Препараты на основе прополиса – мази, настойки, вытяжки, прополисную воду и экстракты – можно приготовить в домашних условиях. Они обладают не меньшей эффективностью, чем их промышленные аналоги.

**Настойка прополиса**

Отобрать куски мягкого прополиса без признаков порчи, охладить их в холодильнике, измельчить на терке до частичек размером 2–4 мм и просеять через сито. Затем поместить подготовленный прополис в тару из темного стекла, залить 70%-ным винным спиртом, плотно закрыть пробкой и выдержать в темном месте при комнатной температуре 8–10 суток. При этом бутылку нужно периодически встряхивать. Полученную настойку выдержать в холодильнике 10–12 часов и профильтровать.

Готовая прополисная настойка представляет собой прозрачную жидкость желтого или темно-коричневого цвета с очень приятным своеобразным запахом. Вкус ее горьковатый, при пробе на язык настойка оказывает анестезирующее действие.

Фармакологические свойства, показания, способы применения и дозы даны в описании 10%-ного спиртового экстракта прополиса.

Препарат следует хранить в плотно закупоренной посуде из темного стекла, в защищенном от света прохладном месте. Это сохранит лечебные свойства настойки в течение 3–5 лет.

Следует дать некоторые пояснения. В качестве экстрагента предпочтительнее использовать 70%-ный винный спирт, так как в этом случае не будет происходить растворение воска, представляющего собой балластное вещество в спиртовой настойке.

Спиртовые настойки, приготовленные в соотношении прополиса к экстрагенту 1: 10, содержат обычно 4–5% действующих веществ, а более крепкие вытяжки – соответственно 9–10% и 15–17% сухого вещества. Чтобы точнее определить, сколько прополиса перешло в раствор, нужно профильтровать настойку, вылить в мерный цилиндр, а сухой остаток взвесить.

Если требуется приготовить настойку прополиса более слабой концентрации, к фильтрату нужно добавить столько чистого спирта, чтобы получилось требуемое соотношение.

Если возникнет необходимость ускорить экстрагирование действующих веществ, можно настоять прополис на спирту в течение 1 суток, а затем умеренно прогреть, охладить, выдержать в холодильнике 10–12 часов и профильтровать. Если в промышленных препаратах точно определено содержание активных веществ, то в прополисной настойке, приготовленной дома, оно существенно колеблется.

По предложенному рецепту заранее можно приготовить настойки прополиса 10%-, 20%-, 30%- и 50%-ной концентрации. Они будут являться базовыми препаратами для изготовления смесей и различных лекарств с прополисом.

**Жидкий экстракт прополиса**

Взять 100 г. измельченного и очищенного от механических примесей прополиса, поместить в бутылку из темного стекла, залить 500 мл винного спирта, закрыть пробкой и настаивать в темном месте при комнатной температуре 3–7 дней, периодически встряхивая. Затем профильтровать, слить в емкость из темного стекла и закрыть пробкой.

Для определения количества экстрагированных веществ прополиса следует отмерить 3–5 мл спиртового раствора, выдержать при температуре 50–70° С до полного испарения спирта и рассчитать содержание сухого вещества в 1 смЗ экстракта. Это необходимо для приготовления препарата с точным содержанием экстрактивных веществ.

Препарат следует хранить в прохладном, темном месте. Он может быть использован для приготовления эмульсионных мазей и других препаратов прополиса.

Экстракт обладает антисептическим, противовоспалительным, обезболивающим, противоопухолевым, противолучевым, дезодорирующим и замедляющим старение действием. Применяется наружно и внутрь. Доза для приема внутрь – 10–15 капель 3 раза в день. Курс лечения\* – 3–4 недели, после 15 – 30-дневного перерыва можно повторить.

Прополисная вода

Взять прополис, оставшийся после приготовления спиртовых настоек, залить дистиллированной водой в соотношении 1: 2, прогреть на водяной бане в течение 10–20 минут при температуре не выше 80° С при постоянном помешивании и профильтровать. Готовая прополисная вода имеет желто-коричневую окраску и приятный аромат. Хранить ее следует в прохладном темном месте не более 2–3 месяцев.

Прополисная вода обладает многочисленными полезными свойствами: противомикробным, противогрибковым, противовирусным, противовоспалительным, противолучевым, обезболивающим, кровоостанавливающим, тонизирующим, омолаживающим и др. Ее применяют внутрь с профилактической целью как укрепляющее и омолаживающее средство, при лечении заболеваний легких, органов пищеварения, выделительной системы и проч., а также наружно – при ожогах, ранах, язвах.

Дозировка прополисной воды при внутреннем употреблении – 1–2 ст. ложки на прием 3–5 раз в день за 30–50 минут до еды.

Курс лечения – 3–4 недели, при необходимости он может быть повторен.

**Водно-спиртовая эмульсия** прополиса

Взять 1 л кипяченой или дистиллированной воды, добавить 10 мл настойки прополиса и тщательно перемешать. В результате должна получиться жидкость молочного цвета с мелкими хлопьями, которая и является водно-спиртовой эмульсией прополиса. Готовить ее следует непосредственно перед употреблением.

Водная вытяжка прополиса

Прополис измельчить, поместить в плотно закрывающуюся стеклянную посуду, залить дистиллированной или кипяченой водой в соотношении 1: 5 и настоять в течение 3–5 дней. При этом препарат следует ежедневно прогревать на водяной бане при температуре 40–50 °С в течение 1–2 часов. По окончании последней процедуры прополисную взвесь профильровать.

Готовая водная вытяжка прополиса представляет собой мутноватую жидкость коричневого цвета с приятным бальзамическим запахом. Обладает выраженным стерилизующим эффектом и хорошо хранится без добавления каких-либо консервантов. Оптимальный срок хранения – 2–3 месяца, при более длительном хранении бактерицидное действие вытяжки постепенно снижается.

Препарат можно приготовить и по ускоренной методике: измельченный и залитый водой прополис нагреть на водяной бане до 70–80 °С, выдержать при этой температуре в течение 2–3 часов и профильтровать в горячем виде. Принимать по 1 ст. ложке 2–3 раза в день в течение 4–6 недель.

Мягкая в**ытяжка прополиса**

Приготовить 50%-ный спиртовой экстракт прополиса. Для этого 50 г. измельченного прополиса залить 100 мл 90%-ного спирта, выдержать в темном месте 7–10 дней, периодически встряхивая, и профильтровать. Затем выпарить растворитель на водяной бане. В результате получается мягкая вытяжка активных веществ прополиса, представляющая собой вязкую массу рыжевато-бурого цвета с приятным запахом.

Мягкую вытяжку следует хранить в плотно закрытой посуде из темного стекла. На основе прополисной вытяжки можно готовить высококачественные мази и свечи.

Прополисная мазь

Можно приготовить 5%-, 10%-, 15%-, 20%-, 40%-ный препарат. Для этого взять соответственно 5, 10, 15, 20, 30 или 40 г. измельченного прополиса, положить в эмалированную чашку и растопить на кипящей водяной бане до вязкой консистенции. Затем добавить соответственно 95, 90, 85, 80, 70 или 60 г. вазелина, вазелина с ланолином, несоленого сливочного масла или другой подобной жировой основы и выдержать на водяной бане при температуре не выше 80° С 10–30 минут при постоянном помешивании. Полученную массу процедить в горячем виде через сложенную в 2 слоя марлю, оставить до полного охлаждения и расфасовать.

Приготовленная описанным способом мазь относится к типу экстракционных мазей. При этом из прополиса полностью извлекаются воск, около 1% фенольных соединений и частично эфирные масла, однако ряд активных веществ остается в прополисе, поэтому эффективность такой мази будет ниже, чем, скажем, приготовленной из мягкой вытяжки прополиса.

Готовый препарат имеет желтоватый цвет с зеленоватым оттенком, специфический запах и горьковатый вкус. Хранить его следует в плотно закрытой стеклянной посуде в сухом, темном и прохладном месте.

Средство обладает антимикробным, болеутоляющим и противовоспалительным действием, его можно употреблять внутрь, при этом повышаются защитные силы организма и происходит скорейшее выздоровление при самых различных заболеваниях. Особую ценность прополисная мазь имеет при лечении химических и термических ожогов, трудно заживающих язв и ран, туберкулеза легких и кишечника.

Прополисная **мазь на растительном масле**

Взять 15 г. прополиса и 85 г. растительного масла. Масло вылить в эмалированную посуду, довести до кипения, добавить измельченный прополис, тщательно перемешать и снова довести до кипения. Всплывшие примеси удалить, а горячую смесь профильтровать через сложенную вдвое марлю.

Мазь можно использовать для наложения повязок, которые следует менять через 1–2 дня. Такие повязки эффективны при ожогах, длительно незаживающих ранах и язвах. Мазь оказывает обезболивающее и противовоспалительное действие, способствует ускоренному заживлению ран без рубцов или с малозаметными рубцами.

**Прополисно-восковая мазь на растительном** масле

Взять 1 л перекипяченного льняного, подсолнечного или другого растительного масла, добавить 60–70 г. расплавленного воска, 100 г. прополиса и нагревать при помешивании 30 минут. Готовую мазь остудить и разложить по баночкам из темного стекла с плотно закрывающимися крышками. Прополисно-восковая мазь обладает прекрасными ранозаживляющими свойствами.

**Оливковое прополисное** масло

Взять 20 г. измельченного прополиса, залить 100 мл оливкового масла и прогреть на водяной бане 60 минут, затем профильтровать через несколько слоев марли. Полученный препарат полужидкой консистенции и желто-зеленого цвета можно отнести к типу экстракционных мазей, хотя он и называется маслом.

Препарат эффективен при заболеваниях слизистой оболочки полости рта, кожных болезнях, эрозии шейки матки, трещинах прямой кишки, он ускоряет заживление трофических язв, ран, ожогов и обморожений, используется для растираний при артритах и артрозах. Внутрь оливкоьое прополисное масло можно принимать при заболеваниях бронхов и легких, желудка и кишечника, а также при гриппе, сниженном иммунитете и др. Рекомендуемая доза для приема внутрь – 1 ст. ложка 3 раза в день за 30–40 минут до еды.

Маомио-**прополисный бальзам**

Взять 10 г. прополиса, 5 г свежего несоленого сливочного масла и 35 г. растительного масла. Измельченный прополис растереть в фарфоровой ступке со сливочным маслом, добавить растительное масло и все перемешать. Полученной смесью смачивать небольшие ватные тампоны и закладывать их в нос 2–3 раза в день при насморке. Этот бальзам можно использовать для заживления застарелых ран, язв, трещин кожи и др.

**Свечи с экстрактом прополиса**

Взять экстракт прополиса и жировую основу в соотношении 1: 4 и смешать до получения однородной массы. Выложить массу на стеклянную пластинку и дощечкой, покрытой вощеной бумагой, скатать цилиндры толщиной около 1 см. Разрезать их на кусочки длиною 3 см, заострить концы, завернуть каждый в пергаментную бумагу или полиэтиленовую пленку и поместить на хранение в прохладное темное место.

Прополисные свечи можно использовать при кольпитах, метрите, параметрите, сальпингите, эрозиях шейки матки, трещинах прямой кишки, геморрое, аденоме предстательной железы и др.

Прополисные свечи оказывают обезболивающее и противовоспалительное действие.

**Прополисный мед**

Взять 5, 10, 15 или 20 г. измельченного прополиса, положить в эмалированную посуду и нагреть на водяной бане до вязкой консистенции. Затем добавить соответственно 95, 90, 85 или 80 г. пчелиного меда и выдержать на водяной бане при температуре 70–80° С еще 3–5 минут. Полученную однородную массу процедить через сложенную вдвое марлю, охладить и расфасовать.

Прополисный мед внешне мало отличается от обычного меда, имеет сладкий с горечью вкус, приятный бальзамический запах. Препарат хранится в холодильнике в плотно закупоренных банках из темного стекла в течение долгого времени.

Прополисный мед обладает выраженным антисептическим, а также болеутоляющим, ранозаживляющим и противовоспалительным действием. Он повышает защитные силы организма и способствует быстрейшему выздоровлению при самых различных заболеваниях.

Оптимальная суточная доза 5–10%-ного прополисного меда – 1 ч. ложка, 15–20%-ного – 0,5 ч. ложки 2–3 раза в день за 30 минут до еды. Для людей с большим весом доза препарата может быть увеличена в 1,5–2 раза.

Курс лечения составляет от 5 до 30 дней в зависимости от заболевания. При некоторых болезнях курс можно увеличить до 1,5–2 месяцев, затем сделать 2-недельный перерыв и повторить лечение снова. При ангине, обострении хронического тонзиллита, фарингите, бронхите, воспалении легких и других заболеваниях прополисный мед можно принимать до полного выздоровления.

Прополисное **молоко**

Взять 10 г. прополиса и 200 мл свежего молока. Молоко довести до кипения, добавить измельченный прополис и при помешивании довести до получения однородной массы, имеющей консистенцию жидкой сметаны.

Готовое средство профильтровать через сложенную вдвое марлю, перелить в стеклянную посуду и после того, как остынет молоко, удалить образовавшийся на поверхности слой воска. Прополисное молоко хранится дольше, чем обычное кипяченое молоко. Его рекомендуется принимать в теплом виде как общеукрепляющее, профилактическое и лечебное средство: в качестве общеукрепляющего и профилактического средства – по 0,25–0,5 стакана 1 раз в день, в качестве лечебного – по 0,3 стакана 3 раза в день.

Условия хранения прополиса. Противопоказания к применению

В ходе исследований было установлено, что состав прополиса при длительном правильном хранении изменяется незначительно, а его бактерицидные свойства, цвет и аромат остаются практически неизменными.

Правильное хранение предусматривает соблюдение ряда правил:

1. Запрещается хранить прополис рядом с веществами, имеющими резкий запах.

1. Помещение, где хранится прополис, должно быть чистым и сухим.
2. Дольше хранится прополис, скатанный в небольшие шарики и завернутый в полиэтиленовую пленку или пергамент и помещенный в закупоренную посуду из темного стекла. Прополис, заготовленный таким образом, может храниться в течении очень долгого времени.

Препараты прополиса, как и мед, хорошо усваиваются человеческим организмом и практически не имеют побочных эффектов. Тем не менее иногда возможно возникновение неприятных ощущений – таких, как сухость во рту, головокружение, сонливость, появление высыпаний на коже. При появлении подобных симптомов от приема прополиса следует на некоторое время отказаться и проконсультироваться с врачом.

Следует отметить, что передозировка прополиса может вызывать угнетение иммунной системы, появление аллергического насморка, а в некоторых случаях спровоцировать развитие бронхита или бронхиальной астмы. Однако такие побочные эффекты наблюдаются очень редко.