться во введении инсулина, что необходимо для предупреждения впадения организма в шок (диабетическая кома). Такая форма заболевания часто начинается в раннем возрасте и требует надлежащего внимания. Однако диабет может проявиться и в поздние годы жизни человека и характеризуется нормальной или средней выработкой инсулина (диабет II типа). Такого рода диабет представляет собою более умеренную форму заболевания и, в основном, связан с ожирением. Около 90% людей страдает диабетом II типа и снижение веса, специальная диета обычно решают эту проблему без вмешательства лекарственных препаратов. Чёрный Тмин, в данном случае, может оказать помощь.

Типичный случай с пятидесятивосьмилетней женщиной, которая страдала от диабета II типа, так называемого сахара старости. Она имела высокое кровяное давление и была полной. Потеря веса часто облегчает проблему. Только в редких случаях проводится медикаментозное лечение, необходимое для добавления уровня инсулина. Её доктор установил ей строгую диету и посоветовал потерять двадцать фунтов. Сначала фунты исчезали, как было запланировано. Затем, однако, она достигла уровня, на котором потеря веса остановилась. Так как уровень сахара в крови

упал, казалось невозможным нормализовать его без использования медикаментов.

*Начав отчаиваться, женщина прочитала в газете об эффективности терапии маслом Чёрного Тмина. Она купила масло Чёрного Тмина в капсулах и начала основное лечение с рекомендованной дозы в две капсулы три раза в день. Кроме того, она принимала по одной ложке ежедневно перед каждым приёмом пищи порошка Чёрного Тмина, приготовленного по специальному рецепту, в смеси с измельчёнными: девясилом (*Inula Helenium*), душицей обыкновенной (*Origanum Vulgare*) и тёртой кожурой диких яблок (дички).*

После трёх недель уровень сахара в её крови значительно снизился, и столь нужная потеря лишнего веса возобновилась. Масло Чёрного Тмина также положительно повлияло на метаболизм и пищеварение пациентки. Ещё через три недели уровень сахара в её крови почти вернулся к нормальному для здорового человека.

Что вы можете предпринять против диабета

Большинство страдающих диабетом II типа в состоянии нормализовать повышенный уровень глюкозы в крови посредством уменьшения веса. Более того, рекомендуется сбалансированная диета с низким содержанием углеводов. Согласно последним

научным сведениям пища с содержанием глюкозы не запрещена, но следует избегать чрезмерно сладкий рацион пищи. Также, устаревшим выглядит надоедливый подсчёт калорий и хлебных единиц.

Диабет может быть вызван и пищевой аллергией, в связи с чем, нормальная, здоровая иммунная система играет немаловажную роль при проблемах, связанных с сахаром. Результаты последних исследований, проведённых учёными США, показывают, что в подобных случаях, принимая масло Чёрного Тмина и укрепив иммунную систему организма, можно понизить уровень глюкозы в крови.

Назначение при сахарном диабете

Базисное лечение сахарного диабета включает - 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день. Данное лечение нужно продолжать по времени от 4 недель и более того.

Внимание: Диабет — это серьёзное заболевание и, несмотря на то, что Чёрный Тмин является средством, помогающим разрешить ситуацию без вмешательства синтетических лекарств, Вам не следует заниматься самолечением. Во время лечения Чёрным Тмином необходимо пребывать под наблюдением врача, чтобы можно было

регулировать содержание глюкозы в крови. Были случаи чрезмерного понижения уровня сахара в крови.

СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ ПРОТИВ ДИАБЕТА

1 чашка (277 г) семян Чёрного Тмина

1 чашка (277 г) девясила (*Inula Helenium*)

1 чашка (227 г) душицы обыкновенной (*Origanum Vulgare*)

1 чашка (227 г) кожуры диких яблок (дички)

Перемолите, смешайте все компоненты и поместите в одну чашу. Снимите кожуру диких яблок, расстелите на кальке, закройте марлей и дайте отсохнуть в течение дня. Затем точно также, мелко измельчите её и смешайте с другими ингредиентами. Храните полученный порошок в тёмной стеклянной ёмкости в холодном и сухом месте.

Принимайте по 1 столовой ложке (15 г) данной смеси примерно за 15 минут до каждого приёма пищи. Продолжайте это лечение в течение 4 недель, а затем, по мере стабилизации содержания сахара в крови, постепенно уменьшите дозу.

БОЛИ В УШАХ

Боль в ухе (отит среднего уха) является следствием воспаления или попадания инфекции в среднее ухо и часто этому предшествуют инфекционные заболевания верхних дыхательных путей, таких как простуда или грипп. Респираторные аллергии, порождая длительную заложенность в носу, провоцируют боли в ушах. Дети, ввиду того, что длина прохода от горла до среднего уха короче и шире чем у взрослых, намного чаще страдают отитом среднего уха, чем взрослые. В такой ситуации опасным возбудителям гораздо легче проникнуть в эти чувствительные области уха.

Лечение инфекций наружного слухового прохода

В виду того, что Чёрный Тмин оказывает противодействие инфекциям, следует его применять и при лечении ушных инфекционных заболеваний. Для этого рекомендуется накапать несколько капель масла Чёрного Тмина в наружный слуховой проход посредством пипетки и растереть немного масла на задней стенке ушной раковины. Чтобы полностью устранить остаточные симптомы любой простуды и предотвратить осложнения на ухо, употребляйте пищу с высоким содержанием витамина С. Бросьте

совсем, или хотя бы на некоторое время, смертельно опасную привычку курить, если вы курите.

ЦЕЛЕБНАЯ МАЗЬ ДЛЯ УХА

2 столовые ложки (30 мл) масла Чёрного Тмина

2 столовые ложки (30 г) мелкоизмельченных семян Чёрного Тмина

Хорошо прогрейте масло Чёрного Тмина на сковороде, добавьте промолотые семена Чёрного Тмина и дайте смеси остыть.

Наносите мазь на наружный слуховой проход по 3 раза в день.

Данный рецепт также помогает при синуситах (заболевание носовых пазух) и простудах.

ЧРЕЗМЕРНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ ЗРЕНИЯ

Длительная работа на компьютере, чтение при тусклом свете или же преодоление больших расстояний на автомобиле напрягают глазные мышцы, порождая покраснение, жжение и слезотечение или же, наоборот, сухость. Более того, неизвестные или же неизлеченные глазные проблемы могут провоцировать чрезмерное напряжение в глазах. Хроническая сухость в глазах, инфекционные заболевания

сетчатки и век являются заболеваниями, которые порождаются болезнетворными возбудителями, аллергическими реакциями или ядовитыми веществами, пребывающими в окружающей среде. Поэтому, в подобных случаях обязательно проконсультируйтесь со своим врачом.

Помимо применения компрессов из Чёрного Тмина для лечения симптомов чрезмерной напряжённости глаз, предпринимайте практические меры, направленные на уменьшение частоты проявления недуга. Если Вам приходится работать долгое время перед экраном компьютера, установите экран так, чтобы дневной и искусственный свет падали с левой стороны (это применимо для правши, обратное применимо для левши). В течение дня часто делайте перерыв для того, чтобы закрыть глаза и дать им отдохнуть на некоторое время, каждые полчаса сосредотачивайте взгляд на отдалённом предмете в течение одной или двух минут. Меньше смотрите телевизор!

Антигистаминные качества масла Чёрного Тмина могут ослабить болезненные ощущения, вызванные чрезмерным напряжением глаз. Помажьте свои виски маслом Чёрного Тмина перед сном или же попробуйте компресс из семян Чёрного Тмина.

КОМПРЕСС ИЗ СЕМЯН ЧЁРНОГО ТМИНА ДЛЯ ГЛАЗ

1 столовая ложка (15 г) грубо измельчённых семян Чёрного Тмина

1 чашка (240 мл) воды

2 ватных тампона

Прокипятите короткое время измельчённые семена Чёрного Тмина в воде, а затем дайте им отстояться в течение 10 минут.

Обмакните тампоны в отвар, а затем выжмите один из них. Лягте и наложите влажный тампон на закрытые глаза и держите их так около 10 минут. После того, как один из тампонов остынет, поместите его в посуду с раствором и возьмите другой. Повторяйте процедуру в течение 30 минут до тех пор, пока Вы не почувствуете облегчение.

СКОПЛЕНИЕ ГАЗОВ

Наиболее частыми причинами скопления газов (метеоризма) являются нездоровый рацион питания, отсутствие физических упражнений, стресс и депрессия. При ненадлежащем переваривании пищи газы собираются в кишечном тракте и порождают дискомфорт. Метеоризм часто является признаком непереносимости определённой пищи или же нарушения кишечной микрофлоры. Иногда кишечный тракт не в состоянии переварить пищу полностью

в связи с каким-либо имеющимся заболеванием (инфекционное заболевание слизистой оболочки желудка, поджелудочной железы, болезненная чувствительность кишечника или же такие нарушения как диарея).

Рецепт для решения проблем с пищеварением

Регулирование процесса пищеварения – это одно из самых популярных направлений в области применения Чёрного Тмина в лечебных целях на Востоке. В случаях хронического скопления газов каждое утро принимайте по 1 столовой ложке мелкоизмельченных семян Чёрного Тмина и выпивайте по 1 стакану горячей воды, подслащённой мелассой (патокой) или мёдом. Дополнительно принимайте по 2 капсулы Чёрного Тмина или же по 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день.

НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА ПРОТИВ МЕТЕОРИЗМА

16 унций (480 мл) яблочного уксуса

1 чашка (227 г) мелкоизмельченных семян Чёрного Тмина

8 унций (240 мл) масла Чёрного Тмина

Согрейте яблочный уксус до температуры 130°F (50°C) и смешайте с размолотыми семенами Чёрного Тмина. Добавьте жидкого масла Чёрного Тмина, дайте остыть.

Принимайте по 1 столовой ложке (15 мл) и предпочтительнее при комнатной температуре 3 раза в день перед едой.

У Т.В., сорока восьми лет, были частые сильные проблемы с избыточным газообразованием, проявившиеся после употребления пищи. Доктора были не в силах определить причину. Т.В. применял лечение антибиотиками от скопления газов, но они не помогли.

Он начал употреблять по две капсулы масла Чёрного Тмина три раза в день. Кроме того, он употреблял перед едой напиток из Чёрного Тмина от скопления газов. Через неделю проблема стала меньше и по прошествии трёх недель проблема была полностью решена.

ГРИБКОВЫЕ ИНФЕКЦИИ

Распространение грибковых инфекций вызывает серьёзное опасение: за последние десять лет они увеличились на 30 процентов. Современный рацион и образ жизни довели иммунную систему до такого состояния, что ранее безопасные грибы теперь становятся неконтролируемыми. Candida Albicans, дрожжевой грибок, который

обычно живёт в пищеварительном тракте и во влагалище, не вызывая проблем, является на то прекрасным примером. Широко распространённый антибиотик, рацион богатый сахаром и противозачаточные гормональные таблетки создали благоприятную возможность для чрезмерного роста дрожжевых грибков этого семейства, вследствие чего развился хронический кандидоз, ставший современным бичом.

Кандидоз характеризуется усталостью, аллергиями и повышенной чувствительностью к химическим веществам, нарушением иммунной системы, депрессией и проблемами, связанными с пищеварением. Женский пол, более чем мужской, подвержен их воздействию. Приём антибиотиков – фактор риска номер один, что же касается стресса, ядовитых веществ, находящихся в атмосфере и ослабленную иммунную систему, то они увеличивают степень вероятности поражения.

Сильная иммунная система

Масло Чёрного Тмина содержит вещества, укрепляющие иммунную систему и препятствующие росту грибков. Приём 2 капсул или 25 капель масла Чёрного Тмина по 3 раза в день предотвращает распространение кандидозных грибков, ослабляет их, что даёт возможность контролировать их рост кишечным бактериям. Успешное лечение включает противогрибковую диету,

исключающую моносахариды (рафинады, очищенные макароны, свежие фрукты).

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ РАЗРАСТАНИЯ ДРОЖЖЕВЫХ ГРИБКОВ

16 унций (480 мл) яблочного уксуса

1 чашка (227 г) мелкоизмельченных семян Чёрного Тмина

8 унций (240 мл) масла Чёрного Тмина

Согрейте яблочный уксус до кипения, а затем добавьте порошок Чёрного Тмина. Постоянно помешивая, прокипятите его ещё в течение последующих 5 минут. Затем добавьте масло Чёрного Тмина и продолжайте помешивать. При достижении сиропной густоты снимите с огня. Храните в тёмной стеклянной посуде в прохладном месте.

Принимайте по 1 столовой ложке (15 мл) 3 раза в день перед едой.

ПРОБЛЕМЫ ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

Желчный пузырь представляет собою маленький, грушевидный мешочек на нижней поверхности печени и выполняет

функцию хранения желчи. Желчь – это жёлто-зеленоватая жидкость, необходимая для регулирования печенью процесса переваривания жиров. Желчь включает ряд компонентов: желчные соли, билирубин, холестерин, фосфолипиды, жирные кислоты и другие вещества. Рацион, обеднённый растительными волокнами и богатый животным белком, может привести к образованию желчных камней, тем самым провоцируя чрезмерное выделение желчи с холестерином. Недавние исследования показывают, что пищевые аллергии, по сути своей, могут представлять собою расстройства желчного пузыря. При достижении больших размеров желчные камни ограничивают проход желчи и порождают резкую боль и воспаление. У женского пола вероятность образования желчных камней в четыре раза больше, чем у мужского пола. Другими факторами риска являются ожирение и пожилой возраст.

Регулирование естественного оттока желчи

Чёрный Тмин способствует выведению токсичных отложений и поддерживает нормальное выделение желчи. Принимайте по 1 или 2 капсулы или же 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день. Ограничьте пищу богатую жирами и животными белками. Вегетарианская диета предотвращает образование желчных камней. Часто при приготовлении еды пользуйтесь майораном или душицей.

Исключите потребление алкоголя и кофеина, так как они загружают печень и отрицательно воздействуют на отток желчи.

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ

½ чайной ложки (2½ г) душицы обыкновенной (*Origanum Vulgare*)

8 унций (240 мл) пчелиного мёда

1 столовая ложка мелкоизмельченных семян Чёрного Тмина

Накрошите душицу обыкновенную и смешайте её с мёдом.

Размельтите семена Чёрного Тмина и смешайте с душицей и мёдом для получения густой массы.

При хронических проблемах, связанных с желчным пузырём, принимайте по 1 столовой ложке (15 г) 2 раза в день.

ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЁСЕН

Инфицированные дёсны бывают красного цвета, болезненно припухшими и кровоточащими даже при лёгком нажатии. Главной причиной этого является скопление бактерий на зубах и зубных камнях. Если инфекция присутствует постоянно, то происходит снижение функциональной способности и атрофия десны. Тогда

бактерии переходят на небо и челюстные кости, вследствие чего челюстные кости постепенно перестают держать зубы, приводя к выпадению самих зубов.

Уменьшение инфекционных процессов

Благодаря антибактериальным свойствам Чёрный Тмин эффективен и при инфекциях дёсен. Помимо нижеописанного лечения, рекомендуется полоскание маслом Чёрного Тмина. Прополосните рот 1 чайной ложкой масла Чёрного Тмина в течение 15 минут, проводя масло через зубы так, чтобы оно обволакивало дёсны и слизистые оболочки рта. Затем выплюньте масло. Ни в коем случае не проглатывайте его!

ПРОТИВОИНФЕКЦИОННЫЙ ПОРОШОК

1 столовая ложка (15 г) семян Чёрного Тмина

1 столовая ложка (15 г) аниса обыкновенного

1 столовая ложка (15 г) гвоздики

Перемелите вместе Чёрный Тмин, анис и гвоздику и тщательно перемешайте все ингредиенты.

Принимайте по 1 чайной ложке (5 г) этого порошка по 3 раза в день после чистки зубов. Прижмите с помощью языка порошок к дёснам на несколько секунд, а затем проглотите. Это лечение также эффективно при зубных болях, связанных с заражением инфекцией зубов мудрости.

ГОЛОВНЫЕ БОЛИ

Головные боли могут быть следствием множества факторов, большинство из которых не свидетельствуют о наличии серьёзного заболевания. Чаще встречающейся головной болью является, так называемая, напряжённая головная боль. Этот тип головной боли обычно характеризуется стойкой, ноющей болью, которая распространяется с задней или лобной части головы на всю голову. Давящие головные боли часто описывают как ощущение сжатия головы тисками и, обычно, появляются по причине неудобной позы и чрезмерного напряжения. Мигрени характеризуются пульсирующей, колотящей, острой болью. Часто боли появляются только на одной стороне и сопровождаются такими симптомами как рвотой и повышенной чувствительностью на свет и шум. Мигрени могут быть следствием изменений погоды, гормонов или стресса.

Сами по себе головные боли являются не болезнью, а скорее лишь симптомами различных болезней. Следует отличать первичную головную боль (такую, как напряжённая головная боль)

от той, которая порождается инфекционными заболеваниями или нарушением в обмене веществ. Головные боли могут быть следствием многих причин и для того, чтобы назначить соответствующее лечение в каждом индивидуальном случае необходимо установить точную причину.

Устранение постоянных головных болей

Чёрный Тмин особенно полезен при головных болях, вызванных гормональными изменениями. Рекомендуемой дозой являются 2 капсулы или 20-25 капель масла Чёрного Тмина по 3 раза в день. Однако, перед тем как приступить к этому лечению, Вам следует проконсультироваться со своим врачом, и, особенно, если головные боли сопровождаются проблемами, связанными со зрением, головокружением и частичным параличом конечностей или, если боли начинаются после физической нагрузки или же встречаются впервые в возрасте после сорока лет.

РЕЦЕПТ ОТ ГОЛОВНЫХ БОЛЕЙ

1 чашка (227 г) семян Чёрного Тмина

1 чашка (227 г) аниса обыкновенного

1 чашка (227 г) гвоздики

Размельчите все травы вместе до мелкого порошка. Поместите порошок в стеклянную посуду тёмного цвета и храните в прохладном сухом месте.

Принимайте по 1 чайной ложке (5 г) 2 раза в день перед завтраком и обедом. Тщательно пережуйте порошок и выплюньте его. Не смывайте его водой. Дайте ему впитаться в слизистую оболочку рта.

ГЕМОРРОЙ

Хронический запор, тяжёлая физическая нагрузка, гиподинамия, и главным образом, сидячий образ жизни предрасполагают к образованию геморроидальных узлов. Узловатые вены создают ощущение зуда и жжения в анальном отверстии. Позднее, там могут проявиться острые и колющие боли, кровотечение при испражнении. Чёрный Тмин стимулирует пищеварение и, оказывая антигистаминное воздействие, помогает в значительной степени улучшить состояние больного. Для лечения геморроя используется крем, приготовленный из золы обгоревших семян Чёрного Тмина.

Необходимо следить за рационом и потреблять пищу, богатую клетчаткой. Если вы не начнёте употреблять в пищу продукты с высоким содержанием растительных волокон, то вы лишь усугубите

ситуацию. Для поддержания нормальной функциональной активности пищеварительной системы выпивайте до 2 л воды в день и избегайте острых блюд и алкоголь. Делайте все это регулярно и носите нижнее белье только из натурального хлопка.

КРЕМ ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА ПРОТИВ ГЕМОРРОЯ

2 столовые ложки (30 г) семян Чёрного Тмина

1 столовая ложка (15 мл) масла Чёрного Тмина

Поджарьте семена Чёрного Тмина на сковороде до состояния средней обгорелости. Дайте семенам остыть, а затем измельчите их до состояния порошка. Для приготовления пастообразного вязкого крема добавьте масло Чёрного Тмина.

Два раза в день и после каждого испражнения аккуратно наносите крем на область анального отверстия.

Если в течение 4 недель улучшения не будет, проконсультируйтесь со своим врачом. При более серьёзных ситуациях требуется консервативное лечение.

Х.В., сорокатрёхлетний мужчина страдал от геморроя с детства. Иногда у него было красное ректальное кровотечение и он, в связи с этим, часто использовал бесчисленное количество крема

на основе кортизона, чтобы облегчить зуд. Болезнь осложнялась его тучностью, а также постоянным запором и сидячим неактивным образом жизни. Ему уже прижигали один геморрой хирургическим путём, и он искал способ решить проблему без дальнейших операций. Х.В. начал употреблять по две чайные ложки (десять граммов) масла Чёрного Тмина перед едой. Улучшение было очевидным уже через несколько недель и по прошествии трёх лет терапии Чёрным Тмином пациент перестал страдать геморроем.

ВЫСОКОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ

Повышенное кровяное давление на языке медицины носит название – гипертония. Для взрослых нормальным кровяным давлением считается 120 (систолическое)/80 (диастолическое). Согласно мнению врачей кровяное (артериальное) давление 140-160 / 95-104 считается пределом нормы. При повышенном артериальном давлении болей не бывает, однако, в конечном итоге, из-за постоянного напряжения оно ослабляет кровеносные сосуды. Это создаёт почву для таких серьёзных заболеваний как сердечные приступы, сердечная недостаточность или приступы стенокардии.

Во многих случаях гипертонию можно предотвратить или обратить, изменяя рацион и образ жизни. Большинство предписываемых для данного случая лекарственных препаратов чаще всего имеют побочные эффекты, и согласно последним

исследованиям, не уменьшают риска сердечных приступов или сердечных заболеваний. Наряду с лекарственными препаратами на нормализацию повышенного кровяного давления воздействует ряд факторов, облегчающих состояние.

Потребление кофе, алкоголя, отсутствие физических упражнений, курение и стресс провоцируют повышение артериального давления. Факторами риска, связанными с нездоровым рационом питания, являются: избыточная масса тела; рацион бедный клетчаткой, но богатый натрием и жирами; недостаток витамина С, кальция, магния и калия. Сегодняшние исследования указывают также на ряд пищевых продуктов, которые могут помочь снизить кровяное давление. Ими являются сельдерей, чеснок, лук, рыба, фасоль, зерновые культуры и свежие зелёные овощи. Целостная программа, включающая диетическое питание для здорового сердца, процедуры по релаксации и снижению напряжения, а также упражнения по аэробике три раза в неделю окажут в значительной степени положительное воздействие на кровяное давление.

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ ЗДОРОВЫХ ВЕН

Исследования показывают, что Чёрный Тмин наряду с изменением рациона питания и образа жизни способствует здоровому состоянию кровеносных сосудов. Добавляйте по 5 капель

масла Чёрного Тмина в тёплый напиток 4 или 5 раз в день и пейте медленными глотками. Сироп, приготовленный из Чёрного Тмина, также может быть полезным для снижения кровяного давления.

ИМПОТЕНЦИЯ

В большинстве случаев импотенция или, как её ещё часто называют, эректильная дисфункция - патология, которая подрывает основу чувства собственного достоинства и личности у мужчин. Ввиду того, что проблема является слишком щепетильной и щекотливой для обсуждения, они (мужчины) зачастую просто избегают сообщать об этом врачу. Некоторые мужчины даже скрывают проблему от своих супругов, притворяясь уставшими или работая допоздна, для того, чтобы не лечь спать в одно и то же время. Однако, ситуация меняется. Внимание, недавно обращённое прессой к проблеме эректильной дисфункции у современных мужчин, начинает менять стереотипы и все больше мужчин осознают то, что первым шагом на пути к решению этой проблемы является обращение за помощью.

Сегодня, когда врачи говорят об эректильной дисфункции, они акцентируют внимание на то, что проблема эта связана с нарушением кровообращения, а не с недостатком «потенции». Приток крови к пенису во время фазы полового возбуждения недостаточен для создания или поддержания эрекции. При

отсутствии эрекции половое сношение обычно либо не бывает здоровым, либо же бывает кратким. Врачи привыкли полагать, что подавляющее большинство эректильных проблем имеют психологическую основу. Однако, согласно сведениям сегодняшнего дня, ряд физических факторов могут спровоцировать кратковременную импотенцию. Ими являются:

- Курение
- Нарушения гормональной системы
- Нарушения обмена веществ
- Недостаток физических движений
- Ожирение
- Ревматические заболевания
- Высокое кровяное давление
- Токсины, пребывающие в окружающей среде
- Алкоголь или наркотики
- Стресс

Чёрный Тмин как средство для усиления потенции

Ввиду того, что Чёрный Тмин может помочь решить некоторые основные причины эректильной дисфункции, он считается эффективным помощником и в восстановлении

сексуального состояния. Его целительные свойства при совмещении с изменениями в рационе и образе жизни, могут восстановить эрекцию без применения лекарств. Чёрный Тмин укрепляет здоровье, увеличивает образование биологических жидкостей организма, стимулирует синтез мужских половых гормонов и само кровообращение.

Рекомендуемая доза: 2 капсулы или 25 капель масла чёрного тмина 3 раза в день. Также, для повышения степени эффективного воздействия, восточной медициной рекомендуется нижеизложенный рецепт.

ЧЁРНЫЙ ТМИН ПРОТИВ ИМПОТЕНЦИИ

1 чашка (227 г) семян Чёрного Тмина

1 чашка (227 г) девясила (*Inula Helenium*)

1 столовая ложка (15 г) душицы обыкновенной (*Origanum Vulgare*)

2 столовые ложки (30 г) пажитника сенного (*Trigonella Foenum-Graecum*)

Мелко измельчите все ингредиенты, поместите их в миску и тщательно всё перемешайте.

Каждое утро смешивайте 1 столовую ложку (15 г) этой смеси с мёдом и принимайте примерно за 15 минут до еды. Сразу не проглатывайте, дайте смеси медленно растаять во рту. Лечение занимает 6 недель. После того как проглотите, выпейте 1 стакан цельного молока, размешанного с солодом в пропорции 1:1. Ешьте побольше свежих фруктов и делайте зарядку по утрам!

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

Комариные укусы вообще безопасны, так как краснота и опухоль быстро исчезают, если вы не чешете кожу в местах укусов. Укусы пчёл и ос значительно хуже, и они приводят к появлению опухолей. Вы можете защитить себя от укусов насекомых весьма эффективно, если поджарите семена Чёрного Тмина на открытом огне. Если нет возможности это сделать, то можно сжечь семена Чёрного Тмина вместе с ладаном в курильнице (бахурнице). Это придаст не только приятный запах окружающему вас пространству, но и позволит насекомым держаться от вас в стороне, и вы обязательно насладитесь прекрасным летним вечером.

ЧЁРНЫЙ ТМИН КАК СРЕДСТВО ОТ НАСЕКОМЫХ

1 столовая ложка (15 г) семян Чёрного Тмина

1 столовая ложка (15 г) порошкообразного ладана

Распределите семена Чёрного Тмина равномерно по сковороде, добавив некоторое количество ладана и нагревайте на самой низкой температуре. Смесь будет издавать благоухающий ароматный запах в восточных тонах.

Если появится першение в горле или какая-либо другая аллергическая реакция (одышка, головокружение), то следует немедленно обратиться к врачебной помощи. Врачи сделают инъекцию, чтобы предотвратить анафилактический (аллергический) шок.

БЕССОННИЦА

По статистике бессонницей ежегодно страдает до 30 процентов населения нашей планеты. Для бессонницы характерны трудности в засыпании или в продолжительности сна. Почти половина всех проблем, связанных с бессонницей, вытекает из ряда психологических факторов, таких как депрессия или эмоциональное напряжение. Другими причинами являются стресс, определённые лекарственные средства, гиподинамия и потребление большого количества кофеина. Первый этап в лечении бессонницы — это выяснить причину или причины, а затем предпринять меры для каждого случая в отдельности.

Чтобы улучшить сон, попробуйте выделить по 20 минут 3 раза в день для упражнений по аэробике. Максимально сократите потребление кофеина. Полезным также считается разработка плана на завтрашний день вечером предыдущего дня: составьте список завтрашних Ваших дел и, таким образом, Вы не будете напрягать свою память в течение последующего дня, пытаясь вспомнить, что же вам необходимо сделать. Также примите тёплую ванну или душ перед сном. Тёмная, спокойная и хорошо проветриваемая комната, равно как и достаточно просторная кровать с хорошим, твёрдым матрасом создадут условия, необходимые для полноценного отдыха и глубокого сна. Старайтесь не дремать в дневное время суток.

На Востоке вот уже долгое время Чёрный Тмин применяют для поддержания глубокого безмятежного сна и расслабления мозга. Лучший способ для этого — это приготовить достаточно крепкий отвар из его семян. Вскипятите несколько чайных ложек семян Чёрного Тмина в 2 чашках воды в течение 30-45 минут, а затем процедите и выпейте. Полученный чай-отвар, успокаивающий нервы, рекомендуется употреблять вместо кофе или чёрного чая, снимая, таким образом, нервное напряжение.

ЧАЙ, СНИМАЮЩИЙ НЕРВНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ

1 чашка (227 г) семян Чёрного Тмина

1 кварта (1 л) воды

Измельчите семена Чёрного Тмина и поместите их в заранее согретый заварной чайник. Вскипятите воду и вылейте на семена. Дайте чаю настояться в закрытом состоянии в течение 10 минут, а затем процедите его. Держите чай в тёплом состоянии в термосе.

В течение дня пейте чай, начиная с 1 чашки утром перед завтраком. Выпейте последнюю чашку за 1 или 2 часа до сна.

КИШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Изжога, ощущение чрезмерной полноты в желудке, диарея и запоры обычно являются результатом воздействия плохого пищевого рациона, вредных грибков в кишечном тракте или сильного психологического напряжения. Эти симптомы могут проявляться и при более тяжёлых серьёзных патологиях. Активные ингредиенты, содержащиеся в Чёрном Тмине, стабилизируют работу кишечного тракта, тем самым устраняя кишечные недомогания.

Принимайте по 1 капсуле или 20-25 капель масла Чёрного Тмина по 3 раза в день до еды. В случае, если недомогания часто повторяются, рекомендуется продолжить лечение до 3 недель.

Восточная медицина рекомендует употребление Чёрного Тмина вместе с тёплым молоком при самых тяжёлых кишечных

заболеваниях. Такое молоко также оказывает успокоительное действие на повреждённую слизистую оболочку желудка.

МОЛОКО С ЧЁРНЫМ ТМИНОМ

8 унций (240 мл) молока

2 столовые ложки (30 г) масла Чёрного Тмина

1 столовая ложка (15 мл) пчелиного мёда

Согрейте молоко при средней температуре. Снимите с плиты и добавьте масло Чёрного Тмина, а затем мёд и тщательно перемешайте все ингредиенты напитка.

Принимайте по 1 столовой ложке (15 мл) 3 раза в день перед едой.

Б. М., сорок два года, испытывала боли в области желудка, которые не были связаны с приёмом пищи. Семейный врач не мог найти причины расстройства. Она начала принимать по две капсулы масла Чёрного Тмина три раза в день и после двух недель применения судорожные боли спали. Она продолжает принимать масло Чёрного Тмина ежедневно и уже давно рассталась с болью.

БОЛИ В СУСТАВАХ

Боли в суставах являются следствием дегенеративных или инфекционных изменений. В случае инфекционного ревматизма суставов, важную роль играют аутоиммунные процессы. По неизвестным причинам иммунные клетки проявляют активность не только по отношению к инородным субстанциям в суставах, но и по отношению к собственной ткани сустава. Характерными симптомами являются ограничение подвижности по утрам, отёчность суставов, боли, ощущение тяжести, а также, ревматические узлы.

Профилактика инфекционного поражения суставов

Для профилактики аутоиммунных реакций необходимо принимать по 1 -2 капсулы или 20-25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день. Для ослабления боли пользуйтесь кремом для суставов, приготовленного из Чёрного Тмина. Дегенеративные изменения суставов (по причине болезни или преклонного возраста) Чёрным Тмином приостановить невозможно, но можно облегчить состояние.

Укрепление соединительной ткани

Для укрепления и омоложения (регенерации) соединительной ткани следует принимать по 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день. Более того, принимайте мультивитамины и по 1 грамму витамина С ежедневно. Подтверждено успешное воздействие смеси масла Чёрного Тмина и яблочного уксуса на процесс восстановления и регенерации слабой соединительной ткани.

КРЕМ НА ОСНОВЕ МАСЛА ЧЁРНОГО ТМИНА ДЛЯ СУСТАВОВ

2 столовые ложки (30 мл) масла Чёрного Тмина

2 столовые ложки (30 г) свежемолотых семян Чёрного Тмина

Налейте масло Чёрного Тмина в маленькую тарелку и подогрейте на слабом огне. Для приготовления пастообразного крема добавьте порошок Чёрного Тмина. Дайте смеси остыть и храните её в тёмной стеклянной ёмкости в холодном и сухом месте.

Наносите крем на болезненные суставы по два раза в день. При болезненности суставов инфицированного характера крем, по возможности, должен быть предварительно разогрет до тёплого состояния.

ПОЧЕЧНЫЕ КАМНИ

Почечные камни обычно являются причиной несбалансированного пищевого рациона, содержащего слишком много жира, белков и недостаточное количество волокон. Стресс, отсутствие физических упражнений и наследственная предрасположенность также являются предрасполагающими факторами. Вещества, содержащиеся в моче, не выделяясь надлежащим образом, начинают депонироваться, образуя осадок. Почечные камни провоцируют болезненные спазмы в области мочевого пузыря с распространением на спину. При смещении камней основными симптомами являются рвота, вздутие живота, повышение температуры и озноб.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОСТРЫХ БОЛЯХ

Чёрный Тмин уменьшает боль, вызванную почечными камнями, снимает спазмы и предотвращает инфицирование. При лёгких спазмах помогает 1 столовая ложка семян Чёрного Тмина, принятая до завтрака.

Другое эффективное лечебное средство – это сироп Чёрного Тмина. Принимайте его по 1 столовой ложке (15 мл) перед завтраком в течение 20 дней.

Подтверждено положительное воздействие почечных компрессов: согрейте две столовые ложки оливкового масла, смешайте с двумя столовыми ложками мелкоразмолотого Чёрного Тмина и оставьте на 15 минут. Затем, нанесите смесь на хлопчатую ткань и наложите её на область почек. Для поддержания теплоты обвяжите область полиэтиленовой плёнкой и покройте большим полотенцем или старым одеялом. Не трогайте компресс вплоть до её охлаждения. По необходимости повторите.

ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНЫЙ СИНДРОМ

Для предменструального синдрома (ПМС) характерными являются симптомы дискомфорта, которые начинаются за одну или две недели перед менструацией и повторяются от цикла к циклу. Симптомы часто включают головные боли, упадок сил, напряжённое состояние, депрессию, раздражительность, болезненность молочных желёз, задержку жидкости в организме, боль в пояснице и колики в животе. Исследованиями установлено, что физические причины ПМС обусловлены рядом факторов, такими как гормональный дисбаланс, стресс, депрессия и дефицит питательных веществ.

Чёрный Тмин столетиями применялся в качестве традиционного средства лечения при менструальных жалобах, и сегодня учёные начинают понимать механизм этого полезного

растения. Применяя его вместе с правильным пищевым рационом, обеднённым жирами и регулярными физическими упражнениями, Чёрный Тмин может помочь нормализовать процесс всасывания незаменимых жирных кислот, который нарушен у женщин, страдающих ПМС. Регулируя обмен веществ, Чёрный Тмин может предотвратить ПМС.

Пейте по 1 чашке чая из настоя Чёрного Тмина два раза в день, начиная с 14 дня вашего цикла и продолжая до периода менструации. Для ослабления спазмов втирайте масло Чёрного Тмина в кожу в области живота. Ежедневное употребление 2 чашек чая из настоя Чёрного Тмина в течение шести месяцев может помочь при некоторых неприятных симптомах менопаузы.

Женщинам, принимающим противозачаточные таблетки

Синтетические гормоны, находящиеся в противозачаточных таблетках, изменяют среду женских половых путей и, потому, женщины, принимающие эти таблетки, могут быть более подвержены вагиниту. Чтобы избежать этого, принимайте по 2 капсулы или по 25 капель масла чёрного тмина 3 раза в день, что поддержит вашу иммунную систему. Не помешает, также, приём мультивитаминов. Применение таблеток увеличивает потребность организма в витаминах С, В2 (рибофлавин), В12, В6 (пиридоксин) и фолиевой кислоте.

КОЖНЫЕ БОЛЕЗНИ

Чёрный Тмин можно также применять для лечения ряда кожных болезней, таких как инфекции, экзема, гематомы и растяжения, кожные паразиты, кожные грибки, нейродерматиты и чешуйчатый лишай. Ввиду того, что масло Чёрного Тмина оказывает противозудное и противоинфекционное действие, оно является идеальным средством для лечения этих недугов без обращения к синтетическим лекарственным препаратам.

При этом масло Чёрного Тмина используется непосредственно местно на область поражения, либо предварительно смешивается с другими целебными веществами. Одним из лёгких рецептов, ослабляющих зуд и ускоряющих процесс заживления, является смесь Чёрного Тмина с яблочным уксусом.

УСПОКАИВАЮЩИЙ КРЕМ ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА

2 чашки (480 мл) яблочного уксуса

1 чашка (227 г) мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина

1 чашка (227 г) кукурузного крахмала

Согрейте яблочный уксус и добавьте размолотые семена Чёрного Тмина. Доведите до кипения и, затем, добавьте кукурузного крахмала. Хорошо размешайте и уберите с плиты. Дайте

приготовленному крему остыть. Храните в тёмной стеклянной ёмкости в холодном и сухом месте.

Наносите крем два раза в день на поражённую область. Особенно рекомендуется это делать перед сном. Крем очень эффективен при наружных грибковых инфекциях.

ЭКЗЕМА

Экзема представляет собою часто встречающееся кожное заболевание, характеризующееся зудящей сыпью, которая также может быть пятнистой, сухой, плотной и бугристой. Почёсывание поражённой области может внести бактерии на кожную поверхность, что может осложниться серьёзным инфекционным процессом. Экзема часто наблюдается у людей, страдающих аллергией и, обычно, является наследственной. Существует несколько видов экземы, включающих атопическую (аллергическую) экзему, нейродерматит (о нём говорится ниже) и контактный дерматит.

Изменения в рационе питания могут оказать положительное воздействие на частоту заболевания и тяжесть вспышек атопической экземы. Основными провоцирующими продуктами питания являются молоко, яйца, арахис, рыба, соя, пшеница и цитрусовые.

Контактный дерматит можно устранить, избегая контакта с веществом, порождающим реакцию.

Лечение экземы маслом Чёрного Тмина часто приводит к удивительно быстрым результатам. Лечение включает употребление внутрь (2 капсул или 25 капель масла Чёрного Тмина по 3 раза в день) с наружным применением. При местном лечении более эффективным считается применение озонированного масла Чёрного Тмина прямо на область сыпи. Озонированное масло Чёрного Тмина получают путём пропускания через него изменённой формы кислорода.

Применение крема из Чёрного Тмина (см. в ранних статьях) несколько раз в день оказывает положительное влияние на поражённую область кожи.

НЕЙРОДЕРМАТИТ

Нейродерматит представляет собой тяжёлую хроническую форму экземы. Основным симптомом является зудящая корка, образующаяся на теле, особенно на шее, запястьях и задних частях колен. У детей, страдающих нейродерматитом, корки часто появляются на волосистой части кожи головы.

Появлению нейродермита благоприятствует аллергическая предрасположенность и психологические факторы. Почти 20 процентов больных экземой страдает также астмой, а более 10

процентов имеют сенную лихорадку. Нейродерматит не заразен (неконтагиозный).

Чёрный Тмин эффективен в лечении нейродерматита. Он ослабляет зуд, нормализует иммунную систему и содействует заживлению инфицированных областей кожи. Принимайте по 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день.

Применение масла Чёрного Тмина местно (на проблемные зоны) может ослабить зуд и раздражение.

МАСЛО ЧЁРНОГО ТМИНА ДЛЯ КОЖИ

3 столовые ложки (45 мл) масла Чёрного Тмина

3 столовые ложки (45 г) мелкоизмельченных семян Чёрного

Тмина

Хорошо согрейте масло Чёрного Тмина на сковороде. Добавьте молотые семена Чёрного Тмина и хорошо размешайте. Процедите смесь и дайте ей остыть. Храните в тёмной стеклянной ёмкости в холодном, сухом месте.

Наносите масляную смесь на поражённую область кожи по 3 раза в день. Чем прохладнее будет смесь при применении, тем быстрее наступит облегчение.

ГРИБКОВЫЕ ИНФЕКЦИИ

Если вы обнаружили на коже зудящее патологическое изменение красного цвета с чешуйками, это говорит о том, что у Вас грибковая инфекция. Следует проконсультироваться с врачом для установления диагноза, так как правильное лечение, в некоторой степени, зависит от определения типа грибов, порождающих инфекцию. Грибковые инфекции очень заразны, и тёплые влажные помещения, такие как общие бани или раздевалки, сауны и джакузи являют собою идеальные условия для их распространения.

Часто при данном заболевании врачи предписывают кортизон, который является достаточно эффективным, но имеет ряд побочных действий. Крем из Чёрного Тмина представляет собой здоровую эффективную альтернативу. Помимо наружного местного применения необходимо потреблять по 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день. Сыпь и зуд обычно исчезают в течение одной недели.

В.У., шестилетний мальчик, периодически начали проявляться грибковые инфекции на туловище и ногах, не реагирующие на воздействие противогрибковых препаратов. До этого он часто применял антибиотики от других инфекций, которые возможно сделали его более восприимчивым к грибковым инфекциям.

Он начал употреблять по одной капсуле масла Чёрного Тмина по три раза в день в течение шести месяцев подряд. По прошествии четырёх недель поражённые участки кожи полностью очистились. У него больше не было никаких рецидивов болезни. Кроме того, он перестал нуждаться в антибиотиках для лечения других инфекций.

ПАЗАТИРУЮЩИЕ ОРГАНИЗМЫ

Несмотря на тщательную гигиену, немало людей сегодня время от времени контактируют с кожными паразитами. Обычно взрослые приносят их домой из мест, где они провели свой отпуск, а дети из школ и детских садов, где они могут заразиться вшами и чесоткой. Веками на Востоке Чёрный Тмин применяли наружно в качестве средства уничтожающего паразитирующие организмы.

Вши

Человеческие вши (Pediculidae) бескрылые, светло-серые насекомые длиной от одного до трёх миллиметров. Они прилипают к волосам, питаются человеческой кровью и являются носителями заболеваний. Одна головная вошь может отложить до 100 яиц. Их развитие занимает примерно от трёх до четырёх недель. Головные вши передаются путём физического контакта и вызывают сильный

зуд. Слегка большего размера платяная вошь более опасна ввиду того, что она может занести боррелии, бактериальные возбудители.

При появлении вшей необходимо соблюдать строгую гигиену: тщательно мойте тело и дезинфицируйте поражённые области кожи. Более того, нужно вымыть всю одежду и постельное белье и пропылесосить матрас и другую мягкую мебель. Хорошо втереть средство, приготовленное согласно рецепту, в волосы и дать им подсохнуть как минимум в течение 15 минут под солнцем или посредством фена. Не трогайте средство, втёртое в волосы в течении как минимум 4 часов, а затем отмойте его, пользуясь шампунем мягкого действия. Повторяйте так ежедневно. В большинстве случаев эффект данного лечения отмечается в течение одной недели.

Чесотка

Чесотка – это заразное кожное заболевание, порождаемое крошечным, паукообразным чесоточным клещом (*Sarcoptes Scabiet*). Самка выкапывает норку под кожей для кладки яиц, которые вылупляются позже в течение трёх - пяти дней. Свежевылупившиеся клещи выходят для спаривания на поверхность кожи, а затем, жизненный цикл повторяется. Основным симптомом чесотки является сильный зуд, проявляющийся больше всего в местах кожной складки - между пальцами, под мышками, на запястьях, локтях, груди, половом члене и нижнем отделе спины.

Для лечения чесотки Чёрным Тмином необходимо втереть средство, приготовленное согласно основному рецепту, на поражённые области кожи и оставить примерно на 4 часа. Затем смыть средство мягким, недушистым натуральным мылом. После втереть чистое масло Чёрного Тмина на поражённые области. Продолжать лечение как минимум в течение 1 недели.

ОСНОВНОЙ РЕЦЕПТ ПРОТИВ КОЖНЫХ ПАРАЗИТОВ

1 чашка (227 г) мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина
8 унций (240 мл) яблочного уксуса

В чашке смешайте молотые семена Чёрного Тмина с яблочным уксусом и оставьте примерно на 10 минут. Затем процедите смесь через ткань, сильно выжимая влагу. Оставьте осадок на ткани под солнцем, тем самым способствуя максимальному испарению жидкости. Итоговая масса должна быть плотной и почти сухой.

Нанесите мазь на поражённую область кожи или волосы и дайте высохнуть как минимум в течение 15 минут. Через 4 часа можно смыть тёплой водой.

ПСОРИАЗ (Чешуйчатый лишай)

Псориаз – это кожное заболевание, характеризующееся плотными, выпуклыми, красными пятнами, покрытыми серебристо-белыми чешуйками. Пятна появляются тогда, когда по неизвестным причинам деление клеток наружных слоёв кожи происходит гораздо быстрее. Пятна могут гореть, трескаться, кровоточить и не существует лечения для стойки ремиссии этого заболевания. Больше всего поражаются колени и локти, хотя пятна могут быть в любой части тела. Существует наследственная предрасположенность к чешуйчатому лишаю, усиливающаяся психологическим напряжением.

Традиционным лечением псориаза является кортизонная терапия или применение каменноугольного дёгтя. Масло Чёрного Тмина предлагает эффективную натуральную альтернативу. Для стимуляции процесса выздоровления принимайте внутрь по 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день.

Более того, всё время покрывайте инфицированную кожу маслом Чёрного Тмина для кожи.

Отпуск на берегу океана или вблизи Мёртвого моря может быть причиной поразительного выздоровления. Если нет возможности путешествовать по миру, тогда вы можете приобрести

соли Мёртвого моря для ванны в аптеке или магазине товаров для здоровья.

С. С., пятьдесят шесть лет, с детства страдала сложным случаем псориаза. Её спина, предплечья, икры и скальп были поражены особенно. Она пробовала терапию стероидами так же, как и провела отпуск у Мёртвого моря, но проблема оказалась нерешённой.

Она начала лечение кожи покрытой пятнами маслом Чёрного Тмина, нанося масло наружно на поражённые участки сразу перед началом световой терапии и после неё. Она также употребляла две капсулы Чёрного Тмина три раза в день. Это лечение значительно уменьшило шероховатость поражённых участков.

ОПУХОЛИ

Опухоли могут быть доброкачественными и злокачественными. Доброкачественная опухоль изолирована ростом новой ткани. Несмотря на то, что она может сдавить нервы и соседние органы, она не распространяется на окружающие ткани. Злокачественная опухоль (рак) распространяется на соседние ткани или органы и образует новые опухоли (метастазы). Опухолевые клетки ищут слабые места в организме, откуда и пытаются начать

своё распространение. Однако это им удаётся только при нарушенной иммунной системе.

ПРОФИЛАКТИКА РАКА ЧЁРНЫМ ТМИНОМ

Масло Чёрного Тмина играет важную роль в лечении опухолей. Оно стимулирует образование клеток костного мозга и иммунной системы и усиливает образование интерферона – белка, предотвращающего рост вредных микроорганизмов. Для профилактики опухолей принимайте по 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день в течение 6 месяцев.

Нижеуказанный рецепт по профилактике опухолей также может помочь организму в борьбе с нежелательными клеточными изменениями.

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПОЯВЛЕНИЯ ОПУХОЛЕЙ

2 столовые ложки (30 мл) масла Чёрного Тмина

2 столовые ложки (30 г) мелкоизмельченных семян Чёрного
Тмина

1 столовая ложка (15 г) маточного молочка

Слегка согрейте масло Чёрного Тмина в сковороде и смешайте его с размолотыми семенами Чёрного Тмина. Далее, добавьте маточное молочко и снимите продукт с огня. Дайте сиропу остыть и храните его в тёмной стеклянной ёмкости в холодном и сухом месте.

Принимайте по 1 чайной ложке (5 г) 3 раза в день перед едой. Продолжайте применение в течение шести недель, затем уменьшите дозу до 1 чайной ложки (5 г) 2 раза в день.

РАНЫ

Раны или повреждения ткани – это, обычно, результат досуговой деятельности, особенно спортивной. Раны заживают в нескольких периодах. Сначала образуется корка, чтобы закрыть рану, а немного позже под этой коркой образуется так называемая грануляционная ткань; это новая ткань, покрытая кровеносными сосудами. Наконец, образуется рубец. Раны заживают быстрее, если ткань имеет хорошее кровообращение. Именно поэтому, нарушения в обмене веществ часто задерживают заживление ран.

Уход за открытыми ранами

Благодаря своим антибактериальным свойствам Чёрный Тмин широко использовался в древнем Египте для лечения открытых ран. Чёрный Тмин препятствует занесению инфекций и ускоряет процесс

заживления. Очистите рану под проточной водой. Нанесите бальзам Чёрного Тмина на чистую льняную ткань и перевяжите ею травмированную область. Меняйте перевязку ежедневно. Обратитесь к врачу, если краснота или опухоль остаются, потому что рана в таком случае может быть заражена.

БАЛЬЗАМ ДЛЯ РАН

3 столовые ложки (45 г) мелкоразмолотых семян Чёрного Тмина

2 столовые ложки (30 мл) масла Чёрного Тмина

1 столовая ложка (15 мл) яблочного уксуса

Прожарьте мелкоразмолотые семена Чёрного Тмина в чугунной кастрюле, пока порошок не почернеет. Смешайте прожаренный порошок с маслом Чёрного Тмина и яблочным уксусом. Полученная смесь должна иметь консистенцию бальзама.

После того, как вы промоете рану мылом и тёплой водой, приложите к поверхности тела хлопковую ткань, смоченную в небольшом количестве яблочного уксуса. Позвольте травмированной области полностью высохнуть и после этого применяйте бальзам.

Предостережение: Глубокие или колотые раны требуют непосредственного медицинского обслуживания.



© Stephan Imhof

Глава четвертая

ЧЁРНЫЙ ТМИН ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ КОЖИ, ВОЛОС И НОГТЕЙ



Репутация Чёрного Тмина, как лекарственного растения, простирается и на его использование в различных лечебно-косметических направлениях. Чёрный Тмин снабжает организм важными полиненасыщенными жирными кислотами. Из-за идеальной комбинации в нём активных компонентов, Чёрный Тмин оказывает на кожу, волосы и ногти положительный лечебно-

косметический эффект. Проникая сквозь поверхность кожи, компоненты масла Чёрного Тмина заживляют и предотвращают разрушительные процессы в организме, которым он подвержен из-за нездорового образа жизни современного человека. В то время как в арабских странах можно найти большой выбор средств косметики, содержащей Чёрный Тмин, такое разнообразие продуктов трудно найти в наших магазинах. Однако её нетрудно изготовить в домашних условиях, сделав самим свой собственный крем, скраб и маску. Создание лечебных косметических смесей в домашних условиях также позволит вам избежать вредного воздействия синтетических химикатов и консервантов, присутствующих в товарах, созданных на промышленном массовом производстве.

УХОД ЗА ВАШЕЙ КОЖЕЙ

Кожа – это крупнейший орган в теле человека. Его масса составляет приблизительно семь или десять фунтов (3.2 – 5.5 кг) и она могла бы покрыть приблизительно двадцать квадратных метров, если расстелить её на полу квартиры. Эпидермис, наружный поверхностный слой кожи, постоянно обновляет себя клетками, растущими от внутренних слоёв кожи. Кожа действительно «дышит», позволяя кислороду проникать в тело и выделять обратно токсины, наряду с потом. Состояние кожи во многом зависит от степени её загрязнения, качества питания, стресса и, поэтому, образ

жизни человека играет наиважнейшую роль в том, что человек имеет румяные и светящиеся здоровьем щёки, занимаясь спортом, или же, игнорируя активный образ жизни, приобретает бледно-жёлтую болезненную кожу.

Для снабжения кожи питательными веществами, приготовьте маску: поместите в полчашки (114 г) изюма 240 мл масла Чёрного Тмина, поместив массу в закрытую стеклянную банку. Оставьте массу на несколько дней. Употребляйте 1 столовую ложку (15 мл) полученной смеси каждый день. Вы можете также жевать семена Чёрного Тмина или есть их в качестве ежедневной закуски.

Между прочим, Чёрный Тмин и изюм не только делают вашу кожу гладкой и мягкой, но также являются приятными на вкус и способствуют свежему дыханию. Это позволит Вам некоторое время не использовать специальные средства для полоскания рта.

Следующие рецепты помогут Вам поддерживать кожу в хорошем состоянии.

Питательные кремы для лица

Добавьте несколько капель масла Чёрного Тмина в ваш любимый крем для лица, или сделайте собственный крем по следующему рецепту.

В пароварке слегка нагрейте 1 и 2/3 чашки масла Чёрного Тмина (400 мл) с равным количеством масла жожоба. Добавьте 75 г

пчелиного воска и медленно нагрейте смесь до 60°C так, чтобы воск полностью растаял. Размешайте компоненты и охладите смесь. Храните крем в стеклянной ёмкости в прохладном месте.

В зависимости от типа кожи, Вы можете также добавить несколько капель других лечебно-косметических масел в уже приготовленный крем. Для чувствительной кожи добавьте в крем масло сандалового дерева, розы или камелии. Для проблемной кожи используйте смесь из масла мяты и экстракта арники. Камфора, лаванда и масло чайного дерева сбалансируют жирную кожу. Хорошие средства от сухой кожи – бергамот и грейпфрут.

Очищающий скраб для лица

Применение скраба один раз в неделю позволит Вам избавиться от омертвевшей кожи и обновить её. Возьмите 1 столовую ложку (15 г) семян Чёрного Тмина и измельчите до порошкообразного состояния, а затем смешайте полученный порошок с несколькими каплями масла Чёрного Тмина до образования пастообразной массы. Круговыми движениями распределите скраб по лицу и оставьте его на 10 минут. Затем ополосните лицо тёплой водой. Если у Вас кожа жирная, то вымойте лицо с мылом и водой.

Вы можете также попробовать использовать этот очищающий скраб для смягчения и улучшения состояния кожи на локтях, коленях и ногах, нанося его на тело в ванне или душе.

Успокаивающая маска для лица

Смешайте 1 яичный желток с 1 чайной ложкой (5 мл) масла Чёрного Тмина и 1 чайной ложкой (5 мл) масла зародышей пшеницы. Добавьте в полученную смесь несколько капель лимонного сока и немного мёда. Тщательно смешайте все компоненты. Нанесите маску на лицо и оставьте её на 30 минут, а затем промойте лицо тёплой водой.

Восстановление упругости и эластичности кожи

Чтобы восстановить нежную текстуру повреждённой кожи, употребляйте по 2 капсулы или 25 капель масла тмина 3 раза в день до еды. Кроме того, чтобы убедиться, что ваша кожа получает жизненно необходимые питательные вещества, принимайте поливитамины с цинком. Добавляя одну или две столовые ложки масла Чёрного Тмина в горячую воду во время приёма ванны не менее двух раз в неделю, вы поможете вашей коже восстановить прежнюю её упругость и эластичность.

Освежающее масло для тела

Чёрный Тмин идеально питает кожу и стимулирует кровообращение. И эти свойства Чёрного Тмина помогут создать замечательное масло по уходу за телом.

Чтобы приготовить освежающее масло для тела, смешайте равное количество масла Чёрного Тмина с маслом зародышей пшеницы. Используйте небольшие количества, чтобы масло не стало прогорклым прежде, чем Вы сможете его полностью использовать.

Добавьте в полученную смесь несколько капель эфирного масла соответствующему вашему типу кожи или предпочтению в аромате.

Для жирной кожи предпочтительнее использовать масло можжевельника или розмарина. Для сухой кожи используйте эфирное масло герани, апельсина или пачули. Для зрелой кожи лучше всего подойдёт масло лаванды или иланг-иланга.

Нанесите несколько капель освежающего масла на тело сразу после купания, когда ваша кожа ещё пока влажная и распаренная.

ЗДОРОВЫЕ ВОЛОСЫ И НОГТИ

Как и клетки кожи клетки волос и кожи перемещаются с нижних слоёв клеток на поверхность тела вверх, когда образуются новые слои клеток снизу. Когда клетки достигают поверхности органа, они становятся неспособными получать питательные

вещества для развития и вследствие этого образуют твёрдое белковое соединение, названное кератином. Волосы и ногти включают в себя слои мёртвых клеток, которые следует рассматривать как вещества, предотвращающие их от поломки.

Множество факторов влияет на рост и текстуру волос и ногтей – это возраст, рацион питания, общее состояние здоровья и сезонно-климатические изменения, равно как и всевозможные загрязнения окружающей среды, частое нахождение под солнцем или купание в хлорной воде, ну и, конечно, вредоносное курение, и потребление алкоголя. Личные привычки или особенности ухода также влияют на рост наших волос и ногтей. Трудно поддерживать ногти в хорошем состоянии, если Вы пользуетесь продукцией химической промышленности (стиральные порошки, моющие и отбеливающие средства и прочее) каждый день, не одевая защитных перчаток. Даже простое расчёсывание волос синтетической щёткой может стать для них разрушительным процессом. Таким образом, здоровые волосы и ногти требуют от нас соблюдения здорового образа жизни, с минимальным потреблением токсинов, а это, прежде всего – хороший правильный пищевой рацион и употребление большого количества чистой природной воды. К счастью, Чёрный Тмин может помочь вам восстановить и предотвратить повреждение, как ногтей, так и волос.

Крепкие и шелковистые волосы

Масло Чёрного Тмина питает кожу головы и сами корни волос, делая волосы заметно более сильными и мягкими. Для оздоровления повреждённых и сухих волос принимают масло Чёрного Тмина вовнутрь по 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина 3 раза в день.

Здоровое питание также может оказать существенное влияние на здоровье ваших волос. Цинк – это очень эффективный витамин для придания волосам и коже здорового состояния. К продуктам богатым цинком относятся: бобы, говядина, отруби, мускусная дыня, сыр, моллюски, крабовое мясо, рыба, печень, молоко, орехи, свежая зелень, цельные зёрна и йогурт. Употребляя ежедневно поливитамины, которые имеют в своём составе цинк и селен, также вносящий весомый вклад в здоровье тканей, вы будете способствовать тому, что в вашем организме будет больше питательных веществ, поддерживающих состояние волос в прекрасном здоровом состоянии.

Восстановление и укрепление волос

Если у Вас сухие и тусклые волосы, то для их оздоровления добавьте в ваш шампунь немного масла Чёрного Тмина и применяйте так, как вы его обычно и применяли.

Для особенно сухих или повреждённых волос частое применение этой смеси более эффективно. Применяйте этот усиленный Чёрным Тмином шампунь вначале ежедневно, а затем по одному разу в неделю, пока состояние волос не улучшится. Следующий способ поможет уменьшить процесс расслаивания (сечения) волос, вызванный чрезмерно сухим болезненным состоянием поверхности кожи.

Смешайте 2 столовые ложки (30 г) мелко измельчённых семян Чёрного Тмина, 2 столовых ложки (30 мл) сока рукколы (*Eruca Vesicaria*, *гаргур* – египетск.), 1 столовую ложку (15 мл) яблочного уксуса и 8 унций (240 мл) оливкового масла первого холодного отжима. Тщательно массируя, в течение 5 минут втирайте полученную смесь в кожу головы и корни волос. При нанесении лечебной смеси обратите особое внимание на кончики волос и, особенно, если волосы выглядят хрупкими и повреждёнными. Оставьте смесь на волосах, не смывая её на 20 - 30 минут.

Ещё лучше, если применять такой натуральный кондиционер во время приёма ванны. Оденьте на волосы целлофановую шапочку для душа, затем оберните голову тёплым полотенцем и расслабьтесь, в то время как масло будет полноценно впитываться в корни волос. По окончании процедуры оздоровления ваших волос тщательно промойте и ополосните волосы.

Сильные здоровые ногти

Ногти – это показатель нашего внутреннего состояния здоровья, а именно того, насколько мы придерживаемся правильной диеты и какой образ жизни ведём и на правильном ли жизненном пути мы находимся. С помощью масла Чёрного Тмина ваши ногти станут сильными и гладкими. Возьмите 2 капсулы или 25 капель масла Чёрного Тмина и употребляйте их 3 раза в день на протяжении от трёх до шести месяцев.

Вы можете питать клетки ваших ногтей, делая ванночки для кончиков пальцев в течение 20 - 30 минут на основе слегка разогретого оливкового масла или масла зародышей пшеницы, в которое необходимо добавить 2 столовые ложки (30 мл) масла Чёрного Тмина. По желанию, вы можете добавить в лечебную смесь несколько капель приятного для вас эфирного масла какого-либо растения для придания аромата.

Это лечение будет особенно эффективным, если Вы будете массажировать руки, слегка разогретой смесью масел и оставлять кончики пальцев смоченными в этом составе в течение 30 минут. Для достижения лучшего эффекта наденьте чистые хлопковые перчатки и позвольте маслу увлажнить руки и ногти одновременно. Утром ваши руки станут мягкими и гладкими.

Ногти также, как и другие органы человека нуждаются в витаминах и полезных веществах и еда, обогащённая

поливитаминами, может помочь достичь нужных и быстрых результатов. Если на ваших ногтях имеются белые пятна, то это означает, что в вашем организме наблюдается недостаток цинка и вам обязательно стоит обратить внимание на замену привычного для вас пищевого рациона на рацион, обогащённый цинком (смотрите статью, посвящённую продуктам, содержащим цинк).

Глава пятая

ЧЁРНЫЙ ТМИН НА КУХНЕ И В КУЛИНАРИИ



Невозможно представить кухню Ближнего Востока без Чёрного Тмина. Чёрный Тмин обязательно должен стать частью вашего здорового рациона питания. Мало того, что Чёрный Тмин – это замечательная добавка к пище, но он ещё также является и восхитительной специей. В этой главе Вы найдёте широкий выбор рецептов для того, чтобы ввести в свой ежедневный полноценно

здоровый рацион питания эту восточную симфонию вкуса. Но Вы не должны останавливаться только на наших рецептах, а можете смело экспериментировать во благо ваших жизненных сил и здоровья. Попробуйте поступить так, как ведущие пекари Арабского Востока это делают: смешайте 1/8 фунта (56 г) семян Чёрного Тмина с фунтом (454 г) муки и поместите её в тесто для приготовления вашего любимого блюда по вашему традиционному рецепту; или попробуйте поэкспериментировать с тестом для выпекания хлеба, приготовляемого из смеси яичного желтка, воды и муки, посыпав приготовляемый хлеб перед выпеканием семенами Чёрного Тмина.

ЧЁРНЫЙ РЖАНОЙ ХЛЕБ

- 1/2 фунта (227 г) пшеничной муки
- 1 фунт (454 г) ржаной муки
- 1 чайная ложка (5 г) поваренной соли
- 1 столовая ложка (30 мл) масла Чёрного Тмина
- 2 чашки (480 мл) обезжиренных сливок (пахты)
- 1/2 чашки (114 г) сливочного масла
- 1 пакетик дрожжей
- 1/2 фунта (227 г) дрожжевой опары
- 1/4 чашка (60 мл) коровьего молока
- 3 столовых ложки (45 г) семян Чёрного Тмина

Смешайте компоненты в тесто так, чтобы оно не было слишком липким. Держите его в тёплом месте до того момента пока объём замешанного теста не увеличится вдвое. Затем, в поднявшееся тесто, добавьте немного муки и замесите его снова, а после положите его в формочки для выпечки хлеба. В оставшуюся часть теста можете положить ещё немного семян Чёрного Тмина и дайте ему снова подняться. Выпекайте при температуре 176°C в течение 40 - 50 минут.

БУЛОЧКИ ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА

- 1 фунт (454 г) пшеничной муки
- 1 щепотка соли
- 1/2 чашки (120 мл) коровьего молока
- 1/4 чашки (57 г) сливочного масла
- 1 пакетик дрожжей
- 1 чайная ложка (5 г) сахара
- 2 столовые ложки (30 г) семян Чёрного Тмина

Смешайте компоненты в дрожжевое тесто. Держите тесто в тёплом месте, чтобы его объём увеличился вдвое. Затем раскатайте тесто в круглые формы (булочки) и оставьте их на тёплом противне, смазанном маслом, посыпав сверху семенами Чёрного Тмина. Выпекайте булочки при температуре 176°C в течение 15 минут.

ЗАВИТЫЕ БУЛОЧКИ

- 1 фунт (454 г) пшеничной муки
- 1 щепотка соли
- 1 и 1/4 чашки (300 мл) коровьего молока
- 1 пакетик дрожжей
- 1 чайная ложка (5 г) сахара
- 3 столовые ложки (45 г) сливочного масла
- 1 яичный желток
- 2 столовые ложки (30 г) семян Чёрного Тмина

Замесите компоненты в тесто и, поместив его в тёплое место, подождите, пока объём не увеличится вдвое. Затем замесите его повторно. Разделите тесто на 12 частей равного размера. Придайте им форму в виде завитушек и поставьте их на тёплый противень, смазанный маслом, помазав сверху витые булочки яичным желтком и посыпав их семенами Чёрного Тмина. Выпекайте завитые булочки при температуре 176° С в течение 15 - 20 минут.

КОЛЕЧКИ ИЗ ЧЁРНОГО ТМИНА

- 1 фунт (454 г) ржаной муки
- 1 чайная ложка (5 г) соли
- 1 чашка (240 мл) коровьего молока

- 3 столовые ложки (45 г) сливочного масла
- 1 пакетик дрожжей
- 1 чайная ложка (5 г) сахара
- 1 яйцо
- 1/2 фунта (227 г) дрожжевой опары
- 1 яичный желток
- 2 столовые ложки (30 г) семян Чёрного Тмина для посыпания сверху

Смешайте компоненты в дрожжевое тесто и поместите его в тёплое место и, подождав пока объём замешанного теста не увеличится вдвое, замесить тесто снова. Разделите полученное на две равные части и сделайте из теста формочки в виде колец. Выложите приготовленные формочки на противень, смазанный маслом, и подождите, пока они снова поднимутся, а затем уже смажьте их яичным желтком и посыпьте сверху семенами Чёрного Тмина. Выпекайте в течение 40 минут при температуре 176°C.

ЭКЗОТИЧЕСКАЯ ДЕЛИКАТНАЯ СПЕЦИЯ

Для приготовления различных супов, овощных блюд, а также для тушения и маринования используйте Чёрный Тмин вместо перца. Чёрный Тмин является менее пряной специей, но более легко усвояемой и особенно полезной для людей, страдающих

желудочными или почечными заболеваниями. Чёрный Тмин особенно хорошо сочетается с бобами и всеми видами капусты. Его умеренный аромат придаёт изысканный вкус различным блюдам в комбинациях с другими специями, такими как чабер душистый, чеснок, кориандр, и тимьян. Чёрный Тмин прекрасно сочетается, дополняя и обогащая, с традиционным карри и широко известной популярной североиндийской смесью пряностей гарам масала (до 20 компонентов в своём составе).

МЯСНЫЕ БЛЮДА

В бассейне стран Юго-Восточного Средиземноморья общепринято жарить мясо в оливковом масле, добавляя по 2 чайные ложки масла Чёрного Тмина (30 мл) в жаровню. Семена Чёрного Тмина также добавляют превосходный незабываемый аромат к разнообразным паштетам, колбасам и прочим мясным деликатесам.

САЛАТЫ

Семена Чёрного Тмина добавляют сердечный особенный вкус к свежим салатам. Добавьте 1 столовую ложку (15 г) семян Чёрного Тмина в качестве приправы к любому свежеприготовленному салату. А несколько капелек масла Чёрного Тмина придадут салату восхитительный вкус.

В КОНСЕРВИРОВАНИИ

Те, кто консервирует овощи, выращенные на собственных грядках, могут добавлять семена Чёрного Тмина к овощам, и свежей зелени при консервировании, как это делают тысячелетиями на Ближнем Востоке. Из-за известных антибактериальных свойств Чёрного Тмина консервируемые продукты сохраняются намного дольше и качественнее.

ЧАЙ ЗДОРОВЬЯ

1 столовую ложку (15 г) семян Чёрного Тмина залейте кипятком в кружку и дайте чаю завариться в течение 10 минут. Аромат этого чая приведёт Вас к палаткам кочевников в пустыни, где целители и по сей день вылечивают нуждающихся в лечении от различных болезней с помощью Чёрного Тмина.

АРОМАТНЫЙ КОФЕ

На арабских базарах и в многочисленных кофейнях и чайханах Ближнего Востока вам всегда, по вашей просьбе, добавят порошок из семян Чёрного Тмина в свежеприготовленный настоящий арабский кофе. Желаемое количество семян Чёрного Тмина добавляется в кофе обязательно до его заваривания.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА И МАТЕРИАЛЫ

Al-Ghamdi, M.S. *The anti-inflammatory; analgesic and antipyretic activity of Nigella Sativa.* Department of Pharmacology, King Faisal University, College of Medicine, Dammam, Saudi Arabia. J Ethnopharmacol 2001 Jun;76(1):45-8.

Badary O.A., Gamal El-Din, A.M. *Inhibitory effects of thymoquinone against 20-methylcholanthrene-induced fibrosarcoma tumorigenesis.* Department of Pharmacology and Toxicology, College of Pharmacy, Al-Azhar University, Nasr City, Cairo, Egypt. Cancer Detect Prev 2001 ;25(4):362-8.

Burits M, Bucar F. *Antioxidant activity of Nigella Sativa essential oil.* Institute of Pharmacognosy, Karl-Franzens- University of Graz, Austria. Phytother Res 2000 Aug;14(5):323-8.

Chakravarty N. *Inhibition of histamine release from mast cells by nigellone.* Odense University, Denmark. Ann Allergy 1993 Mar;70(3):237-42.

Dean, Karen. *Use of Nigella to increase immune function.* American Botanical Council, <http://www.herbalgram.org>. Accessed February, 2003.

El Daly, Ezzat S. *The effect of Nigella Sativa I. seeds on certain aspects of carbohydrates and key hepatic enzymes in serum of rat.* Journal of Islamic Academy of Sciences. Volume 7, No.2 1994.

Elkadi, A., Kandil, O. *The Black Seed and immunity: Its effects of human t-cell subsets.* Federation of American Societies for Experimental Biology. Vol. 46, No. 4: March, 1987.

El-Sarha, A.I., Hassan, H.Y., and Said, K.M. *Haemato-Biochemical changes induced by oral administration of Nigella Sativa (Black Seed) to goats.* J. Egypt. Ger. Soc. Zool. Vol. 22(A) 69-83 1997.

Gilani A.H., et al. *Bronchodilator, spasmolytic and calcium antagonist activities of Nigella Sativa seeds (Kalonji): a traditional herbal product with multiple medicinal uses.* Department of Physiology and Pharmacology, Aga Khan University Medical College, Karachi. Pak Med Assoc 2001 Mar;51(3): 115-20.

Horvit, Mark. *Use of humble herbs in fights against cancer, AIDS probed.* The News Herald: April 19, 1987.

Jones. Cindy L.A. *Herbal aids for cancer: Seven natural additions to treatment regimens.* <http://www.amazingherbs.com/herbal-aids-for-cancer.html>. Accessed February, 2003.

Khosh, Farhang N.D., Khosh, Mehdi N.D. *Natural approach to hypertension,* <http://amazingherbs.com/nataptohyp.html>: Accessed February, 2003.

Leka, L., et. al. *Effect of dietary supplementation with black currant seed oil on the immune response of healthy elderly subjects.* American Journal of Clinical Nutrition, 1999; 70:536-43.

Luetjohann, Sylvia. *The healing power of Black Cumin.* Twin Lakes, Wisconsin: Lotus Light Publications, 1998.

Magnus, Patra A. *Black Seed. Bi-Nutrients Herbal Information*
Center: December, 2002.

Medenica R, et. al. *Anti-angiogenic activity of Nigella Sativa plant extract in cancer therapy.* International Immuno- Biology Research Laboratory, South Carolina, 29926. American Association of Cancer Research; 38:A1377, 1997.

Morsi, N.M. *Antimicrobial effect of crude extracts of Nigella Sativa on multiple antioptics-resistant bacteria.* Botany Department, Faculty of science, Cairo University, Egypt. Acta Microbiol Pol 2000;49(1):63-74.

Musselman, Lytton John. *Holy pharmacy: Modem medical uses of some plants of the Qu'ran and the Bible.* <http://amazingherbs.com/holpharmodme.html>: Accessed February, 2003.

Saleh, Mohamed M.D., Scheleicher, Peter M.D. *Black Cumin: The magical Egyptian herb for allergies, asthma, immune disorders.* Rochester, Vermont: Healing Arts Press, 2000.

Salim Khan, Muhammed. *Diabetes : A holistic understanding, Part 3.* Copyright Muhammed Salim Khan. October 2001.

Wagner, Hans. *Black Seed Oil.* <http://theramune.com/arblackseedoi.html>: Accessed February, 2003.

Worthen D.R., et al. *The in vitro anti-tumor activity of some crude and purified components of Black Seed, Nigella Sativa I.* Natural Products Chemistry Laboratory, Tobacco and Health Research Institute, Lexington, KY. Anticancer Res 1998 May- Jun; 18(3 A): 1527-32.

Zaoui A, Cherrah Y, et. al. *Effects of Nigella Sativa fixed oil on blood homeostasis in rat.* Departement de Biologie, Faculte des Sciences, Universite Hassan. Casablanca, Morocco.

Journal of Ethnopharmacology: 2002 Feb;79(1):23-6.



Перевод книги «ЧЁРНЫЙ ТМИН – ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ» с немецкого и английского языков на русский был любезно предоставлен научным отделом международной группы компаний «Arabian Secrets».

Переводы на русский язык всемирно известных трудов, научно-популярных книг и статей по проблематике широкой терапии заболеваний человека методами, способами и средствами из мусульманской и арабской натуральной медицины прошлого Вы можете бесплатно скачать из раздела **«ИНФОРМАЦИЯ»** на наших информационных и коммерческих ресурсах:

WWW.ARABIANSECRETS.RU

WWW.ARABIANSECRETS.COM

WWW.ARABIANSECRETS.KZ

WWW.ARABIANSECRETS.KG

WWW.ARABIANSECRETS.COM.UA

WWW.ARABIANSECRETS.BY



Если у Вас возникли вопросы по лечению тех или иных заболеваний, Вы всегда сможете найти для себя исчерпывающие ответы на свои вопросы, посетив наш кабинет клиентской поддержки на каждом из сайтов, расположенный в разделе **«РЕЦЕПТЫ И КОНСУЛЬТАЦИИ»**.

Мы работаем для того, чтобы помочь Вам и Вашим близким поддерживать своё здоровье на качественном уровне, для того, чтобы меньше болеть и больше жить полноценной жизнью без страданий и невзгод, жизнью наполненной гармонией и спокойствием во имя ТОГО, КТО нас с Вами создал!

Вы также можете приобрести у нас самую разнообразную продукцию, созданную на основе легендарного Чёрного Тмина и его славных собратьев из числа высокоэффективных лечебных арабских растений и трав, по-настоящему сильных действием и безопасных применением. Наш огромный ассортимент и доступность цен приятно впечатлят Вас и, наверняка, Вы станете нашим постоянным клиентом.



Обо всех пунктах онлайн и офлайн-торговли нашими товарами по России, государствам Содружества и остальным странам Мира, Вы сможете узнать, посетив раздел **«КОНТАКТЫ»** любого из наших сайтов, либо написав нам на почту: **info@arabiansecrets.ru**

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»



МАСЛО ЧЁРНОГО ТМИНА BARAKA PLUS (*Nigella Sativa*)

ЛЕГЕНДАРНОЕ МАСЛО ПЕРВОГО ХОЛОДНОГО
ОТЖИМА ЭЛИТНЫХ ЭФИОПСКИХ СОРТОВ



МЯГКИЕ ЖЕЛАТИНОВЫЕ ХАЛЯЛЬ-КАПСУЛЫ СОДЕРЖАТ 100% НАТУРАЛЬНОЕ ЛЕЧЕБНОЕ МАСЛО ДОБЫТОЕ ИЗ ЭФИОПСКИХ СОРТОВ ЧЁРНОГО ТМИНА, ПРОИЗРАСТАЮЩИХ НА ТЕРРИТОРИИ ЭФИОПИИ, СУДАНА И ЭРИТРЕИ. ПРОДУКТ ПО ПРАВУ МОЖНО СЧИТАТЬ ОДНИМ ИЗ ЛУЧШИХ СРЕДСТВ ПОВЫШЕНИЯ ИММУНИТЕТА И ЛЕЧЕНИЯ БОЛЬШИНСТВА ИЗВЕСТНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И НЕДУГОВ ЧЕЛОВЕКА.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»



Baraka Plus

FOR KIDS

Мягкие жевательные халяль-капсулы для детей содержат 100% натуральное лечебное масло чёрного тмина нежного сирийского сорта с добавлением кальция и витамина D3. Уникальный продукт поможет Вашему ребёнку не болеть, полноценно усилит его иммунитет, защитит молодой растущий организм от многих болезней и недугов.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



ЧЁРНЫЙ ТМИН (Nigella Sativa)

Настоящие молотые семена чёрного тмина отборных арабских сортов в растительных фармацевтических капсулах европейского качества



Чёрный Тмин в семенах применяется при пониженном иммунитете и упадке сил, аллергии, астме, бронхитах, ринитах, простудных заболеваниях и гриппе, сахарном диабете, экземе, онкологических и кишечных заболеваниях, плохом пищеварении и метеоризме, болезнях печени и опорно-двигательного аппарата, гинекологических и урологических проблемах, простатите и половой дисфункции, мужском и женском бесплодии, гипертонии, для выведения паразитов и очищения организма от токсинов, ядов и патогенной микрофлоры.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



ЧЁРНЫЙ ТМИН (Nigella Sativa)

Настоящие молотые семена чёрного тмина отборных арабских сортов в растительных фармацевтических капсулах европейского качества



Чёрный Тмин в семенах применяется при пониженном иммунитете и упадке сил, аллергии, астме, бронхитах, ринитах, простудных заболеваниях и гриппе, сахарном диабете, экземе, онкологических и кишечных заболеваниях, плохом пищеварении и метеоризме, болезнях печени и опорно-двигательного аппарата, гинекологических и урологических проблемах, простатите и половой дисфункции, мужском и женском бесплодии, гипертонии, для выведения паразитов и очищения организма от токсинов, ядов и патогенной микрофлоры.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

МАСЛО ЧЁРНОГО ТМИНА КОРОЛЕВСКОЕ PLATINUM



**Масло чёрного тмина №1
для любой домашней аптечки!**

**НАСТОЯЩЕЕ АРАБСКОЕ МАСЛО ЧЁРНОГО
ТМИНА ПЕРВОГО ХОЛОДНОГО ОТЖИМА**

**САМОЕ НЕЖНОЕ
И МЯГКОЕ**

Это чистейшее натуральное масло фармацевтического качества идеально подходит детям, пожилым, ослабленным и сложным пациентам, всем тем, кто планирует использовать масло чёрного тмина для нанесения на слизистые и чувствительные части тела. Средство, при длительном применении более шести месяцев, гарантировано повышает иммунитет, улучшает работу всех систем организма, позволяет жить качественной здоровой и полноценной жизнью.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»



100% натуральный
оригинальный
арабский продукт

**ЗОЛОТО
ЭФИОПИИ**



настоящее арабское
масло чёрного тмина
первого холодного
отжима

**НАСТОЯЩЕЕ АРАБСКОЕ
МАСЛО ЧЁРНОГО ТМИНА
ЖГУЧЕЕ И ТЕРПКОЕ
ПЕРВЫЙ ХОЛОДНЫЙ ОТЖИМ**

8 (800) 555-47-16
WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



Эксклюзивная серия Золотой Стандарт



ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ ТЕЛА И ДУШИ

- продукт прекратит чрезмерное выпадение ваших волос, укрепит их и придаст им здоровый вид
- очистит вашу кожу от воспалений и высыпаний, поможет в лечении кожных болезней
- сделает кожу упругой, бархатистой и притягательной
- значительно улучшит состояние ваших суставов и костной системы
- поможет очистить вашу кровь и сосуды от бляшек, плохого холестерина и токсинов
- укрепит ваше сердце и сосуды, улучшит работу печени и пищеварение, предотвратит запоры
- эффективно успокоит вашу нервную систему, защитит мозг и ЦНС от многочисленных заболеваний и недугов
- поможет улучшить зрение, память и стрессоустойчивость, заметно поможет повысить концентрацию и внимание
- продукт полезен в качестве бесценного источника Омега 3 и Омега 6 кислот, помогающих быть здоровыми физически и психически в любом возрасте и при любых жизненных ситуациях

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

«Поистине, самое лучшее, чем вы исцеляетесь – это Хиджама и Кыст!»

«Предписываю вам этот Индийский Кыст! Поистине, в нём заключены семь исцелений...»

(Из источников пророческой медицины мусульман)

КЫСТ ХИНДИ *(Costus Speciosus)*

**ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ
ПОДДЕЛОК!!!**



**Настоящие оригинальные
растительные капсулы Кыст Хинди
фармацевтического качества**

ПРОДУКТ ПОМОЖЕТ ВАМ:

- ПРИ ПРОБЛЕМАХ С ИММУНИТЕТОМ ДЛИТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА, ПРИ ПРОБЛЕМАХ С ЛИМФОСИСТЕМОЙ И НЕПРЕРЫВАЮЩИМИСЯ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫМИ ПРОЦЕССАМИ В ОРГАНИЗМЕ, ПРИ СИТУАЦИЯХ, КОГДА ОБЫЧНЫЕ АНТИБИОТИКИ И ИММУНОМОДУЛЯТОРЫ УЖЕ НЕ ПОМОГАЮТ, ПРИ ДЛИТЕЛЬНЫХ ДЕПРЕССИЯХ И СБОЯХ В РАБОТЕ ВСЕГО ОРГАНИЗМА;
- ПРИ НАРУШЕНИЯХ РАБОТЫ ГОРМОНАЛЬНОЙ СИСТЕМЫ И ЕЁ ЗАБОЛЕВАНИЯХ;
- ПРИ АЛЛЕРГИИ И АЛЛЕРГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ, ЭКЗЕМЕ, НЕЙРОДЕРМАТИТЕ И ПСОРИАЗЕ;
- ПРИ АСТМЕ, СИНУСИТАХ И РИНИТАХ, БРОНХИТАХ, ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ГРИППЕ;
- ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ ВТОРОГО ТИПА, БОЛЕЗНЯХ СЕРДЦА И СОСУДОВ, ГИПЕРТОНИИ;
- ПРИ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ РАЗЛИЧНЫХ ТИПОВ, И ОСОБЕННО, В ОБЛАСТИ ЖЕНСКОЙ ОНКОЛОГИИ;
- ПРИ ПРОБЛЕМАХ С ПИЩЕВАРЕНИЕМ, ПОЛИПАХ ЖЕЛУДКА И КИШЕЧНИКА, ВОСПАЛЕНИЯХ КИШОК;
- ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ, ПАНКРЕАТИТЕ, БОЛЕЗНЯХ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ;
- ПРИ ПОЛОВЫХ ПРОБЛЕМАХ, ЖЕНСКОМ И МУЖСКОМ БЕСПЛОДИИ, ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИХ И УРОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ, ПРОСТАТИТЕ И БОЛЕЗНЯХ МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ;
- ДЛЯ ОЧИСТКИ ЛИМФОСИСТЕМЫ И КРОВИ ОТ ВРЕДНЫХ ОРГАНИЗМОВ И ВИРУСОВ, ТОКСИНОВ И ПРОДУКТОВ РАСПАДА;
- ОТДЕЛЬНО РЕКОМЕНДУЕТСЯ ВСЕМ ТЕМ, КТО ВЕДЁТ АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И НУЖДАЕТСЯ В ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЗАЩИТЕ ОРГАНИЗМА.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ПРОДУКТ ИЗ СЕРИИ
«АРАБСКАЯ КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ»

РЫБИЙ ЖИР И ЛЕМЗАХ МАРОККАНСКИЙ



УНИКАЛЬНЫЕ КАПСУЛЫ СОДЕРЖАТ ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННЫЙ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ РЫБИЙ ЖИР ЕВРОПЕЙСКОГО КАЧЕСТВА И ЭКСТРАКТ МАРОККАНСКОГО БОЯРЫШНИКА.

Продукт считается одним из лучших натуральных средств в области профилактики и лечения заболеваний сердца и сосудов, стенокардии и тахикардии, эффективно убирает сердечную боль и успокаивает сердце, понижает повышенное давление, нормализует сахар в крови, снимает переутомление и хроническую усталость.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ПРОДУКТ ИЗ СЕРИИ
«АРАБСКАЯ КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ»

РЫБИЙ ЖИР И ХУРФИШ АРАБСКИЙ



**Лучший Халяль-продукт среди БАДов России
и Мусульманского Мира 2016 года!**

**УНИКАЛЬНЫЕ КАПСУЛЫ СОДЕРЖАТ ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННЫЙ
ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ РЫБИЙ ЖИР ЕВРОПЕЙСКОГО КАЧЕСТВА И МАСЛО
АРАБСКОЙ РАСТОРОПШИ**

Продукт считается одним из лучших натуральных средств в области профилактики и лечения многочисленных заболеваний печени и желчевыводящих путей, включая цирроз и вирусные гепатиты, продукт понижает уровень сахара и плохого холестерина в крови, помогает при болезнях щитовидной железы, селезёнки, сердца и сосудов, суставов и мочеполовой системы (включая возрастное мочеудержание), геморрое и болезнях кожи.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ИННОВАЦИОННЫЙ ПРОДУКТ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И
УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

РЫБКА МАЛЕНЬКОГО СУЛТАНА



Наш продукт поможет Вашему ребёнку быть самым умным и здоровым среди сверстников!

ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ КАПСУЛЫ СОДЕРЖАТ СПЕЦИАЛЬНО ПРИГОТОВЛЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ НЕЖНЫЙ РЫБИЙ ЖИР ЦЕННЫХ БЛАГОРОДНЫХ ПОРОД ОКЕАНИЧЕСКОЙ РЫБЫ ИЗ СЕВЕРНЫХ РЕГИОНОВ НАШЕЙ ПЛАНЕТЫ

Уникальный продукт повышает иммунитет ребёнка, защищает его сердце и мозг, улучшает память и зрение, положительно влияет на глубокий и здоровый сон, помогает в профилактике простуды и гриппа, предотвращает развитие рахита, делает волосы и ногти ребёнка крепкими и здоровыми.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABINSECRETS.RU

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



ВАРАКА PLUS TEA ЗДОРОВЬЕ ХАНУМ



АРАБСКИЙ ТРАВЯНОЙ ЧАЙ

С ЧЁРНЫМ ТМИНОМ, ЦВЕТКАМИ РОМАШКИ, СЕМЕНАМИ ХИЛЬБЫ,
МОЛОТЫМ КЫСТОМ ХИНДИ, ТУРЕЦКОЙ ДУШИЦЕЙ И ЕГИПЕТСКОЙ
ТЕРПКОЙ МЯТОЙ

ДЛЯ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

8 (800) 555-47-16
WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



ВАРАКА PLUS TEA ЧУДЕСНАЯ СТРОЙНОСТЬ



АРАБСКИЙ ТРАВЯНОЙ ЧАЙ

С ЧЁРНЫМ ТМИНОМ, АРАБСКИМ МАЙОРАНОМ, КОРНЕМ
ИМБИРЯ И ЕГИПЕТСКИМ ФЕНХЕЛЕМ

ПОМОЖЕТ ПОХУДЕТЬ И УЛУЧШИТЬ ПИЩЕВАРЕНИЕ

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



ВАРАКА PLUS TEA ПОБЕДИТЕЛЬ ПРОСТУДЫ



АРАБСКИЙ ТРАВЯНОЙ ЧАЙ

С ЧЁРНЫМ ТМИНОМ, МАРОККАНСКИМ ТИМЬЯНОМ И
ЕГИПЕТСКОЙ ТЕРПКОЙ МЯТОЙ

ПОМОЖЕТ СПРАВИТЬСЯ С ЛЮБОЙ ПРОСТУДОЙ И ВОСПАЛЕНИЕМ

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



BARAKA PLUS TEA МАЛЕНЬКИЙ СУЛТАН



АРАБСКИЙ ТРАВЯНОЙ ЧАЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

С ЧЁРНЫМ ТМИНОМ, СЕМЕНАМИ АНИСА ЕГИПЕТСКОГО,
ФЕНХЕЛЯ И УКРОПА АЛЕКСАНДРИЙСКОГО, РОЗМАРИНОМ
СРЕДИЗЕМНОМОРСКИМ И АРАБСКОЙ МЯТОЙ

УКРЕПЛЯЕТ ИММУНИТЕТ И УЛУЧШАЕТ ПИЩЕВАРЕНИЕ ВАШЕГО
РЕБЁНКА

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ARABIAN BEAUTY

Бальзам для губ

АРАБСКАЯ ИСПАНИЯ



100% натуральный бальзам для губ на маслах и экстрактах арабских лечебных растений интенсивно питает, увлажняет и защищает губы, делая их безупречно мягкими, гладкими и бархатистыми в любой холод и жару. Бальзам создаёт на губах тонкую плёнку, защищающую от неблагоприятных внешних условий, и придаёт им лёгкий естественный здоровый блеск благодаря натуральным маслам и экстрактам, входящим в этот уникальный продукт.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ARABIAN BEAUTY

Бальзам для губ

ВОСТОЧНАЯ СКАЗКА



100% натуральный бальзам для губ на маслах и экстрактах арабских лечебных растений прекрасно увлажняет и успокаивает чувствительные, смягчает и защищает сухие, потрескавшиеся губы. Бальзам прекрасно заживляет, возвращает губам бархатистость, делает их мягкими и эластичными, придаёт им лёгкий естественный блеск благодаря натуральным маслам и экстрактам, входящим в продукт.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ARABIAN BEAUTY

Бальзам для губ

ЕГИПЕТСКИЙ АПЕЛЬСИН



100% натуральный бальзам для губ на маслах и экстрактах арабских лечебных растений отлично помогает избавиться от сухости и раздражений, вызванных недостатком витаминов А и Е. Бережно питает и увлажняет губы, насыщает их необходимыми витаминами, делая их безупречно гладкими и мягкими. Бальзам придаёт им лёгкий естественный блеск благодаря натуральным маслам и экстрактам, входящим в продукт.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ARABIAN BEAUTY

Бальзам для губ

МАРОККАНСКАЯ НОЧЬ



100% натуральный бальзам для губ на маслах и экстрактах арабских лечебных растений прекрасно увлажняет и успокаивает чувствительные, смягчает и защищает сухие, потрескавшиеся губы. Бальзам прекрасно заживляет, возвращает губам бархатистость, делает их мягкими и эластичными, придаёт им лёгкий естественный блеск благодаря натуральным маслам и экстрактам, входящим в продукт.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



«ARABIAN SECRETS» ЛИНЕЙКА ПРОДУКЦИИ

УНИКАЛЬНЫЕ НЕЖНЫЕ ТВЁРДЫЕ КРЕМОВЫЕ ДУХИ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ ПО СТАРИННЫМ АРАБСКИМ РЕЦЕПТАМ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ. СОДЕРЖАТ В СЕБЕ ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ, СОБРАННЫЕ СО ВСЕХ УГОЛКОВ АРАБСКОГО МУСУЛЬМАНСКОГО МИРА.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»



ТВЁРДЫЕ АРАБСКИЕ ДУХИ

Hori Kaura

100% натуральный продукт
по арабским традиционным рецептам здоровья и красоты

Сказочный аромат белой фрезии, красного яблока, зелёного ревеня, цветов персика и ландыша египетского на фоне сандалового дерева, амбры и ванили

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



ТВЁРДЫЕ ДУХИ

«ARABIAN SECRETS» ЛИНЕЙКА ПРОДУКЦИИ

УНИКАЛЬНЫЕ НЕЖНЫЕ ТВЁРДЫЕ КРЕМОВЫЕ ДУХИ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ ПО СТАРИННЫМ АРАБСКИМ РЕЦЕПТАМ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ. СОДЕРЖАТ В СЕБЕ ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ, СОБРАННЫЕ СО ВСЕХ УГОЛКОВ АРАБСКОГО МУСУЛЬМАНСКОГО МИРА.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ПЕРВЫЙ КРЕМ НА ОСНОВЕ ЧЁРНОГО ТМИНА И
АЛОЭ ВЕРА ЕВРОПЕЙСКОГО КАЧЕСТВА!

ARABIAN BEAUTY



НЕОБЫКНОВЕННОЕ КАЧЕСТВО ИСПОЛНЕНИЯ ПРОДУКТА И БЕСЦЕННЫЙ
НАТУРАЛЬНЫЙ СОСТАВ ИЗ АРАБСКИХ МАСЕЛ И ЭКСТРАКТОВ ЛЕЧЕБНЫХ РАСТЕНИЙ

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ЭКСКЛЮЗИВНАЯ СЕРИЯ



АРАБСКИЕ
МАСЛА И
ЭКСТРАКТЫ

ЕВРОПЕЙСКОЕ
НЕПОВТОРИМОЕ
КАЧЕСТВО

ARABIAN BEAUTY

Крем для рук

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



**ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИНЕ
И МУЖЧИНЕ**

**УНИКАЛЬНЫЙ
НАТУРАЛЬНЫЙ СОСТАВ**



*Интим-гель
на основе арабских масел
чёрного тмина,
хильбы, кыст-аль-хинди
и розы дамасской*

ИНТИМ-ГЕЛЬ **Секрет Пустыни**

**НА ОСНОВЕ НАТУРАЛЬНЫХ
АРАБСКИХ МАСЕЛ**

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

УНИКАЛЬНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ СОСТАВ НА АРАБСКИХ МАСЛАХ И ЭКСТРАКТАХ



ТОЛЬКО ДЛЯ МУЖЧИН!

СИЛА ВОИНА

КРЕМ ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ПОТЕНЦИИ

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

ARAB

HERBAL MEDICINE

НА ОСНОВЕ НАСТОЯЩЕГО ЭКСТРАКТА СИВАКА



**ОПОЛАСКИВАТЕЛИ ДЛЯ ПОЛОСТИ РТА
С ЭКСТРАКТАМИ АРАБСКИХ ЛЕЧЕБНЫХ РАСТЕНИЙ**



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

ARAB HERBAL MEDICINE
САВАК И МОРОЗНАЯ МЯТА
(Salvadora Persica - Mentha Piperita)

уникальный продукт на натуральных маслах и экстрактах арабских лечебных растений

- СОДЕРЖИТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЭКСТРАКТ САВАКА (МИСАКА) И АРАБСКОЕ ЭФИРНОЕ МАСЛО МЯТЫ ПЕРЕЧНОЙ
- ПОДАВЛЯЕТ ДО 90% ВРЕДНЫХ БАКТЕРИЙ И МИКРООРГАНИЗМОВ
- КАЧЕСТВЕННО И НАДОЛГО ОСВЕЖАЕТ ПОЛОСТЬ РТА
- НАДЕЖНО ЗАЩИЩАЕТ ОТ КАРИЕСА И ПАРОДОНТИТА

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ ДО 1 ЧАСА ПОСЛЕ ПРИМЕНЕНИЯ

ОПОЛАСКИВАТЕЛЬ ДЛЯ ПОЛОСТИ РТА

Arabian Secrets
Лучшее - лучшее.п!

ARAB HERBAL MEDICINE

САВАК И МОРОЗНАЯ МЯТА

ОПОЛАСКИВАТЕЛЬ ДЛЯ ПОЛОСТИ РТА

уникальный продукт на натуральных маслах и экстрактах арабских лечебных растений

8 (800) 555-47-16 WWW.ARABIANSECRETS.RU WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ИЗ СЕКРЕТОВ
ДРЕВНИХ ЦИВИЛИЗАЦИЙ

МАСЛО
ЙЕМЕНСКОЕ



Уникальный рецепт этого бесценного продукта имеет возраст около трёх тысяч лет. Масло исключительно массажное, для наружного применения. Применяется для лечения инсультов, параличей, остеохондрозов, радикулитов, защемлений нервов и нервных узлов. Активно (почти мгновенно) снимает боли при болезни седалищного нерва, применяется при межпозвоночных грыжах, болях в коленках и суставах. Там, где современная медицина малоэффективна или бессильна совсем, на помощь приходит этот чудодейственный продукт.

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ
«ARABIAN SECRETS»

ИЗ СЕКРЕТОВ
ДРЕВНИХ ЦИВИЛИЗАЦИЙ

МАСЛО
ЙЕМЕНСКОЕ



НАТУРАЛЬНЫЙ МАСЛЯНЫЙ КОМПЛЕКС НА ОСНОВЕ ДРЕВНИХ АРАБСКИХ РЕЦЕПТОВ:

- *убирает купероз и хорошо помогает при варикозе*
- *избавляет от пигментных пятен на лице и акне*
- *легко снимает любые аллергические воспаления*
- *помогает при экземах, псориазе и самых сложных кожных заболеваниях*
- *снимает боли и воспаления с суставов, удаляет отёчность*
- *помогает при межпозвоноковых грыжах и болезнях позвоночника, радикулите*
- *эффективен при воспалениях седалищного нерва (ишиаса) и лицевого нерва*
- *является лучшим восточным средством лечения инсультов и болезней нервной системы*
- *улучшает состояние больных рассеянным склерозом, болезнями Паркинсона и Альцгеймера*
- *эффективно снимает усталость с мышц тела*
- *является идеальным средством для глубокого расслабляющего и успокаивающего массажа*

8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM

МЕЖДУНАРОДНАЯ ГРУППА КОМПАНИЙ «ARABIAN SECRETS»



МАСЛО ЙЕМЕНСКОЕ © ®

НАТУРАЛЬНЫЙ МАСЛЯНЫЙ КОМПЛЕКС
НА ОСНОВЕ ДРЕВНИХ АРАБСКИХ РЕЦЕПТОВ:

- УБИРАЕТ КУПЕРОЗ И ХОРОШО ПОМОГАЕТ ПРИ ВАРИКОЗЕ
- ИЗБАВЛЯЕТ ОТ ПИГМЕНТНЫХ ПЯТЕН НА ЛИЦЕ И АКНЕ

- ЛЕГКО СНИМАЕТ ЛЮБЫЕ АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ ВОСПАЛЕНИЯ
- ПОМОГАЕТ ПРИ ЭКЗЕМАХ, ПСОРИАЗЕ И САМЫХ СЛОЖНЫХ КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

- ЭФФЕКТИВНО СНИМАЕТ УСТАЛОСТЬ С МЫШЦ ТЕЛА
- ЯВЛЯЕТСЯ ИДЕАЛЬНЫМ СРЕДСТВОМ ДЛЯ ГЛУБОКОГО РАССЛАБЛЯЮЩЕГО И УСПОКАЮЩЕГО МАССАЖА

- СНИМАЕТ БОЛИ И ВОСПАЛЕНИЯ С СУСТАВОВ, УДАЛЯЕТ ОТЁЧНОСТЬ
- ПОМОГАЕТ ПРИ МЕЖПОЗВОНОКОВЫХ ГРЫЖАХ И БОЛЕЗНЯХ ПОЗВОНОЧНИКА, РАДИКУЛИТЕ

- УЛУЧШАЕТ СОСТОЯНИЕ БОЛЬНЫХ РАССЕЯНЫМ СКЛЕРОЗОМ, БОЛЕЗНЯМИ ПАРКИНСОНА И АЛЬЦГЕЙМЕРА

- ЭФФЕКТИВЕН ПРИ ВОСПАЛЕНИЯХ СЕДАЛИЩНОГО НЕРВА (ИШИАСА) И ЛИЦЕВОГО НЕРВА
- ЯВЛЯЕТСЯ ЛУЧШИМ ВОСТОЧНЫМ СРЕДСТВОМ ЛЕЧЕНИЯ ИНСУЛЬТОВ И БОЛЕЗНЕЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ



**ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ
ПОДДЕЛОК!!!**

ПРОДУКТ СЕНСАЦИЯ!

Прикоснитесь и вы к уникальным продуктам
медицины Древнего Арабского Востока!

WWW.ARABIANSECRETS.RU WWW.ARABIANSECRETS.COM

ПИТЕР ШЛЯЙХЕР И МУХАММАД СОЛИХ. ЧЁРНЫЙ ТМИН - ВОЛШЕБНОЕ ЕГИПЕТСКОЕ РАСТЕНИЕ ОТ АСТМЫ, АЛЛЕРГИИ И ИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

жевательные резинки НА ОСНОВЕ ЭКСТРАКТА СИВАКА



СИВАК ПЛЮС



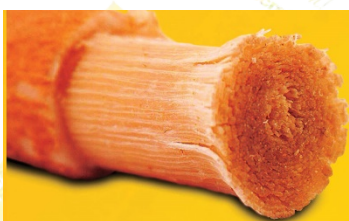
УНИКАЛЬНАЯ ЛИНЕЙКА НА ОСНОВЕ НАТУРАЛЬНОГО ЭКСТРАКТА СИВАКА СО ВКУСАМИ:

АПЕЛЬСИН ДЫНЯ КЛУБНИКА
МЯТА АРАБСКАЯ НЕЖНАЯ МЯТА ТЕРПКАЯ МОРОЗНАЯ



8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU | WWW.ARABIANSECRETS.COM



**Жевательная резинка на основе
настоящего экстракта СИВАКА**



**Наклейки с мечетями
Мира и полезными
изречениями
в каждой жвачке!**



8 (800) 555-47-16

WWW.ARABIANSECRETS.RU
WWW.ARABIANSECRETS.COM

Мусульманская жевательная резинка со вкладышами на тему Счастья в семье



Поучительно!



Нравственно!



В соответствии с заветами Ислама!

Arabian Secrets
Лучшее Алжир!®

8 (800) 555-47-16
WWW.ARABIANSECRETS.RU
WWW.ARABIANSECRETS.COM