- жаропонижающее;
- профилактика злокачественных новообразований;
- противовоспалительное, противовирусное.

Способ применения и дозировка. По 1 -2 капс. 2 раза в день во время еды.

Противопоказания. Беременность.

Форма выпуска: 100 шт.капс/бут., 500 мг/капс., в одной капс содержится Bitter Melen Extract 0,4%.

5.2. «СЯО КЭ ВАНЬ», (XIAO KE WAN) – пилюли для коррекции сахарного диабета

Состав: пуэрария волосистая, ремания клейкая, астрагал, корень трихозанта, кукурузное рыльце, лимония, ямс китайский.

Фармакологическое действие. Снижает уровень сахара в крови, регулирует выделение инсулина, увеличивает количество печеночного гликогена, предотвращает осложнения диабета, уменьшает побочное действие эуглюкона, улучшает течение диабета.

Основные свойства и показания к применению:

1. Тонизирует почки и питает Инь, пополняет Ци и стимулирует выделение жидкости.
2. Применяется для лечения диабета, который характеризуется полифагией и жаждой, полиурией, похуданием, слабостью и усталостью, бессонницей и болью в пояснице, повышенным содержанием сахара в моче и крови.

Способ применения: по 5-10 пилюль 2—3 раза в день, до еды за 15-20 минут, запивать теплой кипяченой водой.

Расфасовка: в упаковке 200 шт пилюлек.

Меры предосторожности: в клинической практике не отмечено неблагоприятных реакций, за исключением возникновения у отдельных больных метеоризма и дискомфорта в желудке и кишечнике. Больным гепатитом принимать с осторожностью или по указанию врача, запрещается принимать беременным женщинам.

5.3. «НЭЙ СЯО ЛО ЛИ ВАНЬ», (NEI XIAO LUO LI WAN) – пилюли рассасывающие уплотнения

Состав: черноголовки соцветие, галит, норичника корень, дудника китайского корень, натрия сульфат (глауберова соль), померанца плод, виноградовника корень, рябчика Тунберга луковица, трихозанта корень, платикодона корень, ревеня корень и корневище, ремании корень, форзиции плод, мяты трава, солодки корень, саргассума слоевище.

Действие с точки зрения ТКМ. Застой Ци, чаще в канале Шао Ян, что приводит к накоплению Жидкости и преобразованию ее во Флегму

и вследствие этого к появлению уплотнений, новообразований, туберкулеза лимфоузлов, туберкулеза внутренних органов.

При возникновении Застоя образуется Жар. При такой комбинации могут образоваться токсины. Данная пропись рассасывает уплотнения, выводит токсины, устраняет отёчность.

Симптомы: зоб, скрофулез (увеличение шейных лимфоузлов), запор, твердые новообразования без изменения цвета кожи над ними, без изъязвлений с одной или с обеих сторон шеи, отечность, ощущение жара, сухость во рту и горле, беспокойство. Язык красный с желтым налетом. Пульс частый (Shu).

Фармакологическое действие: противовоспалительное, противовирусное, противотуберкулезное, обезболивающее.

Клинические показания: скрофулезные флегматические узлы, туберкулезный лимфаденит, увеличение щитовидной железы.

Способ применения и дозировка: по 8 пилюль 3 раза в день, до еды.

Форма выпуска: 200 пилюль по 0,2 г.

VI. БИОПРЕПАРАТЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ МОЗГА

6.1. «БОЛЮСЫ ХУАТО», (HUATUO PILLS) – поддержка мозга, *(код 163)*

Болюсы Хуато - комплексный фитопрепарат с ноотропным действием. Улучшает кровоснабжение и функциональное состояние головного мозга, восстанавливает микроциркуляцию, улучшают метаболизм тканей мозга. Средство профилактики инсульта (острое нарушение мозгового кровообращения) и борьбы с его последствиями. Успешно применяется для лечения дисциркуляторной и посттравматической энцефалопатии; головокружения и шума в ушах, связанных с хронической ишемией мозга; вегетососудистой дистонии; а также при умственном переутомлении, нарушении и ослаблении памяти, внимания, координации движений.

Состав: софора японская, дудник китайский, женьшень, любисток сычуаньский, дереза китайская, коричник камфарный, офиопогон японский, эводия лекарственная, горечавка крупнолистная, дудник даурский, мед, активированный уголь. Препарат Болюсы Хуато не содержит химических субстанций, консервантов и красителей.

ДЕЙСТВИЕ

«Болюсы Хуато» - современный комплексный лекарственный фитопрепарат с преимущественно ноотропным действием.

Фармакологическое действие Болюсов Хуато обусловлено комбинированным действием биологически активных веществ, содержащихся в растительных компонентах.

Софора японская. Влияние на сердечно-сосудистую систему: уменьшает ЧСС, расширяет коронарные артерии, улучшает коронарный кровоток, кратковременно снижает АД, сокращает время свертывания крови и время кровотечения. Влияние на метаболизм: обладает гиполипидемическим эффектом.

Дудник китайский. Влияние на ЦНС: улучшает мозговой кровоток. Влияние на сердечно-сосудистую систему: уменьшает ЧСС.

Обладает антиаритмическим действием, которое реализуется посредством удлинения рефрактерного периода миокарда. Расширяет коронарные артерии, снижает общее периферическое сосудистое сопротивление, увеличивает ударный объём сердца, снижает потребление кислорода миокардом.

Оказывает фазное влияние на артериальное давление: кратковременное повышение и затем плавное снижение; обладает сосудорасширяющим действием, которое не связано с влиянием на альфа- и бета-адренорецепторы, а обусловлено стимуляцией М- и Н-холиновых рецепторов.

Дудник тормозит агрегацию тромбоцитов.

Гиполипидемическое действие: снижает уровень триглицеридов и общего холестерина плазмы крови, тормозит синтез холестерина в печени, тормозит гиперплазию гладкомышечных клеток сосудов.

Женьшень. По влиянию на ЦНС оказывает стимулирующее, анальгетическое, небольшое седативное действие. Обладает также тонизирующим, общеукрепляющим, иммуностимулирующим, адаптогенным, повышающим сопротивляемость организма и работоспособность, антитоксическим эффектами.

Любисток сычуаньский. Влияние на ЦНС: оказывает анальгетическое, седативное действие, стимулирует активность сосудодвигательного центра продолговатого мозга, дыхательного центра, улучшает когнитивные функции, повышает церебральный кровоток.

Влияние на сердечно-сосудистую систему: увеличивает ЧСС, повышает коронарный кровоток, снижает общее периферическое сосудистое сопротивление, равномерно снижает АД на продолжительное время.

Оказывает антиагрегационное действие посредством торможения синтеза тромбоксана А2 и высвобождения цАМФ из тромбоцитов. Действие компонентов Любистока подобно действию антагонистов кальция.

Дереза китайская. Снижает холестерин крови, тормозит образование холестерина в печени.

Коричник китайский. По влиянию на ЦНС оказывает седативное, противосудорожное, анальгетическое действие. Увеличивает церебральный кровоток, активизирует кору головного мозга.

Влияние на сердечно-сосудистую систему: расширяет коронарные артерии и увеличивает коронарный кровоток, снижает общее перифе-

рическое сосудистое сопротивление, плавно и равномерно снижает АД, снижает уровень триглицеридов сыворотки крови.

Офиопогон японский. Влияние на сердечно-сосудистую систему: уменьшение ЧСС и увеличение силы сокращений миокарда, блокирует бета-1 адренорецепторы миокарда.

Эводия лекарственная. Влияние на ЦНС: анальгетическое действие, которое реализуется за счет повышения порога болевой чувствительности и продления латентного периода болевой реакции. Влияние на сердечно-сосудистую систему: продолжительный и стабильный гипотензивный эффект. Обладает сосудорасширяющим действием.

Горечавка крупнолистная. Воздействие на центральную нервную системы (ЦНС): седативное, анальгетическое (повышает порог болевой чувствительности). Влияние на сердце: снижает число сердечных сокращений (ЧСС) и расширяет коронарные артерии, что не связано с действием на бета-адренорецепторы.

Дудник даурский. По влиянию на ЦНС обладает анальгетическим действием. Кратковременное гипотензивное действие.

Основные свойства и назначение:

Болюсы Хуато оказывают ноотропное действие, расширяют сосуды головного мозга, улучшают кровоснабжение и функциональное состояние головного мозга, восстанавливают микроциркуляцию, улучшают метаболизм тканей мозга.

Курсовое лечение Болюсами Хуато больных с хроническим нарушением мозгового кровообращения приводит к улучшению внимания и памяти, увеличению психической и умственной работоспособности. Наблюдается уменьшение головных болей, головокружения, “шума в голове”, нормализация сна.

Высокая эффективность Болюсов Хуато при лечении последствий ишемического инсульта восстановлении речи, зрения, подвижности, внимания, памяти - доказана рядом клинических и биохимических исследований.

Болюсы Хуато успешно применяются для профилактики инсультов, нормализации мозгового кровообращения, лечения дисциркуляторной энцефалопатии и вегетососудистой дистонии, а также при умственном переутомлении, спазмах сосудов, травмах головы.

Фармакокинетика: Болюсы Хуато хорошо всасываются в желудочно-кишечном тракте. Для поддержания терапевтической дозы частота приема Болюсов Хуато должна составлять не реже 2-3 раза в сутки. Для достижения терапевтического эффекта необходимо длительное (не менее 2-3 месяцев) применение Болюсов Хуато в рекомендованной дозе.

Показания: Болюсы Хуато применяются лечебно-профилактическими курсами:

- нарушение мозгового кровообращения по ишемическому типу (головокружение, шум в ушах, связанные с хронической ишемией мозга);

- последствия острого нарушения мозгового кровообращения (инсульта);
- профилактика мозгового инсульта (прединсультное состояние, проявления атеросклероза, артериальная гипертония, стенокардия, дисциркуляторная энцефалопатия, меньероподобный синдром, склонность к микротромбообразованию);
- посттравматическая энцефалопатия;
- нейроциркуляторная дистония с общемозговыми симптомами (проявляющееся в головных болях, шуме в ушах, головокружении, слабости, разбитости, быстрой утомляемости, приливах чувства жара и холода, потливости, похолодании пальцев рук и ног, перепадах артериального давления, нарушении сна);
- нарушение и ослабление памяти, внимания, способности сосредоточиться, умственное переутомление;
- нарушение координации движений;
- вегетососудистая дистония у курильщиков и лиц, злоупотребляющих алкоголем.

Способ применения и дозы:

Болюсы Хуато следует принимать внутрь, запивая достаточным количеством воды, предпочтительно через 30-45 минут после еды. Болюсы Хуато желательно принимать отдельно от других лекарственных средств (за 1 час до или через 1 час после приема других лекарственных средств). Длительность курса лечения Болюсами Хуато определяет врач в зависимости от выраженности симптомов заболевания.

В целях устранения последствий инсульта Болюсы Хуато применять лечебными курсами в течение 3-6 месяцев, по 4 дозирующие ложечки 2 раза в день, делая после каждых 10-ти дней приема перерыв 1 день. При необходимости курс лечения повторяют через 3 месяца.

Лечебно-профилактический курс состоит в приеме 2-х дозирующих ложечек Болюсов Хуато 2 раза в день до еды, в течение 2 месяцев, после каждых 10-ти дней приема необходимо делать перерыв 1 день. При хорошей переносимости и выраженном терапевтическом эффекте курс следует повторять 2 раза в год.

Противопоказания:

Абсолютные:

- период беременности и кормления грудью;
- язва желудка и 12-перстной кишки в стадии обострения;
- индивидуальная непереносимость компонентов, входящих в состав препарата Болюсы Хуато.

Относительные:

- язва желудка и 12-перстной кишки в стадии ремиссии;
- эпилепсия.

Лицам, которым по каким-либо причинам нежелательно употреблять мед (тяжелая форма сахарного диабета, ожирение, индивидуальная непереносимость продуктов пчеловодства и т.д.) должны учесть, что

Болюсы Хуато содержат пчелиный мед в количестве 7% от массы. В 1 дозирующей ложечке Болюсов Хуато содержится 0,17 граммов меда.

Побочные действия:

Обычно Болюсы Хуато хорошо переносятся больными и только в редких случаях могут вызвать следующие нежелательные эффекты:

1. Повышение интенсивности болевого синдрома у пациентов с головными болями в течение первых 2-3 недель терапии. В таких случаях следует либо снизить дозу Болюсов Хуато, либо, при значительных болях, отменить препарат. При дальнейшем приеме Болюсов Хуато в более низких дозах у больных с головными болями интенсивность болевого синдрома, как правило, снижаются до прежнего уровня.
2. Чувство дискомфорта в эпигастральной области после приема препарата. Обычно после снижения разовой дозы Болюсов Хуато (за счет трехкратного приема в день) данные явления купируются самостоятельно и не требуют назначения дополнительной терапии.
3. Чувство жара и гиперемия лица после приема препарата. Наблюдается в первые 1-2 недели терапии Болюсами Хуато и в дальнейшем купируются без каких-либо вмешательств.
4. Высыпания на лице и теле по типу крапивницы. В случае проявления подобных эффектов у пациентов с неблагоприятным аллергологическим анамнезом следует отменить Болюсы Хуато и обратиться к врачу.

По имеющимся к настоящему времени наблюдениям, во всех перечисленных случаях (за исключением поливалентной аллергии) специальной отмены препарата Болюсы Хуато не требовалось, и нежелательные явления регрессировали самостоятельно после коррекции дозы.

Особые указания и меры предосторожности:

В случаях появления ощущений дискомфорта в области желудка, чувства жара и покраснения лица следует уменьшить разовую дозу Болюсов Хуато и соответственно увеличить частоту приема препарата.

Болюсы Хуато не требуют отмены назначенных лечащим врачом лекарственных средств.

Эффективность действия Болюсов Хуато не зависит от срока давности инсульта, а начинать прием следует не раньше, чем через 1 месяц после острого инсульта. В дальнейшем, после проведения лечебного курса, также следует применять Болюсы Хуато лечебно-профилактическими курсами 2 раза в год.

Если после 2 месяцев применения лечебного курса Болюсов Хуато больной или окружающие не заметят никаких изменений в отношении последствий инсульта, что бывает примерно в 2 случаях из 10, то следует ограничиться лечебно-профилактическими курсами. Однако бывали случаи, когда значительный эффект наступал на 5-6 месяце приема лечебного курса Болюсов Хуато.

Лекарственное взаимодействие:

Болюсы Хуато рекомендуется принимать отдельно от других препаратов (за 1 ч до или через 1 ч после).

Условия хранения: В сухом, защищенном от света месте, при температуре 12–15 °С.

Срок годности 5 лет.

6.2. «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ», (код 120)

Родиола розовая (Rhodiola rosea L.) является одним из прославленных целебных растений. Но многим людям больше знакомы народные названия родиолы - «*золотой корень*», «*сибирский женшень*».

Она является одним из основных лекарственных растений китайской медицины. Об этом растении есть детальные упоминания в «Фармакопее Шэнь-нуна», «Сводной фармакопее Бэнь-цао-ган-му», в Словаре китайских лекарственных веществ. С восьмого столетия нашей эры, сохранились записи о радиоле в таких древних медицинских трактатах, как «Медицинская фармакопея в 4-х томах» и «Фармакопея Цзинчжу-бэнь-цао». До наших дней известны народные рецепты использования родиолы в качестве средства для лечения болезней и укрепления организма.

Родиола нейтральна по своей природе, она укрепляет почки и увлажняет легкие, может применяться для лечения таких болезней, как слабость во всем теле, стеснение в груди, тошнота и рвота, женская лейкоррея и прочие.

За рубежом начали изучать радиолу, начиная с 1950-х годов. Советские специалисты изготавливали из радиолы экстракт и использовали в качестве укрепляющего средства. В последнее время часто используется космонавтами, подводниками, спортсменами как оздоравливающий пищевой продукт.

Растение по своим лечебным свойствам мало в чем уступает женьшеню. Уже много веков родиола розовая применяется в народной медицине как средство, повышающее умственную и физическую работоспособность. Издавна в народе говорят: «Тот, кто сыщет золотой корень, будет до конца своих дней удачлив и здоров, проживет два века».

Капсулы на основе экстракта корня радиолы - это функциональный питательный пищевой продукт нового поколения.

В качестве основного сырья используется высококачественная отборная радиола. Продукт изготавливается с применением современных биологических технологий, соответствует государственным стандартам, сохраняет все эффективные компоненты, содержащиеся в радиоле. Капсулы хорошо усваиваются в пищеварительном тракте, благодаря чему повышается биологическая полезность эффективных компонентов.

СОСТАВ:

Исследования радиолы розовой показали, что это просто кладезь полезных веществ. В корнях растения содержится более 20 ценных микроэлементов (железо, фосфор, магний, марганец, сурьма, др.), аскорбиновая и никотиновая кислоты, гликозиды, тирозол, дубильные вещества, эфирное масло, белки, жиры, значительное количество сахаров, органические кислоты (галловая, щавелевая, яблочная, янтарная и лимонная), стерины и другие вещества.

Помимо этого, в состав также входит танин, флавоноиды и необходимые человеческому организму 18 разновидностей аминокислот. Восемь из них не могут синтезироваться в человеческом организме.

ФАРМАКОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА:

1. Обладает выраженным стимулирующим свойством, существенно увеличивают объем динамической и статической работы.

2. Особенно заметно повышается работоспособность при использовании препаратов на фоне утомления и при выполнении тяжелой работы.

3. При этом родиола розовая нормализует обменные процессы, способствует экономичному расходованию энергетических ресурсов и быстрому их ресинтезу, улучшает энергетический обмен в мышцах и мозге за счет окислительных процессов, сопряженных с фосфорилированием, более ранним использованием в качестве субстратов окисления не только углеводов, но и липидов.

4. Оказывает стимулирующее действие на умственную работоспособность человека, несколько улучшают память и внимание.

5. Как и женьшень, обладает адаптогенным, антитоксическим (уменьшает действие барбитуратов, эфира, токсическое влияние стрихнина, анилина, хлорофоса, нитрита натрия), антигипоксическим действием, повышают резистентность к инфекционным болезням.

6. Оказывает иммуномодулирующее, кровоостанавливающее действие, повышает функции половых желез.

ПРИМЕНЕНИЕ:

1. В медицинской практике корневища и корни родиолы розовой применяют при повышенной утомляемости, вегетососудистой дистонии, астенических и неврастенических состояниях, при шизофрении. После приема препарата исчезает повышенная раздражительность, неприятные ощущения в области сердца, улучшаются сон и аппетит.

2. Под влиянием экстракта золотого корня у людей повышаются внимание, память и сила возбудительного процесса. У больных неврозами нормализуется подвижность тормозного и возбудительного процессов.

3. Зимой и ранней весной организм понемногу ослабевает, растратив летние и осенние запасы витаминов и жизненных сил. Тем более что жители крупных городов живут в далеко не благоприятных для человеческого организма экологических условиях. Поэтому самое время

поискать друзей и помощников для поддержки здоровья и красоты. Одним из таких средств является Родиола розовая, или золотой корень.

4. Как стимулятор он оказался сильнее женьшеня, левзеи, элеутерококка и других адаптогенных растений. Под его влиянием сердечная деятельность усиливается в основном за счет возрастания ударного объема сердца и в меньшей степени за счет учащения пульса. Такая адаптация сердца к работе более эффективна.

5. Отмечается также благоприятное влияние на артериальную гипотонию и на остроту слуха.

6. Экстракт золотого корня рекомендуется людям, перенесшим инфекционные заболевания и больным с функциональными заболеваниями нервной системы. Его принимают и здоровые люди при пониженной работоспособности. Положительный эффект наступает через час после приема и продолжается в течение 6 ч.

7. Лекарственные препараты золотого корня по своему действию близки к препаратам женьшеня, других аралиевых и лимонника. Однократный прием золотого корня также повышает сопротивляемость организма к ряду неблагоприятных воздействий.

8. Рекомендуется при лечении аменореи, олигоменорреи, раннего климакса. Оказывает благоприятное влияние на трофику органов половой сферы, стимулирует внутрисекреторную функцию яичников, в частности, стадию овогенеза.

9. У молодежи (особенно у молодых женщин) сейчас часто встречается артериальная гипотония (снижение артериального давления: систолического ниже 100 мм рт. ст., а диастолического - ниже 60 мм рт. ст.). Известно, что гипотония может быть как физиологического характера (тогда люди хорошо себя чувствуют), так и патологического (при этом периодически отмечаются слабость, головокружение, давящие боли в области висков, потемнение в глазах при резком вставании и т. п.).

10. Родиола розовая обладает способностью предупреждать возникновение раковых опухолей (anti-tumor) и развитие метастазов (anti-metast).

Наиболее часто применяется:

- как стимулирующее средство при переутомлении, рекомендуют лицам с наклонностью к астении (в особенности при работе, требующей повышенной умственной нагрузки);
- адаптогенное, при функциональных заболеваниях нервной системы, неврозов;
- в период восстановления после перенесенных соматических и инфекционных заболеваний;
- помогает противодействовать процессу преждевременного старения;
- создает эффект сопротивляемости радиации;
- останавливает кровотечения;
- останавливает кашель, облегчает астму, уменьшает высотную реакцию;

- укрепляет организм, питает сердечную мышцу;
- способствует общему укреплению организма и стимуляции половой активности;
- укрепляет нервную систему и имеет деликатное антидепрессивное влияние.
- имеет адаптогенное влияние - повышение устойчивости организма и предохраняет сердце от губительного влияния стресса, нейтрализует влияние выделяемого во время стресса адреналина на сердечный ритм;
- снимает головные боли, помогает спортсменам, путешественникам, её назначают при болезнях желудка, малокровии, золотухе, гипотонии, импотенции, фригидности, для профилактики простудных и вирусных заболеваний;
- тем, кому приходится много учиться или заниматься напряжённой умственной работой, золотой корень помогает сконцентрировать внимание и не отступать от намеченной цели;
- наиболее эффективны при пограничных расстройствах, в качестве средств поддерживающей терапии, при общем ослаблении функций организма, при перенапряжении и после перенесенных заболеваниях. Повышают выносливость при физических и психических нагрузках;
- препараты из корня родиолы розовой малотоксичны, хорошо переносятся больными, в том числе лицами пожилого возраста.

Способ применения: 1-2 капсулы 3 раза вдень (в зависимости от возраста, веса, системы питания и патологии) перед едой.

Продолжительность программы: от 10 дней до 4 мес. 2-3 раза в год.

Противопоказания:

1. Излишний приём золотого корня нежелателен для организма. Передозировка родиолы на 2-3-й день приёма может вызвать повышенную раздражительность, бессонницу и неприятные ощущения в области сердца.

2. Экстракт золотого корня противопоказан при возбуждении, гипертоническом кризе, бессоннице, лихорадочные состояния. При появлении признаков возбуждения, бессонницы и головной боли прием препаратов родиолы прекращают.

3. С осторожностью нужно принимать пациентам с повышенным АД - в больших дозах препараты родиолы могут сильно повысить давление.

4. Дети до 6 лет - после консультации у врача.

Форма выпуска: 100 капсул в упаковке по 500 мг., в одной капс содержится 25% радиолы.

6.3. «ЧЖЕНЬТЯН» - средство от головной боли, (код 103)

Состав: ункария томентоза (гоутен), белый пион (байшао), лигустикум сычуаньский (чуаньсюн), дудник китайский (дангуй), ремания (дихуан), байчи, косточка абрикоса, картамус тинкториус (хунхуа), аскум-копытень (сисинь), ангелика китайская (духуа), эфедра (махуан), фупянь, милеттия сетчатая (цзисюэтен) и т.д.

Головная боль является одной из наиболее сложных проблем медицины, из-за того что существует огромное множество разных причин, которые могут вызвать один и тот же конечный результат - головную боль.

Основной причиной головной боли, может быть:

- вирусная инфекция;
- повышенная температура тела;
- у женщин возникает в периоды начала менструального цикла;
- вследствие повышения давления;
- аллергические реакции в синусах головы, так называемая «синусная головная боль»;
- стресс;
- головная боль может быть сигналом об опасном состоянии кровеносных сосудов - аневризмы, закупорки или начинающейся опухоли мозга;
- дефицит магния может способствовать развитию головной боли, связанной с предменструальным периодом и, возможно, даже головной боли типа мигрени вызванной аллергией,
- зачастую возникает из-за злоупотребления синтетических лекарств, которые использовались для того чтобы снять симптомы головной боли, в том числе эрготаминов, наркотических средств (таких как кодеин) и даже аспирина. Все эти синтетические лекарства западной медицины истощают запасы натуральных обезболивающих веществ в мозге, кроме того это может привести к развитию опасных побочных эффектов: желудочно-кишечным нарушениям, поражениям печени и почек, аллергии.

Болюсы «Чжэньтян» всестороннее воздействует на причины головной боли; состав препарата рационален, его можно применять при всех видах головной боли. «Чжэньтян» обладает выраженным лечебным эффектом и не имеет побочных действий.

Фармакологические свойства: Анальгетик. Биологически активные вещества препарата оказывают болеутоляющее, успокаивающее, сосудорасширяющее, антистрессовое действие.

Эффекты:

- стимулируют кровообращение;
- обеспечивает циркуляцию энергии Ци по меридианам;
- устраняют кровяной стаз;
- купируют боль;

- улучшают микроциркуляцию;
- защищают мембраны сосудов;
- нормализуют мозговое и коронарное кровообращение;
- улучшают обменные процессы в организме;
- оказывают мягкое успокаивающее действие.

Препарат эффективен при различных распирающих болях любой локализации - при предменструальном синдроме, почечной боли, зубной боли, различных суставных болях.

Способ применения: 2-3 раза в день по 1 пакетику (6 грамм), после еды, запивая теплой кипяченой водой, курс лечения 15 дней. Во время приема не рекомендуется прием спиртного, употребление острой, жирной, пищи.

Форма выпуска: «горошины» в индивидуальных пакетиках по 300 шт. В упаковке 10 пакетиков по 6 г.

VII. БИОПРЕПАРАТЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ЖЕНСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

7.1. «БЕЛЫЙ ФЕНИКС» - поддержка женского здоровья, (код 161)

Описание

Специальное комплексное средство в жидкой легко усваиваемой форме для поддержания женского здоровья. Дает прекрасный оздоравливающий эффект как с профилактической целью применения, так и при хронических воспалительных гинекологических заболеваниях.

Состав: черной курицы, финик китайский, лиция, traditional Chinese, железо,

Действие: повышают иммунитет, способствуют восполнению жизненных сил, нормализуют качественный и количественный состав крови и уровень половых гормонов у женщин. Улучшают моторику пищеварительного тракта и качество пищеварения. Устраняют застойные явления в области малого таза, нормализуют микрофлору влагалища, месячный цикл, способствуют прекращению выделений («мажущий след» после менструации), улучшает сон и кровообращение.

Показания к применению: Используются при астенизации организма, излишней потливости, слабости, гормональных нарушениях и нарушении менструального цикла, мастопатии, маточных кровотечениях, бесплодии, патологических выделениях, неспецифическом бактериальном вагините, нарушении пищеварения, быстрой утомляемости, слабости в пояснице и коленях.

Способ применения и дозы: 1-2 бут. /день

Противопоказания: Индивидуальная непереносимость компонентов; беременность и кормление грудью.

Особые указания: Во время приема препарата не рекомендуется употреблять холодную, острую и сырую пищу

Форма выпуска: 1 бут./ 10 мл., 10 бут./упак.

7.2. «НУАНЬ ГУН ЮНЬ ЦЗЫ ВАНЬ», (NUAN GONG YUNZI WAN) – пилюли нормализующие функцию матки

Состав: ремания китайская, гирчевник влагалищный, листья полыни, шлемник байкальский, сыть круглая, пион белоцветковый, эвкоммия вязолистная, дудник китайский, желатин из кожи осла, ворсянка китайская.

Основные функции: тонизирует Инь, питает кровь, согревает меридианы, изгоняет из них патогенный холод. Улучшает циркуляцию Ци, утоляет боль. Используется при застое Ци на фоне недостаточности крови, ломоте и боли в пояснице, нерегулярных менструациях, для лечения холода матки, бесплодия.

В европейской медицине используется: для нормализации функции матки, как обезболивающее, тонизирующее и укрепляющее средство, при бесплодии, нерегулярной менструации, альгоменорее, лейкорее.

В клинической практике пилюли применяются для лечения и снятия симптомов следующих заболеваний:

1. Показывают заметный лечебный эффект при бесплодии у женщин, вызванном истощению Ци крови, эндокринными нарушениями, аменореей, эндометриозом, гипоплазией матки, маточным холодом, привычными выкидышами, ановуляцией.

2. Способны эффективно устранять вызванные недостаточностью Ци и крови такие осложнения, как пальпитация и бессонница, раздражительность, головокружение и упадок сил, темно-желтый цвет лица, темные пятна, дряблая кожа, морщинистость, нарушение функций эндокринной системы.

3. Способны эффективно устранять вызванные недостаточностью почечного Ци, раннее поседение и выпадение волос, сухость во рту, темно-серый цвет лица, бессонница, беспокойство и раздражительность, ломота в пояснице и коленях, холодные конечности, учащенное мочеиспускание, расстройство менструаций, головокружение и слабость, вздутие и боли в нижней части живота. Кроме того, в значительной степени снимают симптомы климактерического синдрома, такие как аменорея, низкое сексуальное желание, раздражительность, тревожность, мнительность.

4. Способны полностью излечить или заметно облегчить у женщин такие симптомы, как расстройство эндокринной системы, расстройство менструации, альгоменорея, лейкоррея, вздутие и боли в нижней части живота, поллакиурия, неудержимые позывы к мочеиспусканию, уродиния, ломота в позвоночнике и коленях, внутреннее бессилие.

5. Способны эффективно излечивать у женщин альгоменорею, заметно облегчать ощущение холода в нижней части живота перед менструацией и после нее, распирающую боль при предменструальном и постменструальном синдромах.

Способ приема и дозировка: по 8 пилюль, в день 3 раза, запивая теплой кипяченой водой.

Меры предосторожности: не применять при беременности.

Форма выпуска: 200 пилюль по 0,2 г.

VIII. БИОПРЕПАРАТЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ МУЖСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

8.1. «ЗОЛОТОЙ ЛАРЕЦ» - «ЦЗИНЬ ГУЙ ШЭНЬ ЦИВАНЬ», (JIN KUI SHEN QI WAN) – поддержка мужского здоровья

Золотой ларец» - известное классическое средство древнекитайской медицины, которое с успехом применяется для лечения в течение 2-х тысячелетий.

«Золотой ларец» обладает выраженным лечебно – профилактическим действием, его изготавливают из натуральных растительных компонентов, с применением современных технологий. В настоящее время, данное средство применяют как общеукрепляющее средство, назначают людям среднего и старшего возраста для тонизации и согревания Ян – энергии почек, а также людям молодого возраста, у которых выявлен недостаток Ян – энергии почек.

Состав: корень ремании клейкой, корень ямса китайского, кора пиона полукустарникового, пория кокосовидная, плоды корнуса лекарственного, корневище частухи подорожниковой, кора коричника китайского, корневище сыти круглой.

Фармакологическое действие: оказывает противовоспалительное, анальгетическое, противоотечное действие, выводит токсины, снижает кровяное давление, снижает уровень сахара и липидов в крови, противостоит старению организма, способствует выработке интерферона, укрепляет иммунитет, повышает физиологическую функцию и поддерживает нормальный обмен веществ.

Основные свойства и назначение: согревает почки и укрепляет Ян-энергию почек, нормализует работу мочеполовой системы, повышает половую функцию, повышает сопротивляемость организма, замедляет процессы старения. Используется при синдроме пустоты Ян почек, когда появляются боли и холод в пояснице и нижних конечностях. Мочи при этом мало или отходит в большом количестве бесцветная и прозрачная. Пульс глубокий, тонкий и редкий. Язык бледный, большой, налет белый и тонкий.

Показания к применению:

- хроническая боль, слабость и холод в ногах и в пояснице;
- импотенция, поллюции, преждевременная эякуляция, ослабление потенции, слабая эрекция;
- мужское бесплодие, вызванное олигоспермией и низкой активностью сперматозоидов, гинекомастия у мужчин, бесплодие у женщин, снижение полового влечения;
- старческое недержание мочи;
- энурез;
- снижение слуха и зрения, шум в ушах, ослабление памяти, выпадение волос.

Эффективно при следующих заболеваниях:

- хроническое воспаление мочевыводящих путей;
- гиперплазия предстательной железы, простатит;
- старческий вагинит, бели белого цвета у женщин;
- сахарный диабет II тип;
- остеохондроз, остеопороз, радикулит;
- облитерирующий эндартериит, атеросклероз;
- атрофия слухового нерва;
- хронический бронхит.

Рекомендуемая дозировка: взрослым по 8 пилюль 3 раза в день до еды, запивать теплой кипяченой водой.

Продолжительность приема: 20-30 дней.

Меры предосторожности: не следует принимать людям с недостаточностью Инь почек и всплывающем на поверхность огне типа недостаточности.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Форма выпуска: 200 пилюль по 0,2 г.

IX. БИОПРЕПАРАТЫ, ОКАЗЫВАЮЩИЕ ОЗДОРАВЛИВАЮЩЕЕ ДЕЙСТВИЕ НА СУСТАВЫ

9.1. «ЧЖУАН ГУ» (ZHUANG GU GUAN JIE WAN) – пилюли для суставов, (код 104)

Уникальная смесь лекарственных трав, входящая в состав препарата, была эксклюзивно создана специалистами Отдела традиционной китайской медицины Корпорации «999» для борьбы с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

Препарат Zhuang Gu Guan Jie Wan является богатейшим источником биофлавоноидов, фитостеролов и жирных кислот. Эти вещества обладают особенно лечебными свойствами ко всем составляющим опорно-двигательного аппарата человека (кости, связки, суставы, мышцы).

Формула, основанная на травах, способствует сохранению питания и поддержке здорового функционирования костей, суставов, связок.

С точки зрения китайской медицины стимулирует Ци, питает кровь, укрепляет селезенку, способствует деятельности почек, укрепляет костную ткань и улучшает подвижность суставов, стимулирует кровообращение, улучшает местное кровообращение, улучшает нервную проводимость сосудов, мышц, повышает иммунитет, обладает противовирусным, противоревматическим, противовоспалительным и обезболивающим действием.

Состав:

1. Rhizoma cibotii (циботиум) - защитная функция, устраняет боль, гиперостаз, уменьшает опухоль.
2. Epimediumh erb (горянка) - источник сапонинов, алкалоидов, флавоноидов, обладает тонизирующим и общеукрепляющим действием.
3. Root of doubleteeth pubescent (корень соломоцвета двузубого) - обезболивающий эффект при артрозах.
4. Angelika (дудник) и Rhizoma drynariae - повышает минерализацию скелета, тормозит разрушение костей.
5. Radix dipsaci - уменьшает отек в области суставов, оказывает противовоспалительное действие.
6. Ramulus taxilli. Suberect spatholobus - активизирует кровообращение, убирает обструкцию сосудов и коллатералей.
7. Radix rehmanniae (корень ремании) - снимает боль, уменьшает отеки суставов, нормализует кровообращение.
8. Radix aucklandiae. Olibanum (ладан) - сильное питательнее свойство, благодаря натуральной высокой концентрации витамина А.
9. Myrrh (мирра) - антитоксическое, антибактериальное, противовирусное, заживляющее, иммуностимулирующие свойства. Malaytea scurfpea fruit и др.

Функциональные особенности:

- улучшает кровообращение;
- восстанавливает нормальную функцию печени и почек;
- устраняет симптомы застоя, онемения, отеков, боли, ограничения подвижности;
- применяется для профилактики и лечения с патологическими изменениями при остеоартритах, болях в поясничном отделе позвоночника (ишиас, пояснично-крестцовый радикулит);
- снимает мышечное напряжение, расслабляет сухожилия.

Показания к применению:

- ревматический артрит;
- ревматоидный артрит;
- боли в суставах;
- онемение конечностей;
- постинсультное состояние: нарушение речи, паралич конечностей, нарушение походки и другие симптомы;

- остеохондроз позвоночника, невралгия седалищного нерва, дегенеративные процессы в костях и связках.

Противопоказания: индивидуальная непереносимость препарата, заболевание печени, истощение организма.

Способ применения: курс приема 3 дня с 10-дневным перерывом между курсами, постоянно, до или после еды по 6 г. 2 раза в день.

Форма выпуска: банка 60 г, болюсы.

Глава 2.4. ТУРМАЛИНОВАЯ И МАГНИТНАЯ ПРОДУКЦИЯ

Турмалин. Современные исследования показывают, что турмалин является единственным кристаллом среди всех существующих на Земле минералов, который обладает постоянным электрическим полем. Не требуя никаких дополнительных условий и человеческой помощи, после поглощения солнечной энергии, на поверхности турмалина возникает электрический ток.

Турмалин одновременно выступает излучателем инфракрасных лучей и отрицательно заряженных ионов (анионов). Анионы получили название «воздушных витаминов».

Турмалин вырабатывает длинноволновое инфракрасное излучение с длиной волны от 8 до 14мк, точно такое же, каким обладает человек. Инфракрасные лучи, выработанные турмалином - это тепловые лучи, способные проникать вглубь тканей человека до 14см и оздоровить организм человека через активацию клеток тканей, лимфы и крови.

Турмалин содержит до 50 природных микроэлементов, полезных для человека, представляя собой редкий оздоровительный ресурс, подаренный природой.

Поэтому изделия содержащие турмалин, способны коренным образом улучшить состояние здоровья человека на клеточном и молекулярном уровнях, укрепить функции иммунной системы, достигая, тем самым, эффекта укрепления здоровья и избавления от многих болезней.

По мере изучения турмалинов было выяснено, что их химический состав чрезвычайно сложен и включает много различных элементов.

Причем вариации в содержании и соотношениях катионов (Fe, Mg, Li, Ca, Ma, Cr, Al и др.) столь велики, что целесообразно считать турмалины не одним минералом, а целой группой, внутри которой обособляются отдельные самостоятельные минеральные виды.

Этот минерал безвреден и обладает уникальными свойствами, используемыми в медицине. Применение турмалина в технике основано на способности его кристаллов наэлектризовываться при трении, давлении и нагревании.

Что такое турмалин? Название «Турмалин» происходит от слова «tormali» Синхалийского языка Шри Ланки, означающий: «Смешанный

драгоценный камень». В соответствии с названием этот камень имеет различные расцветки.

Турмалин — природный минерал, который отражает все цвета.

Турмалин — это кристалл, который образовался при извержениях вулкана в течении десятков тысяч лет. В 19 веке супруги Кюри обнаружили, что на поверхности Турмалина при определенном давлении образуется электрический заряд. После этого этот камень получил второе название — электрический минерал. А в последнее время этот камень находится в центре внимания и рассматривается как лечебное средство.

Цвет *турмалинов* зависит от их химического состава. Некоторые кристаллы турмалина имеют несколько зон, окрашенных в различные цвета; такие кристаллы называют «полихромными». Встречаются минералы с красной сердцевиной, окаймлённой светло-зелёной, тёмно-зелёной и зелёной зонами (Бразилия), с зелёным ядром и красной внешней зоной (ЮАР).

Турмалиновый «кошачий глаз» бывает разного цвета. Для кристаллов турмалина характерно проявление пиро- и пьезоэлектричества (они электризуются при нагревании, трении, давлении, причем один конец кристалла заряжается положительно, другой — отрицательно).

На кристаллах турмалина было впервые обнаружено явление поляризации света. Из-за разнообразия окраски турмалины при внешнем осмотре можно спутать со многими минералами (аметистом, андалузитом, везувианом, гидденитом, демантоидом, дымчатым кварцем, зелёной шпинелью, изумрудом, перидотом, празиолитом, рубином, хризобериллом, цирконом, цитрином).

Месторождения широко распространены и многочисленны. Наиболее известные находятся на Шри-Ланке, Мадагаскаре, в Мозамбике (полихромные и красные турмалины), Бразилии (штаты Минас-Жерайс, Байя), Бирме, Анголе, Австралии, Индии, ЮАР, Канаде (провинция Онтарио), США (штаты Калифорния, Мэн, Колорадо), Италии (о. Эльба), Швейцарии, России (Урал, Забайкалье).

На Урале основные месторождения — Липовка, Мурзинка, Сарапулка, Шайтанка, Южаковая.

Ювелирный турмалин известен в Афганистане (Нуристан): в месторождениях Дарае-Пич, Канокан, Джабо, Чормакс, Кантива, Манданеша, Цоцум, Муалеви, Папру.

Чудодейственные свойства и особенности Турмалина. Являясь природным минералом, Турмалин не дает побочных явлений.

В теле каждого человека при правильном соотношении, положительных и отрицательных зарядов протекает слабый ток силой 0,06 мА. Кристаллы турмалина вырабатывают ток точно такой же величины.

Турмалин — единственный минерал, имеющий долговечный источник энергии — солнце. Вырабатывающиеся из этого минерала отрицательные ионы и слабая тепловая энергия в итоге создают естественную природную энергию. Инфракрасное излучение и отрицательные

ионы благотворно влияют на организм человека укрепляя иммунную систему, повышая силу сопротивления организма к инфекционным заболеваниям, а так же регулируют нервную и кровеносную систему, придавая всем органам человека жизненную энергию. Тем самым предотвращает риск различных заболеваний.

От соприкосновения с телом ТУРМАЛИН начинает работать, а именно:

а) генерировать плотный поток анионов (5800 ед. на 1 куб. см в секунду),

б) выделять ионизированный кислород, который:

- нейтрализует неблагоприятную анаэробную среду;
- активизирует работу ферментов;
- нормализует кислотно-щелочной баланс;
- устраняет кислородное голодание клеток.

При нормальной температуре тела продукция с ТУРМАЛИНОМ выделяет полезные для человеческого организма магнитные волны, длиной 4—14 микронов, которые активизируют молекулы воды в клетках, стимулируя синтез ферментов.

Длинноволновое инфракрасное излучение, которое турмалин начинает испускать при нагреве от тела, отрицательные ионы, магнитное поле, которые проникают в глубокие слои кожи, разрушают активные радикалы и другие вредные вещества.

Шесть преимуществ инфракрасного излучения:

- Эффект отрицательного иона.
- Очищает кровь, улучшает кровообращение, нормализует давление.
- Активизирует работу иммунных клеток (профилактика рака).
- Повышает сопротивляемость организма.
- Стабилизирует работу нервной системы (улучшается обмен веществ).
- Восстановление сил и крепкий сон.

В результате создается эффект резонансного поглощения, который способствует расслаблению гладких мышц внутренних органов и сосудов, происходит глубокая активизация энергетических меридианов, расширение сосудов, улучшается кровообращение и лимфообращение, повышается содержание кислорода в крови, активизируется энергетика клеток, регулируется работа нервной системы, усиливаются иммунные функции клеток, а также осуществляется воздействие, подобное процедурам массажа, пальцевого точечного воздействия, прижигания полынными сигаретами и иглотерапии в китайской медицине.

Турмалин восстанавливает и подпитывает биополе человека, уменьшает вредные влияния геопатогенных, биоэнергетических, импульсных и электромагнитных воздействий.

Применение турмалиновых изделий стимулирует функции остеобластов, способствуя восстановлению суставов и костной ткани, усиливает функции клеток синцитиальных сплетений внутрисуставного

пространства, способствуя выделению внутрисуставной жидкости и лучшей смазке суставных поверхностей.

Благодаря такому воздействию нормализуется циркуляция крови и энергии Ци, устраняются симптомы, вызванные воздействием холода и сырости, исключаются застойные явления, снимается боль. Одновременное воздействие несколькими активными компонентами (отрицательно заряженные ионы, длинноволновое инфракрасное излучение, микротоки, выделение микроэлементов) обеспечивает хороший долговременный эффект оздоровления.

Механизм воздействия турмалинового материала

Механизм воздействия турмалинового материала	
Воздействие отрицательно заряженных ионов	*Воздействие длинноволнового инфракрасного излучения*
Очищение крови	Активизация микроциркулляции
Вывод из организма отработанных веществ	Активизация обмена веществ
Нормализация функций вегетативных нервных волокон	Активизация клеточных функций
Клеточное восстановление	Ускорение роста
Повышение сопротивляемости организма	Вывод из организма отработанных веществ

Продукция работает без подключения к энергетическому источнику, заряжаясь от солнца или любого источника тепла (батарея отопления, утюг) до 60 градусов Цельсия. Это вечный аккумулятор солнечной энергии. Достаточно 3-х часов солнечной подзарядки для 7-10-дневной работы изделия.

Время первых сеансов составляет 5-10 минут 2 раза в день. Через 7 дней время одного сеанса можно довести до 10-15 минут 2 раза в день и поддерживать такой режим в течение 3-х месяцев. После месячного перерыва курс можно повторить, соблюдая тот же режим воздействия.

Строго запрещено длительное время замачивать изделие в воде. Не следует при стирке использовать стиральный порошок, отбеливатели и мыло. Рекомендуется легкая стирка продукции в чистой воде (время стирки в пределах 5 минут). Температура воды до 40 градусов Цельсии. Такой способ стирки не оказывает влияние на эффективность действия турмалиновой продукции.

Противопоказания: не используются при высокой температуре, склонности к кровотечениям, нарушениях температурной чувствительности, а также в областях, где имеются повреждения кожи. При острых повреждениях мягких тканей наколенники могут использоваться не ранее чем через 24 часа после получения травмы. Нельзя использовать

при геморрагических инсультах и при гиперфункции щитовидной железы, с осторожностью использовать больным с кардиостимуляторами. При индивидуальной склонности организма к аллергии, продукцию следует использовать с осторожностью. Беременным и женщинам, кормящим грудью, следует воздержаться от использования турмалиновой продукции.

Эти рекомендации относятся ко всем турмалиновым изделиям.

Способ изготовления турмалиновых изделий

Как бы мелко не был измельчен турмалин до наночастиц, каждая выделяет ион и инфракрасный луч. Используя современные нанотехнологии, турмалин внедрили в нити. Каждое волокно содержит несколько тысяч частиц. Через эти нити излучаются отрицательные ионы. Это свойство турмалина положено в основу изготовления изделий для суставов, белья для женщин и мужчин и др. Турмалин устраняет вредные вещества в воде. Это свойство используется для очистки воды. Устраняет запахи табака через 30 минут, аммония через 10 минут.

Как отличить от подделки

Настоящая турмалиновая продукция обладает отличиями от низкокачественных подделок:

- продукция изготовлена из натуральных, экологически чистых материалов, хлопка;
- не имеет специальных требований к стирке (кроме как без кипячения, - хлопок имеет тенденцию к усадке);
- наличие необходимых сертификатов и результатов испытаний.

Отзывы людей, использовавших турмалиновую продукцию

Екатерина, 40 лет. Мой папа много лет страдал болями в пояснице. Периодически невропатолог назначал ему массаж и витамины группы В. Как только действие массажа и витаминов заканчивалось, а иногда ему и массаж не помогал, поясница болела снова. Узнала о турмалиновой продукции и решила купить ему турмалиновый пояс для поясницы. Сначала он очень скептически отнесся к моему подарку. Я позвонила ему на следующий день и он сообщил мне, что «кажется ему намного лучше». Он сам сначала не поверил в лечебное действие пояса. Теперь, когда у него начинает побаливать поясница, а происходит это все реже и реже, он всегда носит пояс и боль проходит. А иногда он просто надевает его, потому что ему нравится в нем ходить. Говорит, что телу тепло и приятно, и нервы успокаиваются.

Валентина, 53 года. От использования изделий из турмлина постепенно исчезли головные боли и давление пришло в норму. После использования турмалиновых напяточников исчезли боли в пятках, пропали отёки, и ноги стали как бы легче.

Татьяна, 50 лет. После смерти брата я находилась в глубокой депрессии. Обострились все старые болячки. Появились сильные боли в голове, давление 190/130, бессонница, затем стрессовая язва (тошнота, изжога).

Моя подруга посоветовала мне лечиться турмалином. У меня еще лекарственная и пищевая аллергия, поэтому ко всяким новшествам отношусь с осторожностью. Решилась попробовать и не пожалела. Взяла у подруги наколенник и положила на голову. Со мной произошли невероятные изменения, мне показалось, что по затылку и по плечам что-то пошло. Ушла тяжесть с плеч и затылка, мне стало легче и я была очень удивленна, что смогу получить результат от этого наколенника. Потом решила приобрести повязку на глаза из турмалина, головные боли стали проходить, давление стало 140/100. Узнала, что с помощью стакана можно ионизировать воду и пить ее. Перед приемом пищи и после стала пить воду вместо таблеток - изжога ушла, тошнота и рвота прекратились.

Инна, 38 лет, врач по профессии. Я знакома с турмалином уже более двух лет, но не перестаю удивляться, восхищаться его эффектами. Страдала головными болями по типу мигрени более 10 лет. Частота приступов – 2 – 3 в месяц, длительность – сутки. Боли были сильные, заканчивался приступ рвотой. Пробовала различные методы лечения. Снять приступ мог только один препарат, да и то, если его применять в начале приступа. Когда турмалиновая повязка на глаза сняла у меня приступ мигрени – моему счастью не было предела, самой себе не верила! Сейчас у меня нет головных болей. Повязка всегда со мной, это средство скорой помощи при любой боли. Я имею уже все виды продукции. У мамы – наколенники, которыми она излечила артроз (были сильные боли, деформация – не могла ходить). Турмалиновые стельки убирают усталость, боли в ногах, улучшилось состояние сосудов, уменьшилась косточка на большом пальце.

1. ТУРМАЛИНОВАЯ НАСАДКА ДЛЯ ДУША, *(код 223)*

Особенности турмалиновых насадок для душа:

Одновременное воздействие 5-ю активными компонентами (ионы, длинноволновое инфракрасное излучение длиной 14-15 нм, постоянный микроток 0,06 mA, закручивающие поля, потоки микроэлементов и другие излучения) проникают в глубокие слои кожи, диссоциируют пероксиды липопротеидов и другие вредные вещества, выводя их с потом и мочой за пределы организма, обеспечивая хороший долговременный эффект оздоровления.

Пользоваться турмалиновой насадкой для душа очень удобно. Она имеет эстетичный дизайн и может быть использована в любое время, не мешая повседневной жизни, а также имеет надежное качество.

Продукция работает без подключения к энергетическому источнику, заряжаясь от тепла воды (от 32 градусов Цельсия) и выделяет свои природные излучения. Это вечный аккумулятор тепловой энергии.

При использовании душевых насадок излучения активных компонентов продукции взаимодействуют с кровью и энергией «Ци» в клетках,

создают эффект резонансного поглощения, который способствует расслаблению гладких мышц внутренних органов и сосудов.

Эффект после 5-ти минутного применения душа:

- происходит глубокая активизация энергетических меридианов, расширение сосудов, улучшается кровообращение и лимфоток;
- повышается содержание кислорода в крови;
- активизируется энергетика клетки, регулируется нервная система;
- усиливаются иммунные функции клеток;
- осуществляется воздействие, подобное процедурам массажа, пальцевого точечного воздействия, прижигания полынными сигарами и иглотерапии в китайской медицине.

Показания к применению турмалиных насадок для душа:

Турмалиновый душ уменьшает потливость, зуд, обладает легким противовоспалительным эффектом, смягчает воду, уменьшает количество хлора и других химических примесей, повышает эластичность и упругость кожи, делает ее шелковистой, улучшает состояние волос, придает им блеск и мягкость.

Способ применения душевых насадок:

Смонтировать насадку на душевой шланг и включить теплую воду, душ сразу начинает работать. Выставлять душ на солнце нет необходимости - душ заряжается от тепла воды. При загрязнении насадка для душа разбирается, промывается и высушивается на солнце или батарее, затем собирается и снова готова к использованию.

2. ТУРМАЛИНОВЫЙ ПОЯС, (код 202)

Турмалиновый пояс - это продукция для оздоровления и профилактики. Дает быстрый эффект уже после 15- минутного применения.

Турмалиновый пояс изготовлен на основе магнитов и кристаллического турмалина: кристаллы диаметром 25 мм и диаметром 2мм и ткань, созданная по технологии «жидкого турмалина» с вплетенными в нити микрокристаллами турмалина.

При применении пояса, уменьшается износ суставов и дисков при остеохондрозе, улучшается состояние позвоночника, уменьшается остеопороз, ускоряется формирование костной мозоли при переломах, повышается подвижность суставов, повышается эластичность связок, снимается напряжение мышц, повышается выносливость организма, снимается стресс, улучшается сон, снимается напряжение мышц, оказывается общеукрепляющее действие на организм.

Показания к применению турмалинового пояса: нервное напряжение, стресс; остеохондроз грудного и пояснично-крестцового отдела позвоночника; грыжи межпозвоночных дисков; коксартроз; боли в области таза; артрозы коленных суставов; боли в мышцах голени и бедра; ишиас, невралгии; судороги мышц бедра; варикозное расширение вен нижних конечностей; онемение и зябкость пальцев ног; отечность

ног; метеозависимые боли в ногах; гемиплегия у лежачих больных; эндартериит; трофические нарушения голени; переломы; остеопороз; онемение и зябкость пальцев рук; простатит; адаптационная перестройка организма при переездах и перелетах у туристов и людей, связанных с командировками.

Пользоваться поясом очень удобно. Он имеет эстетичный дизайн и может быть использован в любое время, не мешая повседневной жизни, работе или учебе человека, а также имеет хорошее качество.

Применение: сначала необходимо смочить центральную часть турмалинового пояса (можно не смачивать), затем зафиксировать его непосредственно на пояснице или положить вдоль позвоночника, где имеются болевые ощущения. Обычно приблизительно через 10 минут появляется заметное ощущение тепла и жжение. В соответствии с индивидуальным состоянием организма можно регулировать продолжительность применения пояса.

Продукция может использоваться и без смачивания водой. В этом случае до момента появления тепла на коже требуется больше времени.

3. ТУРМАЛИНОВЫЙ НАКОЛЕННИК, (код 203)

Турмалиновый наколенник восстанавливает и подпитывает биополе человека, уменьшает вредные влияния геопатогенных, биоэнергетических, импульсных и электромагнитных воздействий.

Применение турмалиновых изделий стимулирует функции остеобластов, способствуя восстановлению суставов и костной ткани, усиливает функции клеток синцитиальных сплетений внутрисуставного пространства, способствуя выделению внутрисуставной жидкости.

Благодаря такому воздействию нормализуется циркуляция крови и энергии Ци, устраняются симптомы, вызванные воздействием холода и сырости, исключаются застойные явления, снимается боль.

Повышается выносливость организма, снимается стресс, улучшается сон, уменьшается износ суставов, снимается напряжение мышц, оказывается общеукрепляющее действие на организм.

Одновременное воздействие несколькими активными компонентами (отрицательно заряженные ионы, длинноволновое инфракрасное излучение, микротоки, выделение микроэлементов) обеспечивает хороший долговременный эффект оздоровления.

Турмалиновые наколенники — это продукция для оздоровления и профилактики.

Показания к применению: ревматический и ревматоидный артрит; артрозы коленных, голеностопных, тазобедренных, плечевых, локтевых суставов; боли в мышцах голени и бедра; невралгии; судороги мышц голени; варикозное расширение вен нижних конечностей; онемение пальцев стоп; отечность ног; метеозависимые боли в ногах; гемиплегия у лежачих больных; трофические нарушения голени; растяжение связок; бурситы; эндартерииты; переломы.

Турмалиновые наколенники облегчают местное утомление и боли, улучшают адаптационную перестройку организма при переездах и перелетах у туристов и людей, связанных с командировками.

Применение: вначале необходимо смочить центральную, выделяющую тепло, часть турмалиновых наколенников. Затем зафиксировать их непосредственно на суставах, где имеются болезненные ощущения. Через 15 минут появляется заметное ощущение тепла и легкое жжение. В соответствии с индивидуальным состоянием организма можно регулировать продолжительность применения.

Продукция может использоваться и без смачивания водой. В этом случае для выделения ею тепла, требуется более длительное время. Если после начала применения на коже возникает ощущение жжения, это является нормальным явлением, и не наносит никакого вреда коже, участках, где применялись наколенники, может возникнуть покраснение кожи. Покраснение и ощущение жжения относятся к нормальным явлениям. После снятия наколенников они исчезают спустя 2-3 часа.

Время первых сеансов составляет 10-15 минут 2 раза в день, через 7 дней можно довести время одного сеанса до 15-20 минут 2 раза в день, затем через неделю по 20 минут 3 раза в день и поддерживать такой режим в течение 3-х месяцев. После месячного перерыва курс можно повторить, соблюдая тот же режим воздействия.

При хорошей переносимости наколенники можно одевать на ночь на 8 часов.

4. ТУРМАЛИНОВЫЙ ЖИЛЕТ НА ПЛЕЧО, (код 204)

Используется для лечения периартрита плеча, заболеваний шейного позвонка, онемении конечностей.

При использовании жилета быстро снижается вязкость и содержание холестерина в крови. Жилет устраняет усталость, стимулирует иммунную систему.

Изделие имеет высокую эффективность при лечении воспалений суставов вокруг плеча, заболеваниях позвоночника и шейных позвонков.

Перечень заболеваний, при которых рекомендуется применение жилета: ломота в мышцах, воспаление плечевых суставов; артрит плечевого сустава; гипертония, повышенная вязкость крови, заболевания сосудов сердца и мозга; сахарный диабет; психо-эмоциональные проблемы; нарушение сна, депрессия.

Способ использования: Специальные наплечники разместить прямо на больную зону. Тепло будет медленно распространяться в зоне прикрепления наплечников, для ускорения процесса в этих зонах необходимо смоченным в воде полотенцем протереть больные места, а также в процессе процедуры вытирать полотенцем образовавшуюся влагу на теле.

Когда температура тела достигнет определенной степени нагревания, возникнет чувство легкого ожога, которое указывает на согревающее лечебное действие турмалина. При длительном использовании почувствуете, как постепенно уйдут боли, а организм очистится от токсинов.

Жилетку можно использовать 24 часа или несколько часов в день, Вы сами можете установить продолжительность использования. Вы можете использовать этот продукт и без смачивания водой рабочей зоны, но нагревание при этом будет занимать больше времени.

Турмалин, нагревая тело до определенной температуры, начинает восстанавливать весь организм. Зимой желательно длительно сохранять тепло, и поэтому можно увеличить продолжительность, как самой, процедуры, так и курса восстановления организма.

Способ стирки: После длительной носки зону нагревающего материала необходимо простирать, при этом нельзя использовать моющие средства (порошки). Для стирки используйте чистую воду, которая не сможет повлиять на эффективность материала. Нельзя долгое время мочить изделие в воде, отбеливать. Сушить необходимо в естественных условиях в расправленном виде, без применения машинной сушки или тепловых приборов.

5. ТУРМАЛИНОВАЯ НАКЛАДКА НА ШЕЮ, (код 205)

Турмалиновые накладки изготовлены на основе магнитов и кристаллического турмалина.

Положительное влияние: длинноволновое инфракрасное излучение, при нагреве от тела, отрицательные ионы, магнитное поле, которые проникают в глубокие слои кожи, разрушают активные радикалы и другие вредные вещества. Создается эффект резонансного поглощения.

При регулярном использовании наблюдается расслабление гладких мышц внутренних органов и сосудов, происходит глубокая активизация энергетических меридианов, расширение сосудов, улучшается кровообращение и лимфообращение, повышается содержание кислорода в крови, активизируется энергетика клеток, регулируется работа нервной системы, усиливаются иммунные функции клеток, а также осуществляется воздействие, подобное процедурам массажа, пальцевого точечного воздействия, прижигания полынными сигарами и иглотерапии в китайской медицине.

Показания к применению турмалиновой шейной накладки: гипофункция щитовидной железы; шейный остеохондроз; хронический тонзиллит; боли в шее и межлопаточной области; грыжи межпозвоночных дисков; нервное напряжение, стресс; головная боль, обусловленная психическими и эмоциональными факторами; сонливость; бессонница; вегето-сосудистая дистония; ослабление остроты зрения; ухудшение слуха; атеросклероз сосудов головного мозга; онемение и зябкость верхних конечностей; плечелопаточный периартериит; эпикондилит.

Способ применения. Перед применением увлажняем центральную, выделяющую тепло часть турмалиновой шейной накладки. Фиксируем непосредственно на теле в месте, где имеются болезненные ощущения. Приблизительно через 5-10 минут появляется заметное ощу-щение тепла и легкое жжение.

Время первых сеансов составляет 10-15 минут 2 раза в день, через 7 дней можно довести время одного сеанса до 15-20 минут 2 раза в день, затем через неделю по 20 минут 3 раза в день и поддерживать такой режим в течение 3-х месяцев. После месячного перерыва курс можно повторить, соблюдая тот же режим воздействия.

При хорошей переносимости можно одевать на ночь на 8 часов.

6. ТУРМАЛИНОВАЯ ПОВЯЗКА НА ЗАПЯСТЬЕ, (код 206)

Современные исследования показывают, что турмалин является единственным кристаллом среди всех существующих на Земле минералов, который обладает постоянным электрическим полем. Не требуя никаких дополнительных условий и человеческой помощи, после поглощения солнечной энергии, на поверхности турмалина возникает электрический заряд.

Турмалин одновременно выступает излучателем инфракрасных лучей, воздушных витаминов, активатором клеток, балансировщиком биотока, источником микроэлементов и др., представляя собой редкий оздоровительный ресурс, подаренный природой.

Повязка на запястье сделана на основе новых нанотехнологий. В ткани содержится турмалин. Не вызывает побочных явлений, постоянно выделяет отрицательные ионы и инфракрасные лучи, что делает наш организм здоровым, а кровь чистой.

Основные свойства: устраняет боли в суставах; улучшает циркуляцию крови, очищает кровеносные сосуды; разжижает кровь; улучшает работу сердечно-сосудистой системы; устраняет усталость в руках.

Способ применения. Перед применением увлажняем центральную, выделяющую тепло часть турмалиновой накладки. Фиксируем непосредственно на теле в месте, где имеются болезненные ощущения. Приблизительно через 5-10 минут появляется заметное ощущение тепла и легкое жжение.

Продукция не имеет срока годности, носить до полного износа, стирать нейтральным моющим средством в теплой воде. Сушить и заряжать на солнце. Не гладить утюгом.

7. ТУРМАЛИНОВАЯ ПОВЯЗКА НА ГОЛЕНОСТОПНЫЙ СУСТАВ, (код 207)

Предназначена для снятия болевого синдрома и воспалительных процессов в области голеностопного сустава при травматических повреждениях, артрозах, артритах, тромбофлебите, варикозном расширении

вен, сосудистых заболеваниях ног. Применяется как в виде самостоятельного метода лечения, так и в сочетании с медикаментозными средствами в домашних условиях.

Изделие точно повторяет форму благодаря мягкому, эластичному материалу и технологии обработки. 2 липучки значительно облегчают процесс надевания, что позволяет индивидуально регулировать степень компрессии. Подходит для ступней всех размеров.

Пользоваться накладкой на голеностоп очень удобно. Она имеет красивый дизайн и может быть использована в любое время, не мешая повседневной жизни, работе или учебе человека, а также имеет надежное качество.

Турмалиновая накладка на голеностоп (налодыжник) изготовлена на основе кристаллического турмалина - кристаллы размером 9 мм, диаметром 2 мм и ткани созданной по технологии «жидкого турмалина» с вплетенными в нити микрокристаллами турмалина.

Показания к применению: травмы; ревматический и ревматоидный артрит; артрозы коленных, голеностопных, тазобедренных, плечевых, локтевых суставов; боли в мышцах голени и бедра; невралгии, судороги мышц голени; варикозное расширение вен нижних конечностей; онемение пальцев стоп; уменьшение отечности ног; метеозависимые боли в ногах; при гемиплегии у лежачих больных; растяжение связок; ускорение заживления переломов; онемение и зябкость верхних и нижних конечностей.

Способ применения. Перед применением увлажняем центральную, выделяющую тепло часть турмалиновой накладки. Фиксируем непосредственно на теле в месте, где имеются болезненные ощущения. Приблизительно через 5-10 минут появляется заметное ощущение тепла и легкое жжение.

Время первых сеансов составляет 10-15 минут 2 раза в день, через 7 дней можно довести время одного сеанса до 15-20 минут 2 раза в день, затем через неделю по 20 минут 3 раза в день и поддерживать такой режим в течение 3-х месяцев. После месячного перерыва курс можно повторить, соблюдая тот же режим воздействия.

При хорошей переносимости можно одевать на ночь на 8 часов.

В комплекте 2 шт.

8. ТУРМАЛИНОВЫЕ ГЕТРЫ, (код 215)

Турмалиновые гетры разработаны на основе нанотехнологий, в основе которых лежит соединение «эффекта магнитного поля», «теплового эффекта» со знаниями китайской медицины.

В результате того, что длинноволновые инфракрасные лучи и магнитное поле непосредственно воздействуют на кровеносные сосуды ног и коленей, улучшая микроциркуляцию, запускается процесс профилактики и лечения артрита, варикозного расширения вен, водянки

суставов, остеофита, гиперостоза, воспаления кровеносных сосудов в ногах.

Гетры помогают при спортивных травмах, ревматизме и схожих с ним заболеваниях, вызывающих боль и трудность передвижения.

Особенности применения:

1. Данная продукция, используя четырехстороннюю эластичную структуру, повышает упругость, а чтобы носить его было еще удобнее, изделие имеет эргономичный дизайн, а все его части одинаково хорошо растягиваются.

2. Изменяет отдельные участки структуры мышечной ткани, создавая цепкость волокон, укрепляет их гибкость, особенно активно задействованных во время занятия спортом, и тех, которые во время спорта не подвергаются натяжению.

3. Корректирует фигуру в целом, повышает цепкость в ослабевших и рыхлых волокнах, избавляя от слабости в ногах.

Способ применения. Перед применением увлажняем центральную, выделяющую тепло часть турмалиновой накладки. Фиксируем непосредственно на теле в месте, где имеются болезненные ощущения. Приблизительно через 5-10 минут появляется заметное ощущение тепла и легкое жжение.

Время первых сеансов составляет 10-15 минут 2 раза в день, через 7 дней можно довести время одного сеанса до 15-20 минут 2 раза в день, затем через неделю по 20 минут 3 раза в день и поддерживать такой режим в течение 3-х месяцев. После месячного перерыва курс можно повторить, соблюдая тот же режим воздействия.

При хорошей переносимости можно одевать на ночь на 8 часов.

Что необходимо знать:

Рекомендуется носить так, чтобы изделие плотно облегало тело, руководствуясь принципом «покрывает все тело, усиливает отдельные части», чем больше и дольше Вы носите комплект, тем интенсивнее будет работа в точках, на которых акцентировано внимание.

Стирать в воде при температуре не выше 30 градусов Цельсия, используя щадящий порошок, нельзя гладить, нельзя отбеливать.

Хранить в сухом, защищенном от света месте, предохраняя от распространения плесени и появления насекомых.

Внимание:

1. Не применять при беременности, серьезных заболеваниях сердца и мозга.

2. Не применять при кровотечениях или склонности к кровотечениям.

3. Держать подальше от наручных часов и изделий, использующих слабые магниты, чтобы не допустить размагничивания.

9. НОСКИ С ТУРМАЛИНОМ, (код 210)

Носки с турмалином - одно из замечательных применений уникальной ткани с микрокристаллами турмалина.

Основной принцип действия этой удивительной разработки учёных основывается на длинноволновом инфракрасном излучении микрочастиц турмалина, которое активизируется при нагревании от тепла тела.

В результате отрицательно заряженные ионы проникая далеко вглубь кожи и мышечной ткани, негативно воздействуют на различные вредные вещества, накопленные нашим организмом, в том числе и на опасные активные радикалы.

Эффекты:

- снимают усталость ног, боль, регулируют нервную систему;
- удаляют влажность стоп и неприятный запах;
- снимают отек ног, а также ликвидируют шелушение кожи ног (авитаминоз);
- статический массаж ног, регулируют кровообращение. Улучшают кровообращение (очищается кровь, снижается вязкость крови);
- прекрасное средство для ног при варикозе, а также при почечной недостаточности;
- хорошая терапия для голеностопных суставов, а также при обморожении ног;
- стимулирует точки акупунктуры;
- снимают усталость, обладают противовоспалительным и массажным эффектом;
- устраняют боль, онемение в ногах, защищают ноги при долгой ходьбе;
- сохраняют тепло;
- стимулируют хороший сон.

Рекомендовано применение при: воспалении вен ног; шпорах на подошвах ног; онемении и обморожении ног; трещинах на пятках и других местах ног; отечности ног и лодыжек; переломах и растяжениях; артрозах голеностопных суставов; болях в мышцах голени; невралгии; судорогах мышц голени; варикозном расширении вен нижних конечностей; болях в ногах, связанных с изменением погоды; трофических нарушениях сосудов голени.

Способ применения:

Ежедневное использования в любое время суток. Для того, чтобы ощутить эффект как можно быстрее, нужно регулярно одевать лечебные носки на ночь, начав с 15-20 минут и постепенно увеличив время до 8-10 часов.

Стирать турмалиновые носки нужно в обычной чистой воде, сушить у источников тепла или на солнце - так продлеваются их целебные возможности.

В соответствии с индивидуальным состоянием организма можно регулировать продолжительность применения.

Продукция может использоваться при длительных переездах и перелетах для устранения усталости и отечности в ногах.

Такой режим нужно поддерживать в течение длительного времени, ориентируясь на индивидуальную переносимость.

Строго запрещено длительное время замачивать изделие в воде.

Не следует при стирке использовать стиральный порошок, отбеливатели. Рекомендуется легкая стирка турмалиновых носков в чистой воде (время стирки в пределах 5 минут) при температуре воды до 40 градусов Цельсия. Такой способ стирки не оказывает влияние на эффективность действия турмалиновых носков.

10. ТУРМАЛИНОВЫЕ ТРУСЫ (муж., жен), (код 213, 214)

Состав: натуральный хлопок с турмалиновой нитью, натуральный шёлк, коллаген, 11 камней турмалина, расположенных по точкам акупунктуры.

Турмалиновое нижнее белье создано по нанотехнологии. Турмалин, переработан до супермелких некристаллических частиц, измеряемых в нанометрах. Технология активной энергической переработки волокна, дает возможность максимального длинноволнового инфракрасного излучения и отрицательных ионов, дает биоэнергию.

Свойства: длинноволновое инфракрасное излучение, которое турмалин начинает излучать при нагреве от тела, отрицательные ионы, магнитное поле, которые проникают в глубокие слои кожи, разрушают активные радикалы, улучшает кровообращение в нижней части живота, облегчает боль и устраняет воспаление, улучшает циркуляцию крови, решает проблемы гинекологии и урологии, восстанавливает функции репродуктивной системы.

Используя лечебные свойства изделий с турмалином, улучшается система микроциркуляции крови, снимается усталость, придает энергию, восстанавливает работу желудка, мочеполовой системы, уменьшает неприятный запах, сдерживает развитие бактерий. При длительном использовании повышается половая потенция.

Трусы помогают при лечении воспаления придатков, болезненных менструаций, гинекологических болезней, гиперплазии, учащенного мочеиспускания, геморроя и других заболеваний урологической сферы. При долгом использовании повышают половую потенцию.

Оздоровительный эффект:

1. Улучшение кровообращения в поясничной области, в половых органах, нижних конечностей нормализация их деятельности, нормализация гормонального фона.

2. Заметный эффект при воспалении придатков, вагините, воспалении органов тазовой области, уретрите, нерегулярных, болезненных

менструациях, климактерический период и других гинекологических заболеваниях.

3. Повышение естественных сил организма, противодействующих сахарному диабету и гипертонии.

4. При длительном использовании улучшаются половые функции, устраняется фригидность, повышение либидо.

5. Уменьшают неприятный запах, потливость, легкий зуд, обладают легким противовоспалительным эффектом.

6. Снимают нервное напряжения, стресс, утомляемость, улучшается сон.

7. Снимают онемение и зябкость пальцев стоп, уменьшают отечность ног, судороги мышц голени, варикозное расширение вен нижних конечностей, боли в ногах связанные с изменением погоды.

Показания к применению: воспаление придатков, воспаления органов таза, миома, фибромиома, кисты, нерегулярные и болезненные менструации, вагинит и другие гинекологические заболевания; заболевания мочеполовой системы (цистит, энурез, простатит, гиперплазия, учащенное мочеиспускание и т.п.); геморрой, трещины заднего прохода; радикулит; заболевания почек (нефрит, пиелонефрит, воспаления и др.); заболевания печени, желчного пузыря, поджелудочной железы, желудка (запоры, понос) и т.п.; при длительном использовании устраняется фригидность; появляются собственные силы для борьбы с сахарным диабетом, гипертонией.

Используя лечебные свойства изделий с турмалином в сочетании с лекарственными средствами, можно ускорить восстановление пораженных клеток, усилить фагоцитоз лейкоцитов и ретикулярных клеток, ускорить очищение крови и повысить иммунитет организма.

11. ТУРМАЛИНОВАЯ ПОВЯЗКА НА ГЛАЗА, (код 221)

Изготовлена на основе кристаллического турмалина: ткань, созданная по технологии «жидкого турмалина» с вплетенными в нити микрокристаллами турмалина.

Турмалиновая повязка защищает и восстанавливает глаза, уставшие от стрессов и воздействия магнитных волн, способствует улучшению микроциркуляции, нормализации клеточного обмена веществ, обеспечивая больше кислорода и питания для нежной кожи вокруг глаз.

Оздоравливающий эффект турмалиновой повязки на глаза:

- улучшает систему микроциркуляции области вокруг глаз;
- активизирует глазные нервы;
- снимает напряжение глазных мышц;
- снимает покраснение глаз от усталости при работе за компьютером;
- быстро избавляет от усталости глаз;
- эффективно предотвращает возникновение глазных заболеваний;
- предотвращает появление отеков, темных кругов под глазами и морщин вокруг глаз.

Косметический эффект турмалиновой повязки на глаза:

С возрастом кожа и мышцы человека начинают терять упругость и эластичность, возле глаз появляются морщины. Еще одна причина появления морщин - частое моргание при усталости глаз. Повязка на глаза, улучшая кровообращение возле глаз, обеспечивает здоровое дыхание кожи, благодаря действию турмалина, стимулирует обмен веществ, восстанавливает упругость мышц глазного яблока, дает выраженный косметический эффект.

Показания к применению: для снятия усталости глаз; в комплексе при лечении заболеваний глаз, близорукости у детей и подростков; для снятия утренней отечности глаз; для улучшения косметического эффекта крема для глаз; для снятия головной боли, связанной с напряжением глаз; для быстрого и комфортного засыпания.

Применение турмалиновой повязки на глаза: наложить глазную повязку на область глаз. Время использования повязки 5-10 минут 2 раза в день. Курс применения 3 месяца. Перерыв 1 месяц. Затем курс можно повторить. При бессоннице можно надеть глазную повязку на лобную область головы.

12. ТУРМАЛИНОВЫЕ НАПЯТОЧНИКИ С ЭФФЕКТОМ ВОЗДЕЙСТВИЯ ИНФРАКРАСНОГО ПОЛЯ, (код 215)

Состав: Напяточники с наночастицами веществ, излучающего инфракрасные волны с добавлением порошков турмалина и высококачественного медицинского латекса.

Вещество, излучающее инфракрасные волны являются композицией получаемой из природного минерала. Содержит различные микроэлементы, способные накапливать 4-14 микронной длины волны инфракрасного излучения энергии от солнца, света и человеческого тела. Эта энергия поглощается с человеческим телом, и способствует улучшению микроциркуляции крови и обмену веществ.

Турмалин усиливает лечебный эффект отрицательными ионами, под воздействием собственной энергии и комбинированной энергии колебаний дальней инфракрасной области, проникающей в глубь кожи (около 3-8мм).

Изготовлен из натурального высокого качества латекса. Эффективно удерживает влагу в коже. Держит пятки мягкими долгое время.

Применение: при пересушенной коже ног, огрубелостях, утолщении кутикул, трещинах, кровоточивости, подошвенных мозолях, подагре, пяточных шпорах, усталости и онемии ног.

Использование: вымыть ноги горячей водой перед применением. Надеваются и носятся как обычные носки. В использовании комфортны, мягки, удобны для ходьбы, не скользят, пригодны для стирки.

Эффект от применения:

1. Быстрое облегчение боли и кровоточивости.

2. Для смягчения кутикулы (смягчается уже после 30 минут начала ношения), твердое образование спадает на 3-4-й день.

3. Тяжелым пациентам рекомендуется носить и днем и ночью (они должны мыть ноги и применять др. противовоспалительные препараты) до тех пор, пока проблемы окончательно не уйдут.

4. Легким пациентам следует надевать на 6-8 часов в день для смягчения кожи на пятках. После использования и излечения, рецидивы болезни не возвращаются.

5. Применять при ношении обуви на каблуке, онемение и на холоде.

6. Улучшают кровообращение, обмен веществ, микроциркуляцию крови, снимают усталость.

13. ТУРМАЛИНОВЫЕ СТЕЛЬКИ, (код 222, 224)

Турмалиновые стельки изготавливаются из материала, содержащего турмалин. Их необходимо положить в обувь.

Применяются для профилактики и лечения опорно-двигательного аппарата, убирают боли и костные выросты на стопах, стимулируют кровообращение стопы, улучшают кровообращение в сосудах ног, регулируют внутреннюю секрецию.

Уменьшают боли и усталость в мышцах ног, спины, снимают боли в ногах и суставах лодыжки. Заживляют трещины, язвы на ногах, способствуют избавлению от болей при подагре, обеспечивают чувство комфорта и тепла в ногах, появляется легкость в ногах.

Используются для профилактики болезней суставов и кровеносных сосудов, способствуют нормализации артериального давления, повышают работоспособность, улучшают жизненный тонус, повышается работоспособность, появляется «легкость ног».

Применяются для профилактики грибковых заболеваний, устраняют неприятный запах, благотворно влияют на центральную нервную систему, улучшают функции внутренней секреции.

При использовании турмалиновых стелек происходит восстановление энергетических потоков и усиление слабых сигналов от биологически активных точек, расположенных на стопах, активизируются обменные процессы в организме.

Турмалиновые стельки обеспечивает чувство комфорта и тепла, оказывают лечебное воздействие при контакте с энергетическими каналами и биологически активными точками (БАТ) человека, улучшают проходимость каналов, активизируют обмен веществ, регулируют внутреннюю секрецию, балансируют силы Инь и Ян в организме.

Стельки не промокают, не деформируются, не токсичны, согревают зимой и охлаждают летом, пропускают воздух, можно стирать, дают стопам ощущение комфорта, не раздражают кожу, фильтруют пот.

Срок годности не ограничен. Мыть по мере загрязнения нейтральным моющим средством, сушить желательно на солнце.

14. ТУРМАЛИНОВОЕ МЫЛО, (код 211)

Показания к применению: турмалиновое мыло - турмалиновый скраб очищает кожу, выводит токсины и грязь и др. вредные вещества. Убивает бактерии, чесоточные клещи, чистит кожу, снимает раздражение кожного покрова, устраняет зуд, значительно превосходит любые другие очищающие средства. Разглаживает кожу, улучшает ее структуру и пигментацию, цвет кожи, стимулирует капиллярные трубки, усиливая кровообращение в них, улучшает микроциркуляцию, повышает упругость и эластичность, устраняет потрескивания и пятна на коже.

Турмалиновое мыло-скраб «работает» заряжаясь от теплой воды или тепла человеческого тела, турмалин проявляет свои природные свойства. Повседневное использование мыла-скраба приводит к значительному омоложению кожи, улучшению ее эластичности и упругости.

Мыло-скраб имеет легкий скрабирующий эффект и очищает кожные поры, уменьшая количество мелких морщин и пигментных пятен. Кроме того, регулярное употребление турмалинового мыла усиливает рост ногтей за счет усиления периферического кровообращения. При этом снимается нервное напряжение, стресс, проходит усталость, улучшается сон.

При нагреве от тела турмалин начинает испускать длинноволновое инфракрасное излучение, отрицательные ионы, магнитное поле, которые проникают в глубокие слои кожи, разрушают активные радикалы и другие вредные вещества, активизируют синтез коллагеновых волокон кожи.

В результате создается эффект резонансного поглощения, который способствует расслаблению гладких мышц внутренних органов и сосудов, происходит глубокая активизация энергетических меридианов, активизируется энергетика клеток, расширение сосудов, улучшается кровообращение и лимфообращение, повышается содержание кислорода в крови, регулируется работа нервной системы.

Турмалиновое мыло-скраб уменьшает неприятный запах ног, потливость, легкий зуд, обладает легким противовоспалительным эффектом. Оно может использоваться для устранения усталости и отечности в ногах.

Мыло-скраб можно использовать в течение длительного времени, в зависимости от индивидуальной переносимости.

15. МАГНИТНО-ТИТАНОВОЕ ОЖЕРЕЛЬЕ, (код 212)

Состав ожерелья: более сотни миллионов микрошаров, состоящих из церия, германия, титана, бронзы и железа. Не имеет никаких побочных эффектов для человеческого организма.

Ожерелье используется не только в качестве украшения, оно также является продукцией, сделанной с применением высоких технологий, в частности, технологии «Жидкого титана». Из-за специального заряда, присутствующего у жидкого титана, он способствует облегчению электромагнитного воздействия на организм человека.

Ношение ожерелья позволяет усилить активность железа в крови, особенно у современных людей, проживающих среди различных предметов бытовой техники, мобильных телефонов, СВЧ изделий, радиации и т.д., которые нарушают баланс положительных и отрицательных биологических электрических потоков, что беспокоит нас в виде боли в мышцах и т.д.

Жидкий титан регулирует биологические электрические потоки и улучшает функции движения у человека.

Японские исследователи доказали 8 возможностей титановой продукции: 1. Облегчение боли. 2. Эффективное снятие усталости. 3. Снижение напряженности мышц, защита от спортивных травм. 4. Повышение мышечной активности, улучшение двигательных функций человека. 5. Улучшение рассредоточения кровяных телец, обеспечение улучшенного кровообращения. 6. Повышение качества сна. 7. Улучшение настроения и комфортности организма. 8. Защита от холода, физического воздействия.

Рекомендуется: постоянным пользователям мобильного телефона; работникам интеллектуального труда; лицам, работа которых связана с повышенными физическими нагрузками; офисным сотрудникам с повышенными нагрузками; лицам с ослабленным здоровьем, испытывающим хроническую усталость.

Принцип работы. Вокруг шейного отдела позвоночника расположены секторы «золотых точек», на которые ожерелье оказывает действие магнитными микрошарами класса Т8. На область вокруг шеи и шейный отдел позвоночника воздействует сила тока с переменной частотой, которая оказывает массажный эффект на весь шейно-плечевой отдел и положительное действие - на спинной мозг и артериальное кровообращение в позвоночнике, а также уменьшает давление в болевых точках и точках усталости.

Эффективность применения продукции:

1. Происходит расслабление шеи и плеч, за 15 дней снижается боль от усталости, за 30 дней больные плечи начинают свободней двигаться.

2. Постоянное использование сохраняет легкость движений шеи и плеч, нормализует биологические функции шейных дисков и их положение, поддерживает нормальное состояние шейных позвонков.

3. Нормализует артериальное кровообращение шейного отдела, улучшает кровоснабжение мозга в случаях заболеваний позвоночника.

4. Ожерелье может придавать клеткам ионный заряд, при применении оно улучшает циркуляцию крови и облегчает мышечную напряженность в области ношения.

5. В течение 2-3 дней снимает боли в шейном отделе. Быстро облегчает или устраняет боли и другие негативные симптомы различных заболеваний шейного отдела позвоночника, головную боль, боль в плечах и спине, при повороте головы, боли в руках, онемение пальцев и т.д.

Рекомендуется: при искривлении шейного отдела позвоночника и нарушении осанки, накоплении застойной крови вокруг плеч, боли от хронической усталости, болях и сгорбленности в шейном отделе позвоночника.

Способ применения:

Носить на шее, запястьях, щиколотках, два соединенных ожерелья на талии. Одновременно можно носить несколько ожерелий для усиления эффекта.

Срок службы: срок службы материалов 20 лет.

Примечания:

1. В случаях тяжелого остеохондроза рекомендуется носить два и более ожерелий для достижения лучшего терапевтического эффекта.
2. Намокание под водой не повлияет на эффективность ожерелья.
3. Чтобы продлить срок службы ожерелья, не рекомендуется многократно мыть его водой, при необходимости можно использовать мягкое моющее средство.
4. Для достижения лучшего эффекта рекомендуется носить ожерелье постоянно.
5. Постоянное движение шейного отдела позвоночника улучшает эффект ношения ожерелья.
6. Положительный эффект в случае тяжёлого остеохондроза позвоночника будет проявляться постепенно.

Глава 2.5. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРИБОРЫ И АППАРАТЫ

1. «БЫТОВОЙ ОЗОНАТОР», («ВТ-088Т»)

Активный кислород и его воздействие (основа действия прибора).

1. Активный кислород (озон) имеет молекулярную формулу O_3. Озон – аллотропная модификация кислорода. Молекула озона содержит на 1 атом кислорода больше, чем молекула кислорода. На высоте 15-50 километров в пределах стратосферы располагается тонкий защитный слой, поглощающий вредное ультрафиолетовое излучение и защищающий все живое на Земле. Это и есть озоновый слой, настоящий дар природы. Он играет роль огромного защитного зонта для всех биосистем на Земле.

2. Озон – вещество, обладающее очень высокой окислительной способностью. Он обладает бактерицидным эффектом, причем это

свойство растворенного в воде озона еще мощнее. После очистки воды, пищевых продуктов или столовых приборов озоном вредных веществ не остается. Это и есть преимущество озона перед всеми дезинфицирующими средствами, всегда оставляющими после себя следы.

3. Озон, обладая сильным окислительным свойством, способен удалить вредные газообразные вещества (CO, NO, SO2 и др.). Растворенный в воде озон эффективно расщепляет ионы металла, цианиды, соединения серы, дихлорфос (ДДВФ), диметоат, метамидофос, малатион и другие ядохимикаты. Озон - активное газообразное вещество, которое быстро распадается на молекулу кислорода (O2) и атом кислорода (O). Атом кислорода – это мощный окислитель.

Озон, разрушая оболочки микроорганизмов, уничтожает бактерии, вирусы, бациллы, плесень и др. Атом кислорода проявляет особую активность в отношении золотистого стафилококка, кишечных палочек и стрептококка, убивает вирусы гепатитов различных форм, вирусы гриппа, бациллы ботулизма и т.д.

Растворенный озон может приводить к 2 видам реакций: в первом случае происходит непосредственное взаимодействие микроорганизмов с озоном, а во втором – непрямое взаимодействие с гидроксильным радикалом (-OH). Так как гидроксильный радикал (-OH) является одним из самых сильных окислителей в мире, растворенный озон обладает колоссальной скоростью уничтожения бактерий. Результаты исследований показали, что скорость уничтожения бактерий озона, растворенного в воде, в 600 - 3000 раз выше, чем газообразного хлора.

Растворимость озона в воде приблизительно в 10 - 15 раз выше, чем у кислорода.

ЭФФЕКТЫ:

1. Бактерицидный эффект: на 99.9% убивает вредные микробы, находящиеся в воздухе и воде; на 100% убивает кишечную палочку; на 95.5% справляется со стафилококком и на 99.9% устраняет золотистых и белых стафилококков.

Уникальные функции прибора:

1. Активный кислород способен удалить остатки пестицидов, химических удобрений, стимуляторов роста, микробы и бактерии с фруктов и овощей даже без термообработки. При этом сохраняются все полезные свойства овощей и фруктов.

Когда прибор вырабатывает озон, появляются отрицательно заряженные ионы, которые при воздействии на фрукты и овощи продлевают срок хранения продуктов. Озон уничтожает бактерии, вызывающие процесс разложения пищи, а также продукты метаболизма, появившиеся во время хранения овощей и фруктов, что обеспечивает двойную защиту качества продуктов питания. Озон эффективно удаляет спирты, альдегиды, ароматизаторы и т.д.

2. Вода – главное звено в распространении вирусов. Вода, протекая через многокилометровые трубы, сильно загрязняется. Кроме того, вода,

обработанная хлором, содержит хлороформ и органические соединения, включающие в свой состав галогены, что также может нанести серьезный вред здоровью.

Вода, очищенная с помощью озона, не имеет вышеперечисленных вредных свойств и абсолютно безопасна для здоровья. Растворенный в воде озон не только способен уничтожить микробы и другие микроорганизмы, но и удаляет токсичные органические соединения, решая тем самым проблему распространения заболеваний через воду. Обработка воды активным кислородом полностью устраняет остатки хлора, бактерии, аммиачный азот, тяжелые металлы и другие неорганические соединения, а также повышает содержание кислорода в воде.

3. Бактерии и вирусы могут распространяться и через столовые приборы, кухонные принадлежности, детские игрушки, белье и другие предметы. Обработка их озоном уничтожит все вредные бактерии, устранит их рост и обеспечит чистоту.

4. Применение активного кислорода в аквариуме для рыб поможет устранить вирусы, бактерии, загрязнения, а также предотвратить разложение корма для рыб. Ежедневное использование озона в течение 5 минут уничтожит паразиты рыб и бактерии, вызывающие различные болезни (гниение хвоста, красные пятна, выпадение чешуи). Кроме того, это уменьшит необходимость часто менять воду.

Дополнительные функции прибора:

В природе неприятные запахи в основном вызывают такие вещества, как аммиак, сероводород, метантиол и другие. Озон окисляет эти вещества, превращает их в неядовитые соединения, не имеющие неприятных запахов.

1. Применение озонатора в офисе, конференц-зале и дома. Активный кислород удаляет токсические химические вещества, образующиеся в результате ремонтных работ, запах сигаретного дыма, предотвращает распространение вирусов, устраняет неприятные запахи и предупреждает появление паразитов.

Озон эффективно удаляет раздражающий запах масляной краски и такие вредные вещества, как формальдегид и толуол, которые присутствуют в только что отремонтированных помещениях и исходят от новой мебели. Благодаря этому поддерживается состояние здоровье и уменьшается вероятность появления аллергических реакций.

2. Применение в барах, парикмахерских салонах, ресторанах, больницах, больничных палатах и санаториях. Прибор очищает воздух, удаляет табачный дым, убивает бактерии и микробы, уменьшает распространение вирусов, удаляет запахи лекарственных препаратов и неприятные запахи в больничных палатах, насыщает воздух в закрытых помещениях кислородом и способствует, таким образом, улучшению работы нервной системы.

3. Применение на кухне. Озон расщепляет природный газ и образованные в результате его горения угарный газ и другие вредные вещества,

нейтрализует неприятные запахи в холодильнике, кухонных шкафах, удаляет такие вредные вещества, как толуол, спирт, оксид серы, диоксид серы и другие.

4. Применение в зоомагазинах. Устранение неприятных запахов от мусорных отходов. Активный кислород нейтрализует запахи животных и продуктов их жизнедеятельности, предотвращает появление блох, убивает бактерии, микробы и вирусы (например, вирус гриппа). Регулярное применение прибора в местах хранения мусора улучшит качество воздуха, сократит численность тараканов, мух и комаров.

5. Применение в целях устранения неприятных запахов в холодильнике. Температура в пределах 0—10 градусов является идеальной средой для размножения устойчивых к холоду бактерий. По этой причине в холодильнике развиваются бактерии и появляются неприятные запахи. Если протереть холодильник водой с растворенным озоном или же воспользоваться прибором, все микробы и бактерии будут уничтожены, а неприятные запахи нейтрализованы.

Принцип работы. В работе озонатора используется природный механизм получения озона после разряда молнии. Воздух втягивается через отверстие в нижней части *озонатора воздуха в блок генератора* и обрабатывается высокочастотным и высоковольтным разрядом. Получаемый озон высокой концентрации используется для дезинфекции и устранения микробов.

Исследования показали, что после 15-ти минутной обработки воздуха озоном, находящиеся в нём вредные микроорганизмы полностью погибают.

Воздействие на вирусы. Озон на 100% эффективен против вируса гепатита и вируса PVI, на 99% - против вируса гриппа.

Воздействие на грибки. Озон на 100% уничтожает различные виды плесени. Растворённый в воде озон на 100% справляется с чёрной плесенью и дрожжевыми грибками.

Озонатор используется для: дезинфекции; дезодорации; обработки пищевых продуктов (мясо, рыба, овощи, фрукты, яйца); очистки и озонации воздуха; отбеливания белья и придания ему цветности; устранения хлора; изготовления минеральной воды; устранения перхоти; обработки полости рта; избавления от угрей; ухода за домашними животными; ухода за аквариумом; оздоровления желудочно-кишечного тракта; устранения грибковых заболеваний.

Способы применения:

1. Очищение фруктов и овощей от пестицидов, поддержание свежести фруктов. Включите прибор. Фрукты и овощи (не более 5 кг) положите в контейнер, затем поместите шарообразную насадку на дно контейнера и заполните его водой. Во время работы прибора (3-10 мин) удаляются остатки пестицидов. Данный метод не предполагает использования высокой температуры, тем самым поддерживает свежесть фруктов и овощей и их качественную очистку.

2. Удаление токсических веществ из мяса. Включите прибор. Мясо (не более 5 кг) положите в контейнер, затем поместите шарообразную насадку на дно контейнера и заполните его водой. Во время работы прибора (10-20 мин) удаляются токсические вещества из мяса, что придает ему мягкость, нежность и хороший вкус.

3. Стерилизация и очистка столовой посуды, детских игрушек, полотенец, одежды. Вещи положите в контейнер, затем поместите шарообразную насадку на дно контейнера и заполните его водой. Во время работы прибора (10-20 мин.) добавьте каплю моющего средства для очистки вещей. После процедуры они будут выглядеть как новые. Вы также можете поместить в контейнер с водой детские нагрудники, стоматологические принадлежности и другие вещи для их дезинфекции.

4. Стерилизация и защита от кожных заболеваний. Безопасно и эффективно мытье рук озонированной водой. Часто, используя озонированную воду для ножных ванн, можно предотвратить развитие грибковых инфекций и эпидермофитию стопы. Промывая озонированной водой область кожи, инфицированную грибковой инфекцией, можно достичь хороших результатов.

5. Дезинфекция в помещении: дезинфекция и очищение воздуха в помещении, устранение вредных газов и примесей. Во время работы прибора двери и окна помещения должны быть закрыты, люди не должны находиться в помещении. Процесс обработки составляет около 30 минут. По истечении 15 минут после прекращения работы прибора можно входить в помещение.

6. Уничтожение вредных бактерий, увеличение содержания кислорода и предотвращение заболеваний в аквариуме. Поместите шарообразную насадку в аквариум. Молекулы озона в воде освобождают кислород, убивают вредные бактерии, оксидируют примеси и предотвращают разложения остатков корма для рыбок. Достаточно 5 минут в день обрабатывать воду с помощью прибора, и это предотвратит холодноводную болезнь рыб, эритермы и другие заболевания кожи и чешуек рыб.

7. Очищение воды. Поместите насадку шарообразной формы в воду, нуждающуюся в очистке (не более 20 л) примерно на 10 минут. Прибор удаляет остатки хлора, микробы, окись железа, марганец, а также неорганические вещества, обогащает воду кислородом. Если вода используется для питья, необходимо после остановки прибора подождать 20 минут, чтобы O_3 в воде поменялся на O_2.

Волшебная сила ванн из озонированной воды. Купание в озонированной воде способствует не только релаксации, но и очищению тела от грязи, микробов, бактерий и неприятного запаха.

С помощью озонированной воды можно вылечить многие хронические заболевания, улучшить кровообращение, работу дыхательных путей, состояние кожи, работу желез внутренней секреции, нервной, иммунной, пищеварительной и мочеиспускательной систем.

Купание в озонированной воде противодействует развитию опухолей, улучшает обмен веществ, препятствует старению организма.

Меры предосторожности

1. Во время действия прибора выделяется небольшое количество озона. В воздухе появляется слабый специфический запах. Выделяемое количество озона в воздухе не причиняет вреда здоровью человека.

2. Во время работы прибора убедитесь, что контейнер с водой располагается ниже, чем прибор, так как попадание воды из контейнера в прибор может привести к неисправности прибора. Убедитесь, что отверстие выхода озона не засорено.

3. Тепловой эффект реакции при сгорании в атмосфере озона выше в 2-3 раза, чем при сгорании в атмосфере кислорода. Держите прибор подальше от нагревательных источников и легковоспламеняющихся средств во избежание пожара.

4. Для очистки разнообразных продуктов поместите насадку с трубкой в контейнер с водой. Контейнер должен быть сделан из стекла, фарфора или пластика. Запрещено использовать медные, железные и алюминиевые контейнеры.

5. Во время работы прибора в качестве очистителя воздуха двери и окна в помещении должны быть закрыты, люди не должны находиться в помещении.

6. Озон – неустойчивый газ. Период полураспада ускоряется в случае, если повышается температура и уровень влажности. Поэтому, когда мы озонируем воду, температура не должна превышать 60° С. Во время работы прибора убедитесь, что контейнер с водой располагается ниже, чем прибор.

7. Благодаря запаху озона можно определить исправность прибора. Один из методов состоит в следующем: добавьте каплю синих чернил (не углеродных черных) в чашку и поместите в ту же чашку шарообразную насадку. Подождите 4 минуты. Если цвет потускнеет – прибор работает исправно. В противном случае следует устранить поломку.

2. СУПЕРМАССАЖОР «ИДЕАЛЬНАЯ КОЖА», (MAGNETIC SUPERSONIK FACIAL APPLIANCE)

Компактный ультразвуковой массажер для ухода за лицом и телом: лечение проблемной кожи, удаление морщин, растяжек, пигментных пятен, веснушек.

В основу прибора положен принцип ультразвукового микромассажа, который в течение многих лет применялся только в профессиональных косметических аппаратах.

Под действием ультразвука происходит микромассаж тканей на клеточном и субклеточном уровне, что приводит, к активизации лимфо- и кровообращения ускорению процессов регенерации поврежденных тканей, удалению отеков (лимфодренаж).

При этом увеличивается проницаемость клеточных мембран, что приводит к ускорению биохимических реакций в клетках, и ускорению обменных процессов в тканях, удалению прыщей и угревой сыпи.

Массажером «Идеальная кожа» можно пользоваться как в условиях косметического салона для профессиональных программ, так и в домашних условиях.

Ультразвуковые волны, создаваемые прибором, подобно миллионам маленьких насосов, бережно проталкивают каждую активную молекулу в глубинные слои кожи, при этом эффективность косметического средства возрастает в десятки раз!

Уход за лицом:

- повышение эластичности кожи, разглаживание морщин;
- лечение прыщей и угревой сыпи, воспалительных инфильтратов;
- нормализация работы сальных желез;
- улучшение цвета лица, осветление пигментных пятен и веснушек;
- улучшение проникновения и воздействия косметических средств.

Уход за телом: эффективное лечение всех стадий целлюлита и разрушение подкожной жировой прослойки; улучшение обмена веществ в клетках кожи и поверхностных мышцах, повышение общего тонуса мышц; введение методом фонофореза антицеллюлитных и косметических препаратов; удаление рубцов и растяжек.

Функциональные возможности массажера очень велики. Различные сочетания ультразвукового микромассажа, воздействия сухим теплом и магнитным полем позволяют составлять оптимальные индивидуальные программы, решающие широкий круг косметических проблем.

Область применения этого миниатюрного массажера не ограничивается только косметическими процедурами, массажер может выполнять также и лечебные процедуры, заменяя или дополняя посещения кабинетов физиотерапии.

Массажер отличает простота управления, безопасность и удобство применения, а компактная изящна форма корпуса доставит Вам эстетическое удоволь ствие.

Косметический аппарат сочетает оригинальную методику эффективного ультразвукового микромассажа на частоте 3 МГц с мягким инфракрасным излучением.

Аппарат рекомендуется в основном дл коррекции возрастных изменений кожи и позволи Вам осуществить в домашних условиях высокопрофессиональный уход за кожей с признаками увядания.

Регулярное выполнение простых и не занимающих много времени процедур позволит Вам многократно повысить упругость кожи, восстановит эластичность и тургор, характерные для молодой кожи, улучшить цвет лица и разгладить морщины.

Помимо лифтинга и увлажнения аппарат дает возможность выровнять поверхность кожи, разгладит рубцы, воспалительные инфильтраты и постакне, поэтому им могут пользоваться и молодые члены Вашей семьи.

3. МАССАЖНЫЙ ПРИБОР «СУПЕРМАССАЖЕР»

ПРИНЦИП РАБОТЫ. Массажер обеспечивает работу в трех режимах с различными типами воздействия. Включение необходимого режима осуществляется с помощью переключателя, расположенного на боковой стороне массажера.

Режим I. Ультразвук и постоянное магнитное поле.

Режим II. Ультразвук, постоянное магнитное поле и тепловое воздействие + LED

Режим III . Переменное магнитное поле и массаж + LED

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ. Напряжение питания DC 4.5 В. Ток потребления не более 450 мА. Мощность нагревателя 2 Вт. Диапазон рабочих температур +15...35°С. Допустимая влажность не более 90%. Вес (без сетевого адаптера) 100 г

Это микрокомпьютерный прибор, который воссоединил в себе последние достижения Hi-Tech технологии (электронной и компьютерной) и традиционной китайской медицины.

Новейший аппарат выполняет 6 видов классического китайского массажа, включив в себя 4 компьютерные программы.

Особенность прибора состоит в том, что его создателям удалось подобрать низкочастотный эквивалент воздействия на аккупунктурные точки (АТ) сразу для 6 методик: от иглоукалывания и прижигания (чжэнь-цзю), различных видов массажа (ань-мо, туй-на и т. п.) и вплоть до весьма редкого, но подчас необходимого «скобления монетой» (гуаша). Кроме того, в этой модели добавлен специальный режим (программа) «понижение кровяного давления», действующий через электроды-клипсы.

Прибор работает на биоэнергоинформационном уровне, оказывает оздоравливающее воздействие при гипертонии, ревматизме, артрите, остеохондрозе, заболеваниях опорно-двигательного аппарата, невралгии, половой слабости, простатите, и т. д., имеет прекрасный обезболивающий эффект.

Главная задача аппарата — лечение не самой болезни, а первопричины возникновения болезни. Воздействия импульсов низкой частоты на биологически активные точки, очищаются энергетические каналы, регулируется баланс энергий «Инь» и «Ян».

В результате восстанавливаются функции поврежденных органов, повышается иммунитет и сопротивляемость организма к отрицательным внешним воздействием, восстанавливается аура человека.

Воздействуя импульсом низкой частоты на клетки, снижается частота мутированных - раковых клеток, останавливается ее рост, а затем приводит к уничтожению.

Аппарат: позволяет улучшить обмен веществ; укрепляет иммунную систему; позволяет стимулировать местную микроциркуляцию крови; способствует выведению веществ, вызывающих воспаление; предо-

твращает сращивание тканей мышечных волокон, рассасывание гематом, рубцов, спаек; снимает боль; нормализует сон.

Применяется для коррекции заболеваний: системы кровообращения; органов дыхания; пищеварения; желчных путей; мочеполовых органов; эндокринной системы и обмена веществ; суставов и мышц; нервной системы; неврозов.

Аппарат эффективен при болезнях опорно-двигательного аппарата (остеохондрозах и т. д.). Важен при восстановлении двигательных функций после инсультов и атрофии мышц (лежачие больные).

Комплект поставки: Аппарат — 1 шт. Коробочка для хранения аппарата — 1 шт. Батарейки — 3 шт. Лапки + проводки — 2 шт. Инструкция на русском языке — 1 шт. Клипсы-1 пара.

4. «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ»

Знать о том, беременны Вы или нет, хочется как можно раньше. Для того, чтобы диагностировать беременность на самых ранних сроках, можно воспользоваться тестом на беременность.

Такой тест можно использовать в домашних условиях, что очень удобно. Тест на беременность реагирует на наличие в организме женщины хорионического гонадотропина. Этот гормон появляется в организме женщины уже с первых дней беременности, он постепенно накапливается и достигает уровня, когда тест может на него реагировать, этот момент наступает уже в первые дни задержки менструации.

Способ применения:

1. Извлеките тест из защитного пакета, снимите колпачок.

2. Держа струйный тест за ручку, снимите колпачок с наконечника для забора пробы, и поместите наконечник для забора пробы непосредственно под струю мочи как минимум на 10 секунд, так, чтобы он был полностью мокрым. Если Вы хотите, вы можете помочиться в сухую и чистую емкость, после этого опустить наконечник для забора пробы теста в мочу как минимум на 10 секунд. *Примечание:* не мочитесь на Тестовое Окно.

После извлечения струйного теста из струи мочи немедленно наденьте колпачок на наконечник для забора пробы, положите струйный тест на ровную поверхность так, чтобы тестовое и контрольное окна были на поверхности, и засеките время (40 секунд).

Как только тест начнет работать, Вы, возможно, заметите светло-красное окрашивание Тестового Окна. В зависимости от концентрации хорионического гонадотропина, положительный результат может быть заметен уже через 40 секунд. Однако, для подтверждения отрицательного или положительного результата, необходимо подождать 5 минут до полного завершения реакции. Не читайте результат после 30 минут.

Пояснение результата Результат теста должен быть обязательно прочитан в течение 30 минут. После этого периода точность результата тестирования сомнительна. Сосчитайте линии.

ВАЖНО: появляющиеся 2 линии могут различаться по толщине и интенсивности. В частности, в начале беременности одна линия может быть очень тонкой и слабоокрашенной из-за низкого уровня хорионического гонадотропина.

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ «ВЫ БЕРЕМЕННЫ»: по одной красной линии в зонах Т и С (даже если одна из линий тоньше и ярче по цвету другой).

ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ «ВЫ НЕ БЕРЕМЕННЫ»: одна красная линия в зоне С.

НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫЙ: одна красная линия в зоне Т или ни одной видимой линии (окно полностью белое) означает, что тест недействителен. Контрольная линия не появляется - недостаточный объем пробы или неверная техника проведения - наиболее вероятные причины отсутствия контрольной линии. Снова перечитайте процедуру и повторите тестирование, используя новый тест.

ПРИМЕЧАНИЕ: Интенсивность красного цвета тестовой линии будет варьироваться в зависимости от концентрации хорионического гонадотропина в пробе. Однако, данный тест не определяет количественное значение или величину подъема хорионического гонадотропина.

ЧАСТЬ 3. КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Глава 3.1. ПРОГРАММА «ЗДОРОВОЕ СЕРДЦЕ»

Сердце управляет сердечно - сосудистой системой и функциями кровообращения.

Сердце служит обителью Духа, выражается посредством оттенков голоса и выражения сияющих глаз. Подобно коре головного мозга сердце отвечает за способность мыслить, а также за восприятие, ощущения, речь, общение и память.

Большая работа сердца возможна при тесном содружестве с тонким кишечником. Тонкий кишечник помогает сердцу, очищая и направляя жидкости и вещества в кровь, а твердую часть пищи в толстый кишечник, т.е. он осуществляет отвод от сердца ненужных (патологических) веществ, тем самым, защищая Дух.

«Сердце открывается в язык». Действительно сигнальная точка сердца находится на кончике языка, а также на наружном ухе и внутренних уголках глаз. Первую помощь при сердечном приступе можно оказать при помощи воздействия на эти точки. *Ушную раковину необходимо массировать до болевого эффекта, сжимая и прокручивая ухо у основания. Затем большими пальцами, активными движениями массировать внутренние уголки глаз.*

Связь между сердцем и тонким кишечником очень тесная. Сердце относится к плотному органу, а тонкая кишка к полому органу, который находится в непосредственном подчинении у сердца и обеспечивает его функциональную деятельность. *Если начать профилактику, не дожидаясь проблем с сердцем, необходимо регулярно очищать тонкий кишечник.*

Сердце, *обновляться 4 раза в год, т.е. каждые 3 месяца* - по сезонам.

Из календаря питания сердце, как и любой другой орган, нуждается в определенном вкусе и для подпитки сердечной мышцы необходим горький вкус. *Горький вкус - солнце - начало жизни.*

Не набрал организм горечи - будут проблемы со здоровьем:

- слабая иммунная система — простуды;
- старые, забитые сосуды (сосуды обновляются в течение 80 дней);
- переполненный тонкий кишечник - недостаточно поступает питания сердечной мышце - аритмия - ишемия - инфаркт.

Это цепь, сценарий последовательных событий.

Из этой цепи видно, что проблемы с сердцем - следствие, но не причина. Причиной является незнание Законов, по которым живет ваше тело.

Соблюдение основных составляющих программы корпорации «999», могут, предотвратит причины и проблем с сердцем не будет.

Больные после инфарктов, пройдя программу, парятся в бане, купаются в холодной воде, живут полноценной жизнью и не знают что такое отдышка.

Признаки «поражения» канала сердца:

- боль в области сердца, в подложечной области;
- сердцебиение и одышка при физической нагрузке;
- беспокойство, раздражительность, бессонница, головная боль;
- гиперемия лица или побледнение;
- чувство нехватки воздуха;
- ощущение жара, сменяющееся чувством холода в области ладоней и стоп;
- повышенная возбудимость, печаль, страх, тоска.

Физические симптомы при нарушении работы сердца. На появление проблемы первым укажет изменение частоты сердечных сокращений — вы можете это легко проверить, измерив пульс. Почувствовать сердцебиение можно, как правило, только тогда, когда вы сами ощущаете, что сердце бьется как-то непривычно, как будто не попадает в свой ритм. Это может быть внеочередной сердечный импульс (экстрасистолия) или нарушение частоты сердцебиения (аритмия).

Кончик языка, как правило, заблаговременно предупреждает о возможной проблеме с сердцем. Утренний налет на языке и проявления во рту в виде скопления слизи говорит о проблемах тонкой кишки, что является предвестником проблем с сердцем.

Признаки на лице. На лице есть несколько зон, которые указывают на сердечно-сосудистые нарушения. У человека в состоянии глубокой скорби на лице появляются прямые носогубные складки, спускающиеся от крыльев носа до рта (возможно, только с одной стороны).

На верхних веках с внешней стороны часто можно заметить отеки. На внутренней стороне левого века могут быть ксантелазмы (жировые отложения).

Если над глазом по диагонали нависает кожа верхнего века, придавая глазу усталый и печальный вид, то у человека ослаблена работа сердца.

Физические симптомы при сосудистых нарушениях. Наиболее частые изменения в кровеносных сосудах — это варикозное расширение вен и появление сосудистых «звездочек», которые чаще можно увидеть на ногах. «Звездочки» — это скопления мелких сосудов, которые появляются в виде небольших пятнышек. Появляется тяжесть в ногах, особенно при длительном стоянии.

3.1.1. ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА, СЕРДЕЧНОЙ СЛАБОСТИ И ГИПЕРТОНИИ

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА (ИБС). Под названием ИБС объединена группа заболеваний, причиной которых является уменьшение или полное прекращение кровоснабжения сердечной мышцы.

В результате возникает кислородное голодание отдельных участков миокарда (ишемия).

Наиболее часто ишемическая болезнь сердца осложняется стенокардией, инфарктом миокарда и является следствием атеросклероза коронарных сосудов.

Обобщенный опыт многолетних исследований позволяет на современном этапе выделить следующие алиментарные факторы риска развития ИБС:

1. Потребление пищи с избыточным содержанием животного белка и насыщенного жира.
2. Низкое соотношение в рационе питания полиненасыщенных жирных кислот к насыщенным и высокое содержание легкоусвояемых углеводов, повышающих содержание триглицеридов в крови.
3. Недостаточное поступление в организм растворимых пищевых волокон (клетчатки), обладающих гипохолистеринемическим эффектом.
4. Дефицит антиоксидантов, в т.ч. витаминов (А, Е, С) и минералов (цинк, селен).
5. Потребление высококалорийной пищи, приводящее к развитию избыточной массы тела и ожирению.

К факторам, которые предрасполагают к ишемической болезни сердца и способствуют ее развитию, относят: малоподвижный образ жизни; стрессы, курение, алкоголизм; артериальная гипертония; нарушения обмена электролитов; гипотиреоз; сахарный диабет.

Мужчины болеют ИБС значительно чаще, чем женщины.

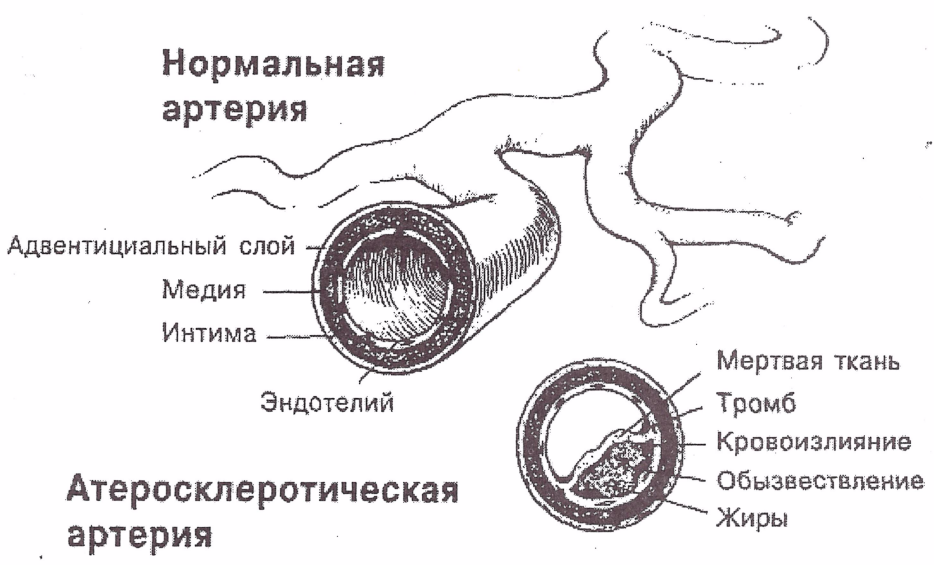


Рис. 1. Атеросклеротический процесс в сосудах сердца, приводящий к стенокардии и инфаркту

СЕРДЕЧНАЯ СЛАБОСТЬ. (Хроническая сердечная недостаточность) — кардиально обусловленное нарушение (насосной) функции с соответствующими симптомами, заключающиеся в неспособности системы кровообращения доставлять органам и тканям необходимое количество крови для их нормального функционирования.

Нарушения кровообращения могут быть вызваны изменениями функции сердца, сосудов, а также реологических свойств текущей по ним крови.

При возникновении препятствий для кровотока уменьшается доставка энергетических и пластических материалов в ткани, а продукты обмена веществ накапливаются в них.

Кровь при сердечной слабости течет медленнее, так что из нее забирается больше кислорода. Из-за этого возникает посинение губ, пальцев конечностей. Поскольку слабое сердце качает меньше крови, чем здоровое, то кровь застаивается в легких, что приводит к одышке, кашлю от раздражения дыхательных путей, а в тяжелых случаях, к отеку легких.

При дальнейшем развитии болезни кровь застаивается и в большом круге кровообращения, что вызывает опухание ног.

Сердечная слабость на 90% является следствием заболевания венечных сосудов сердца (стенокардия), высокого кровяного давления (гипертония) и сердечных пороков сердца.

ГИПЕРТЕНЗИЯ (ПОВЫШЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ). Принято считать, что взрослый человек страдает гипертензией, если при трех последовательных измерениях его «верхнее» давление выше 160, а «нижнее» — выше 90 мм ртутного столба.

Как самостоятельное заболевание развивается вследствие нарушения деятельности сосудорегулирующих центров, что приводит в дальнейшем к изменениям деятельности сердца, почек, центральной нервной системы.

Основной симптом этого заболевания - повышение артериального давления.

Различают три стадии заболевания.

I стадия - без поражения органов; артериальное давление колеблется от *160/95 до 179/104* мм рт. ст.

II стадия - возникают изменения со стороны сердца, функции почек, глазного дна; артериальное давление в пределах *180/105 - 200/114* мм. рт. ст.

III стадия - выраженное поражение сердца (инфаркт миокарда), головного мозга (тромбозы сосудов), почек (нефроангиосклероз); артериальное давление очень высокое *201/115-300/129* мм. рт. ст.

Симптомы. Гипертензия может вызывать головные боли, расстройства зрения и т. п. Но обычно болезнь все-таки молчит, обнаруживает ее только врач при очередном осмотре. Для подтверждения диагноза необходимо произвести 3—4 измерения давления в разное время.

Причины. Частые случаи гипертензии возникают вследствие точно установленных причин: опухолей надпочечников, серьезных поражений почек. Ряд случаев гипертензии «первично», то есть не имеет причин и связано с выработкой гормонов и других содержащихся в крови веществ (фермента ренина, полипептида ангиотензина и др.). Не следует пренебрегать и психологическим фактором.

Предрасполагают к развитию гипертонической болезни стрессы, курение, адинамия, избыточный вес, нарушение функции эндокринной системы, болезни почек, пожилой возраст, наследственность, избыток животного белка, соли в пище.

Основными эффектами программы являются:

- антисклеротический и кардиопротекторный эффекты, заключающийся в торможении окисления жирных кислот и предотвращении накопления недоокисленных продуктов внутри клетки;
- коррекции метаболизма ишемизированных клетках сердечной и мозговой ткани;
- нейропротекторный эффект - стимулирующее действие на деление, рост и восстановление нервных клеток;
- антиагрегационные свойства - снижение свертываемости крови, повышение микроциркуляции тканей;
- иммунномодулирующий эффект, повышение сопротивляемости организма.

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ПРОГРАММЫ:

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ

1. 85-90 % — пища растительного происхождения;
   а) 50 % — зеленые коктейли, овощи, корнеплоды, морковь, батат и свеклу; морские водоросли;
   б) 30 % — неочищенные зерновые, коричневый рис, гречка, бобовые: соя, фасоль обыкновенная, нут, чечевица, фасоль пинто, голубиный горох, черные, белые и розовые бобы;
   в) 5-10 % — фрукты, семечки и орехи;
   г) проростки;
   д) специи: кумин, шафран, куркума, имбирь, фенхель, шамбала, мускатный орех, кардамон, корица.
2. 10-15 % — белки:
   а) любая рыба, но лучше малого размера (из-за риска содержания ртути);
   б) соевое молоко, соевый сыр, рисовое молоко, миндальное молоко.
3. Растительные масла холодного отжима 5-6 столовых ложек в день (миндальное, кунжутное, конопляное, оливковое, красной пальмы «Злата пальма».
4. Свежеотжатые соки (их необходимо «жевать», т.е. употреблять медленно, как твердую пищу для перемешивания с пищеварительными соками).
5. Травяные и зеленые чаи.

Обратить внимание: *Травы:* крапива двудомная, лен посевной, полынь обыкновенная, просвирник лесной, рябина обыкновенная, сельдерей пахучий, тысячелистник обыкновенный, шалфей лекарственный, шиповник коричный.

Фрукты, ягоды, орехи: арбуз, груша, грейпфрут, апельсин, мандарин, лимон, слива, грецкий орех, яблоня домашняя, гранат, киви.

Овощи, зелень, злаки: морская капуста, гречиха, кукуруза, овес, соевая мука, морковь, белокочанная капуста, брокколи, кабачок, помидор, огурец, баклажан, тыква, редька, петрушка, кинза, укроп, сельдерей, фасоль.

Семена: укроп, лен.

Ежедневно употребляйте: 1 литр зеленых коктейлей; свежие фрукты (2 яблока) и овощи (салат из свежей капусты, зелени, моркови и др.); 5-10 грецких орехов или миндаль, горсть сырых тыквенных семечек; 5-6 столовые ложки кедрового, льняного масла, красного пальмового или тыквенного масла (для женщин, дополнительно - 1 ч.л. масла примулы вечерней, для мужчин – облепиховое масло); 1 столовую ложку размолотого зерна (льняное, конопляное, овсяное) на 1 стакан кипятка, запарить с вечера, утром выпить после еды.

ОСОБЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

1). Прекращайте употреблять пищу за 4-5 часов до сна (16.00-17.00).

2). Пережевывайте каждую отправленную в рот порцию пищи 25-30 раз (твердую еду необходимо «пить», т.е. делать ее жидкой во рту для обработки пищеварительными соками).

3). Не ешьте между трапезами, за исключением зеленых коктейлей, овощей и фруктов. Если на голодный желудок никак не заснуть, можно съесть немного фруктов за час до сна, потому что они быстро переварятся.

4). Пейте соки за полчаса-час до еды или через 2 часа после еды.

5). Ешьте цельные, неочищенные крупы.

6). Употребляйте больше сырой или слегка бланшированной (на пару) пищи. Помните: нагрев свыше 48 °С разрушает энзимы.

7). Не употребляйте окисленную еду (например, фрукты, которые начали коричневеть или плесневеть).

8). Ешьте ферментированные, прошедшие процесс брожения продукты (кислая капуста, огурцы и др).

9). Отправляйтесь спать всегда в одно и то же время (22.00-22.30), выделив для спокойного сна 7-8 часов.

2. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ», (безбелковое и безжировое питание один раз в неделю).

3. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды, в течение дня выпивать еще 4-6 стаканов воды. Использование озонатора для структурирования воды.

5. ПРОГРАММА «ДЕТОКС» - прием касторового масла из расчета 1 мл на 1 кг веса 1 раз в 10 дней (весной и осенью).

Использование озонатора для структурирования воды и детоксикации пищевых продуктов (зелень, рыба, злаки, овощи и фрукты)

6. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

7. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: шапка, накладка на глаза, напульсники.

8. ВОЗДЕЙСТВИЕ НА БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ТОЧКИ С ПОМОЩЬЮ МАССАЖНОГО ПРИБОРА «СУПЕРМАССАЖЕР».

Воздействие проводится с помощью пальцевого массажа или аппаратом на выбранные или все указанные точки – 1-3 минуты на точку – ежедневно утром и/или вечером в течение 2-х недель - перерыв 1 месяц и воздействие повторить.

1). UB 40 Weizhong (Вэй-чжун). Расположение точки: в центре подколенной ямки. Воздействовать в течение 2—3 минут.

2). Yintang (Инь-тан). Расположение: на середине расстояния между внутренними краями бровей. Воздействовать в течение 3—4 минут.

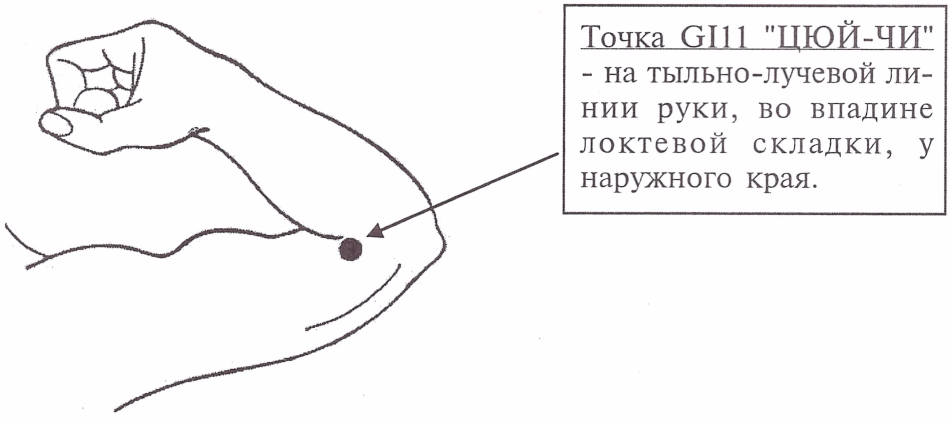


Рис. 2.

3). На внешней стороне локтевого сгиба (рис 2. Точка GI11 «ЦЮЙ-ЧИ»).

4). У основания промежутка между большим и вторым пальцами ноги (рис. 3).



Рис. 3.

Как воздействовать на точки. Так как мы имеем дело с хроническим заболеванием, необходима: повторяющаяся стимуляция: массировать точки следует в течение 5 минут два раза в день.

9. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап — *очищение кишечника, желчного пузыря, сосудов, антиоксиданты, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

7. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в3 дня.

Курсовая доза — 2 недели.

Второй этап — *восстановление нарушенного обмена жиров, регуляция процессов перекисного окисления липидов, восполнение антиоксидантов, микроэлементов, витаминов.*

1. «ЛУНДАН» - (ДЕРМАСАН) - по 8 пилюль 3 раза в день за 30 минут до или через 1 час после еды.

2. **«ЖИР МОРСКОГО КОТИКА»** - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

3. **«КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА».** Принимать до еды, запивая теплой кипяченой водой, по 1 капсулы 2 раза в день.

4. **«MAX+Q10»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

5. **«MAX+COLLAGEN»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

6. **«MAX+LYCIUM»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

7. **«MAX+SEABUCKTHORN»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

8. **«КРАСНЫЙ РИС»** - по 2 капсулы 2 раза в день, после еды.

9. **«ХИТОЗАН»** - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1,5 месяца.

Третий этап — *поддержание нормального метаболизма сердечной мышцы, защита организма от воздействия стресса и успокаивающее действие.*

1. **«ПЫЛЬЦА СОСНЫ»** - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. **«СУСЯОЦЗЮСИВАНЬ»** - рассасывая, за один раз 4-6 пилюль, 3 раза в день; 10-15 пилюль при остром сердечном приступе.

3. **«СЯО ЯО ВАНЬ»** - по 6 пилюль 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивать теплой кипяченой водой.

4. **«КОРДИЦЕПС».** 2 капсулы 2 раза в день за полчаса до еды.

5. **«КОЭНЗИМ Q10»** - 1-я неделя: по 1 капсуле 1 раз в день; 2-я неделя: по 1 капсуле 2 раза в день или 2 капсулы одновременно; 3-я неделя: по 2 капсуле 2 раза в день во время еды.

6. **«СКВАЛЕН».** Принимать по 2 капсулы в обед во время еды.

7. **«КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА».** Принимать до еды, запивая теплой кипяченой водой, по 1 капсулы 2 раза в день.

8. **«ХИТОЗАН»** - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 3 месяца.

В году принимать 2 курса.

3.1.2. ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ В ПОСТИНФАРКТНОМ ПЕРИОДЕ

ИНФАРКТ МИОКАРДА - заболевание, обусловленное некрозом участка сердечной мышцы вследствие острой ишемии, чаще всего связанной с закупоркой какой-либо ветви венечных (коронарных) артерий сердца тромбом. В редких случаях инфаркт миокарда развивается вследствие спазма коронарной (венечной) артерии, закупорки ее эмболом, атеросклеротической бляшкой при кровоизлиянии в ее основание, крайне редко - в результате разрыва патологически измененной коронарной артерии.

Различаются несколько форм инфаркта миокарда, которые отличаются друг от друга локализацией и обширностью поражения (трансмуральный, крупноочаговый, мелкоочаговый, субэндокардиальный и др.).

Клинически крупноочаговый инфаркт миокарда проявляется острой и продолжительной болью (более 30-60 мин) в области сердца (грудины), иррадиирущей (распространяющуюся) под лопатку, в левую руку, повышением температуры и другими симптомами.

В течение инфаркта миокарда различают 3 периода: острый (до 7-10 дней), подострый (4-8 недель) и период рубцевания (от 2-4 месяцев и более).

Программу биокоррекциив постинфарктном периоде следует начинать через 7-14 дней после выхода из острого периода или сразу после устранения острых признаков болезни.

Первый этап – *снижение вязкости крови и агрегации тромбоцитов (процесс образования сгустков крови), восстановление микроциркуляции.*

1. «СУСЯОЦЗЮСИВАНЬ» - рассасывая, за один раз 4-6 пилюль, 3 раза в день; 10-15 пилюль при остром сердечном приступе.

2. «СЯО ЯО ВАНЬ» - по 6 пилюль 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивать теплой кипяченой водой.

3. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

4. «КОЭНЗИМ Q10» - 1-я неделя: по 1 капсуле 1 раз в день; 2-я неделя: по 1 капсуле 2 раза в день или 2 капсулы одновременно; 3-я неделя: по 2 капсуле 2 раза в день во время еды.

5. «ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС» - 1/2 бут. утром, за 30 мин. до еды.

6. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1/2 бут. вечером, за 30 мин. до еды.

7. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

8. «КРАСНЫЙ РИС» - по 2 капсулы 2 раза в день, после еды.

9. «ХИТОЗАН»: по 3 капсулы за 30 мин. до ужина, запить водой.
Курсовая доза – 1 месяц.

Второй этап — *восстановление микроциркуляции.*

1. «MAX+Q10» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

2. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

3. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

4. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

5. «КРАСНЫЙ РИС» - по 2 капсулы 2 раза в день, после еды.

6. «СЯО ЯО ВАНЬ» - по 6 пилюль 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивать теплой кипяченой водой.

7. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

8. «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь.

Курсовая доза — 1 месяц.

Третий этап — *восстановление нарушенного обмена липидов и поддержание функций сердца.*

1. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

2. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

3. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

4. «MAX+Q10» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

5. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

6. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

7. «КРАСНЫЙ РИС» - по 2 капсулы 2 раза в день, после еды.

8. «СЯО ЯО ВАНЬ» - по 6 пилюль 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивать теплой кипяченой водой.

9. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

10. «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы коррекции — 3 месяца.

В течение года проводят не менее 2-х курсов.

3.1.3. ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ В ПОСТИНСУЛЬТНОМ ПЕРИОДЕ

Инсульт - представляет собой острое нарушение мозгового кровоснабжения и является тяжелой формой сосудистых поражений с высоким уровнем смертности и инвалидизации. Более 1% населения ежегодно теряют трудоспособность в связи с инсультом. Инсульт находится на 4-м месте (после болезни сердца, травм и рака) среди основных причин смертности. Только 20% пациентов после инсульта возвращаются к труду; 60% - нуждаются в постоянном уходе. С возрастом риск инсульта увеличивается.

Кровоизлияние в мозг может быть следствием разрыва кровеносного сосуда в мозге (геморрагический тип), закупорки артерии сгустком крови в местах атеросклеротических изменений (тромбоэмболия в 80% случаев — самая распространенная причина), нарушений кровоснабжения вследствие тромба, образовавшегося в каком-нибудь другом органе, или спазма артерий (ишемический тип).

Наиболее частыми причинами развившегося инсульта является: церебральный атеросклероз; гипертоническая болезнь; перенесенный инфаркт миокарда и наличие мерцательной аритмии; декомпрессированный сахарный диабет.

Наиболее распространенная причина инсульта - церебральный тромбоз, закупорка сгустком крови (тромбом) артерии, снабжающей головной мозг. Сгусток (тромб) часто возникает при атеросклерозе. Примерно в трех случаях из четырех крошечный сгусток крови в одной из меньших (по размеру) артерий становится причиной кратковременной блокады - «микроинсульта», при котором поражается очень небольшой участок ткани головного мозга.

Кроме того, «микроинсульт» происходит в тех случаях, когда крупная артерия оказалась сужена в результате атеросклероза таким образом, что мозг не получает необходимого количества крови.

Такие «микроинсульты» иногда служат как бы предупреждающими приступами. Их непосредственное влияние может быть и незначительным: кратковременное головокружение или чувство замешательства.

Люди, у которых в течение ряда лет случались такие «микроинсульты», вряд ли о них догадывались. Легкая неповоротливость руки может проявиться в изменении почерка, или же вдруг ни с того ни с сего могут возникнуть трудности с речью.

После одного или нескольких «микроинсультов» у человека могут произойти и личностные изменения; он часто становится чрезвычайно раздражительным и вспыльчивым, подвержен частым сменам настроений.

Апоплексии появляются чаще вечером, после напряженного рабочего дня, обильного употребления сигарет, спиртного, пищи.

Кровоизлияние в мозг оповещает о себе уже за несколько дней головными болями, покраснением лица, головокружением и нервозностью.

В легких случаях ишемический инсульт выражается в форме головокружения, сонливости, бессвязности мыслей, нарушениях речи, движений, чувствительности и зрения, которые проявляются без потери сознания на несколько минут.

При тяжелых случаях нарушения возникают резко и неожиданно с потерей сознания (мозговая кома), параличами половины тела, медленным пульсом, перебоями в дыхании.

К основным мерам профилактики относятся в основном те же меры, что в случаях профилактики инфаркта - это отказ от курения, повышение активности путем физических упражнений, уменьшение количества холестерина и насыщенных жиров в рационе питания, снижение избыточного веса и регулярный контроль за артериальным давлением.

Еще одна причина инсульта - кровоизлияние в мозг, внутреннее кровотечение в головном мозге. Артерия головного мозга, пораженная болезнью, может разорваться (лопнуть) и затопить кровью близлежащие ткани головного мозга. Клетки, питаемые этой артерией, оказываются не в состоянии получать кровь и кислород.

Кровоизлияние в мозг вероятнее всего происходит, когда отмечается одновременно атеросклероз и высокое кровяное давление.

Тревожные признаки:

- внезапная, временная слабость или бесчувственность лица, верхней или нижней конечности;
- временные затруднения или потеря речи, а также трудности в понимании речи;
- внезапная, временная потеря или ухудшение зрения, особенно на один глаз;
- ситуация, когда изображение двоится в глазах;
- необъяснимая головная боль или изменения в привычном для вас течении (ощущениях) головной боли;
- временное головокружение или потеря равновесия;
- недавнее изменение в характере или умственных способностях.

Пораженными могут оказаться чувство пространства, ориентации тела и чувство равновесия. Больному может казаться, что он стоит ровно, прямо, а на самом деле он может быть наклонен на одну сторону.

У лиц переболевших инсультом внимание рассеянное, серьезно могут быть нарушены память, способность логически мыслить и рассуждать. Потеря контроля за работой мочевого пузыря или кишечника вследствие перенесенного инсульта, как правило, носит временный характер.

При появлении этих симптомов необходимо как можно раньше обратиться за медицинской помощью. У перенесших инсульт особенно важно ведение реабилитационного (восстановительного) периода.

Основные биопрепараты и их свойства:

1. Биопрепараты корпорации «999» («БОЛЮСЫ ХУАТО», «ЛЕЦИТИН», «MAX+Q10», «MAX+LYCIUM», «MAX+SEABUCKTHORN» «СПИРУЛИНА», «ЛИКОПЕН», «ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС», «ДАНГУЙ» - снижает вязкость крови и риск тромбообразования, «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ», «КРАСНЫЙ РИС», «СЯО ЯО ВАНЬ») содердат активные ингредиенты (лецитин, ликопен, ненасыщенные жирные кислоты, аминокислоты, нейромедиаторы, витамины Е, Д, B_p B_2, С, биологически активный йод, микроэлементы Mg, K, Ca, Cи, Fe).

2. Основными свойствами этих биологически активных веществ являются:

1) сосудорасширяющее действие - улучшение мозгового и периферического кровообращения;
2) антиоксидантное - обусловленное блокадой свободных радикалов на клеточном уровне, нормализацией церебрального метаболизма, снижение риска кислородного голодания мозга, и как результат - повышаются познавательные функции, улучшается память, внимание; повышается устойчивость к физическим и психическим нагрузкам;
3) антисклеротическое действие;
4) регуляция всех видов обмена (жирового, углеводного, белкового, водно-солевого);
5) иммунокорригирующее действие, направленное на неспецифическую защиту организма;
6) выведение токсических веществ;
7) снижение вязкости крови и риска тромбообразования.

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ПРОГРАММЫ:

Программу биокоррекции следует начинать через 7-14 дней после выхода из мозговой комы или сразу после устранения острых признаков болезни, если процесс происходил без потери сознания.

Первый этап – *снижение вязкости крови и агрегации тромбоцитов (процесс образования сгустков крови), восстановление микроциркуляции.*

1. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

2. «КОЭНЗИМ Q10» - 1-я неделя: по 1 капсуле 1 раз в день; 2-я неделя: по 1 капсуле 2 раза в день или 2 капсулы одновременно; 3-я неделя: по 2 капсуле 2 раза в день во время еды.

3. «СЯО ЯО ВАНЬ» - по 6 пилюль 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивать теплой кипяченой водой.

4. «КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

5. «БОЛЮСЫ ХУАТО» - по 2 дозирующие ложечки 4 раза в день, делая после каждых 10-ти дней приема перерыв 1 день.

6. **«ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС»** - 1 бут. утром, за 30 мин. до еды.

7. **«ХИТОЗАН»:** по 3 капсулы за 30 мин. до ужина, запить водой.

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *восстановление микроциркуляции, нарушенной чувствительности и движений в нижних конечностях. При отсутствии парезов и параличей второй этап применяется также для профилактики возможного повторного инсульта.*

1. **«БОЛЮСЫ ХУАТО»** - по 2 дозирующие ложечки 4 раза в день, делая после каждых 10-ти дней приема перерыв 1 день.

2. **«КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА»** - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

3. **«ЖИР МОРСКОГО КОТИКА»** - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

4. **«MAX+Q10»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

5. **«MAX+COLLAGEN»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

6. **«MAX+LYCIUM»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

7. **«MAX+SEABUCKTHORN»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

8. **«КРАСНЫЙ РИС»** - по 2 капсулы 2 раза в день, после еды.

9. **«ХИТОЗАН»** - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь.

Курсовая доза — 1 месяц.

Третий этап — *восстановление нарушенного обмена липидов и поддержание функций мозга.*

1. **«КЛЕТЧАТКА»** - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. **«ЛИДАН»** - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. **«ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы)** - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. **«ЦИНК» в капсулах** - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. **«СПИРУЛИНА»** - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. **«ЛЕЦИТИН»** - по 2 капсулы 2 раза в день, до приема пищи.

7. **«БОЛЮСЫ ХУАТО»** - по 2 дозирующих ложечек 2 раза в день до еды.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы коррекции — 3 месяца.

В течение года проводят не менее 2-х курсов.

Глава 3.2. ПРОГРАММА «ЗДОРОВОЕ ПИЩЕВАРЕНИЕ»

Поверхность всего кишечника имеет площадь в 300 квадратных метров (сопоставимо с футбольным полем), на 1 см^2 которой приходится 2-3 тысячи ворсинок и вся она заселена уникальным микромиром - множеством различных бактерий.

Ворсинки кишечника имеют размер менее 1 мм и содержат в себе сложную сосудистую систему транспортировки питательных веществ по артериям в печень.

Железы слизистой оболочки кишечника, вместе с другими пищеварительными железами за сутки вырабатывается до 8 литров жидкости.

В толстом кишечнике постепенно всасывается вся жидкость, а с более твердой не переваренной пищевой массой справляются микроорганизмы путем сбраживания и синтеза витамина К и фолиевой кислоты.

В желудке и двенадцатиперстной кишке обычно отсутствует микрофлора. Чем ниже отдел пищеварительного тракта, тем богаче он заселен микрофлорой. В норме в кишечнике сосуществуют в оптимальном соотношении кишечная палочка, гнилостные бактерии, анаэробные и аэробные лактобациллы, энтерококки, дрожжеподобные грибки.

Это состояние называют ***эубиоз.***

Нормальная микрофлора кишечника участвует в пристеночном пищеварении и синтезе витаминов группы В и витамина К, обезвреживании чужеродных веществ (ксенобиотиков), в поддержании местного иммунитета.

В то же время при снижении реактивности организма кишечная микрофлора может инициировать (провоцировать) развитие неспецифического язвенного колита и злокачественных опухолей.

Различные воздействия (психогенные, химические, механические, лекарственные - антибиотики и др.) приводят к изменению естественного, оптимального соотношения микрофлоры и, в конечном итоге, - ***дисбактериозу.***

Активация условно-патогенной микрофлоры или появление патогенных штаммов сопровождается повреждением клеток слизистой оболочки, нарушением баланса секреции и всасывания.

Естественная кишечная микрофлора поддерживает здоровье не только системы пищеварения, но и всего организма.

Изменения кишечной микрофлоры зависят от воздействия многих факторов окружающей среды, основным из которых является питание, а также неблагоприятная экологическая ситуация, изобилие стрессов, пересыщенность пищевых продуктов стабилизаторами, консервантами, красителями, чрезмерное, нередко необоснованное применение лекарст-

венных препаратов, прежде всего антибактериальных, гормональных, анальгетиков и др., являются неотъемлемыми атрибутами современной жизни.

Академик Уголев установил, что желудочно-кишечный тракт является эндокринным органом, т.е. он вырабатывает практически весь спектр гормонов, регулирующих деятельность организма. Даже такие гормоны, как эндорфины и энкефалины, синтез которых приписывался исключительно мозгу, также вырабатываются в тонком кишечнике.

Также кишечник вырабатывает 95% всего серотонина, недостаток которого приводит к депрессиям и мигреням. Нужно понимать, что все то, что зависит от гормонального фона, напрямую зависит от пищи, которую мы едим.

Если поступает токсичная пища - защитные силы организма концентрируются вокруг кишечника, препятствуют поступлению токсинов в кровь, обезвреживают, складируют их во многих тканях нашего организма - в подкожный жир, на стенках сосудов, в пазухах, почках, печени. Вареная пища организмом воспринимается, как токсин.

Кишечник синтезирует гормоны в зависимости от контакта пищи со стенками кишечника. Кроме того, гормоны попадают к нам прямо из растительной пищи - фитогормоны, и являются продуктом жизнедеятельности некоторых полезных микроорганизмов.

Вывод: *гормональный фон организма зависит от пищи, которую мы едим.*

ПЛОХОЕ ПИЩЕВАРЕНИЕ

В идеале процесс пищеварения должен быть быстрым и эффективным, чтобы мы могли оптимально использовать питательную ценность пищи, которую едим. Если пищеварение происходит слишком медленно, непереваренная пища может забродить в пищеварительном тракте, что приводит к возникновению чувства дискомфорта и плохому всасыванию питательных веществ.

Причины плохого пищеварения

1. Некачественная пища.

2. Недостаточно тщательное пережевывание пищи, что имеет место, когда мы едим слишком быстро. Пережевывание - очень важная часть процесса пищеварения. Плохое пережевывание пищи может ухудшить ее переваривание и снизить эффективность остальных пищеварительных процессов.

3. Слишком обильная еда. Система пищеварения рассчитана на определенный объем пищи. Чем больше вы съели, тем меньше способность системы пищеварения переработать все как следует.

4. Употребление слишком больших количеств жидкости за едой. Если во время еды вы пьете слишком много, происходит разбавление веществ (соляной кислоты, пищеварительных ферментов, желчи), ответственных за процесс пищеварения. Это снижает эффективность их воздействия и нарушает процесс переваривания пищи.

5. Поздняя еда. Процесс пищеварения тормозится к концу дня, поэтому еда поздно вечером часто является причиной нарушения пищеварения.

6. Стресс. Хорошо известно, что стресс ухудшает процесс пищеварения.

7. Низкая кислотность желудочного сока и недостаточное выделение пищеварительных ферментов. У некоторых людей не вырабатывается достаточного количества соляной кислоты и пищеварительных ферментов для эффективного переваривания пищи.

3.2.1. ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ, ГАСТРИТ

В китайской медицине функции желудка придается большое значение, т.к. вследствие повреждения энергии желудка может нарушаться весь процесс восстановления и распространения питательных веществ (восстановление аппетита при заболевании - хороший признак).

Признаки «поражения» канала желудка.

1. Замедленное пищеварение, чувство распирания и полноты в животе, боли и спазмы в области желудка, отрыжка, рвота, отсутствие аппетита, понос, запор; отеки, лихорадка, озноб.

2. Нарушение сознания, психическая депрессия, расстройство сна, возбуждение, частая зевота; быстрое насыщение и легко возникающее чувство голода; сухость, трещины во рту; опущение угла рта, набухание слизистой и боль в горле; сухость носа, носовое кровотечение; боль в области глазных яблок; покраснение лица, потливость.

3. Напряжение мышц передней части шеи, боль в области грудной клетки, мышц живота; онемение и похолодание в области бедер, голени и ограничение движений и суставах.

Особое значение в развитии воспалительных заболеваний желудка играет бактерия *Хеликобактер пилори,* которая живет в слизистой оболочке желудка и 12-перстной кишки. Симптомы заражения - изжога, перерастающая в резь в желудке, повышенная кислотность, которую эта бактерия намеренно провоцирует, у многих больных - тяжелый запах изо рта, спазмы желчных и панкреатических путей.

Зараженность хеликобактер пилори достигает 78% у взрослого населения. Заражение происходит, через грязные руки, хотя описаны и другие способы заражения,- например, через французский поцелуй.

Коварная бактерия не только отравляет организм, но и лишает ваш желудок способности производить фактор всасывания витамина B_{12}.

В чем проявляется недостаток этого витамина? Малокровие, преждевременное старение мозга (деменция), заболевания кожи, хроническая усталость, часто трескаются уголки губ, могут выпадать волосы. Недостаточность витамина B_{12} - доказанный фактор риска атеросклероза

(«затвердение сосудов»), инсульта, болезни Альцгеймера и болезни Паркинсона.

*Для восстановления слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта и регуляции его ферментообразующей функции корпорация «999» рекомендует биопрепарат - «**ВЭЙТАЙ**».*

Симптомы. Желудочные боли всегда проявляются одинаково: спазмы, жжение, изжога. Кроме того, для них характерна привязка к приему пищи, они возникают либо непосредственно перед ее приемом, либо некоторое время спустя, во время переваривания. Их часто сопровождают другие симптомы: отрыжка, тошнота, рвота; порой проявляются симптомы совершенно иного рода: приступы астмы, боли в груди и т. п.

Язва желудка — это дефект в стенке двенадцатиперстной кишки или желудка, спровоцированная избытком кислоты, а это, в свою очередь, — следствие повышенной нервозности (говорят, что, прежде чем появиться в желудке, язва возникает в голове), либо медикаментами, например кортизоном или антибиотиками.

Гастрит — воспаление слизистой оболочки вследствие плохой работы желудка или пагубного воздействия на нее табака, алкоголя, кофе, специй и т.п.

Развитие. Язвы нередко вызывают серьезные осложнения: кровотечения, прободение язвы через все слои желудка или кишечника. Иногда язва желудка и двенадцатиперстной кишки приводит к раку. Гастрит превращают больного в вечного мученика — требуют соблюдения постоянной диеты и режима питания.

3.2.2. ЗАПОР, КОЛИТ

Тонкая кишка включает в себя сам орган и присущие ей функции: прием переваренной пищи, всасывание питательных веществ и жидкости, разделение жидкостей на «чистые» (они направляются в селезенку) и «замутненные» (они идут в толстую кишку), передача отходов в толстую кишку, а также отвод от сердца ненужных патологических веществ.

Вверху тонкая кишка соединена с желудком посредством двенадцатиперстной кишки. Она принимает питательные вещества от желудка, дополняя собственными ферментами. При заболеваниях тонкой кишки возникают нарушения пищеварения.

Микрофлора желудочно-кишечного тракта нашего современника создана его неправильным питанием и содержит не только полезные, но и вредные бактерии.

Признаки «поражения» канала тонкой кишки. Боль в области пупка, в нижней части живота с иррадиацией в поясницу, яички; рвота, тошнота; снижение веса; запор, понос; головная боль, звон в ушах, снижение слуха; слезотечение; боль в области шеи, в наружной части плеча, предплечья; слабость в конечностях и ощущение холода в них.

Толстая кишка включает функции: всасывание воды, формирование и продвижение кала, выведение его наружу. Толстая кишка соединена в своей верхней части с тонкой кишкой и является тем самым органом, который отвечает за перемещение отходов жизнедеятельности.

В толстой кишке человека происходит обработка не переваренного остатка, всасывание воды и формирование фекалий. В толстой кишке человека основной вид пищеварения - симбионтный, т.е. с помощью энзимов, вырабатываемых полезными бактериями (микрофлорой).

Эти бактерии едят только растительную клетчатку. Что же происходит, если человек все же питается мясом, молоком, яйцами вареными, вареными овощами? Микрофлора толстой кишки из-за отсутствия питания подавляется, и со временем исчезает. Человек не получает необходимых ему аминокислот и витаминов. Нарушается пластическая функция организма из-за нехватки строительного материала.

Спасительную роль для сохранения микрофлоры играет аппендикс, который является инкубатором кишечной палочки. Именно здесь сохраняется оригинальная микрофлора толстой кишки. И как только в пище появляются сырые растительные волокна - микрофлора быстро восстанавливается. Аппендикс - это орган, выполняющий ту же функцию для кишечника, что и миндалины для легких. Это защитная функция. Количество нервных и кровеносных сосудов, подходящих к аппендиксу, больше, чем вместе взятых у толстой и тонкой кишок.

При заболеваниях толстой кишки функции перемещения и выделения нарушаются, и возникает понос или запор.

Признаки «поражения» канала толстого кишечника. Боль в околопупочной области, блуждающие боли в животе, отрыжка, урчание в животе, расстройства кишечника (нередко понос), жажда, лихорадка, головная боль, головокружение, боль и сухость в горле, зубная боль, носовое кровотечение, покраснение или желтушность глаз. Припухлость в области шеи, напряжение мышц плеча, лопаточной области, боли в пальцах, в области предплечья, плеча, спины, чувство жжения или холода в области ладоней, слабость рук и нарушение подвижности пальцев кисти; чувство тревоги.

Описание. Отсутствие ежедневного очищения кишечника, так называемый запор, — настоящая болезнь цивилизации. От нее никто не умирает, но страдают ею практически все. Но запоры составляют лишь часть класса заболеваний, именуемых колитами и представляющих собой воспаление толстой кишки.

Симптомы. При запоре необходимо внимательно прислушаться к себе, задавшись некоторыми вопросами. Прежде всего, важно знать, что число ежедневных дефекаций строго индивидуально, одна или две — это зависит от человека. Но если дефекации происходят раз в два-три дня и даже реже?

Как выглядят испражнения? Мелкие, фрагментарные или, напротив, обильные? Случается ли время от времени «крах» в виде диареи? Каковы сопутствующие ощущения — боли, вздутие живота?

Наконец, главное, запор вам внове или такое случается давно? Насколько неопасны, хотя и утомительны, запоры, продолжающиеся с детства, настолько должны настораживать, и требуют внимания те, что появились недавно. Необходимо точно установить их причину.

Формы. Принято противопоставлять атонический запор, когда человек может спокойно, без болезненных ощущений обходиться без дефекации больше недели, и спастический, который сопровождают боли и временами диарея и пр.

Но две эти формы соответствуют двум разные этажам нашего кишечника: виновник атонического — заднепроходное отверстие, спастического — плохая работа толстой кишки, то есть колит.

Причины. Атонический запор, как сказано выше, вызван определенным «недостатком» ануса — дисхезией прямой кишки. За этим скрываются последствия цивилизации: нерегулярная по времени и объему пища, чересчур «богатые» продукты — мясо, сладости, соусы, недостаток жидкости и движения. Все это приводит к притуплению рефлекса дефекации, и, в конце концов, организм вовсе о нем забывает. Не надо сбрасывать со счетов и психологические проблемы: состояние тревожности зажимает круговую мышцу, беспокойные люди склонны хранить все при себе, в том числе и фекалии.

Спастический запор — следствие поражения толстой кишки, другими словами, колита. За этим понятием стоят разные причины.

Колит может быть следствием:

- доброкачественной или злокачественной опухоли, об этом надо всегда помнить, если запоры у вас начались недавно;
- присутствия паразитов в организме: амеб, грибков, глистов и т. п.;
- или интоксикации антибиотиками, когда их принимают слишком много или чересчур долго.

Но все же, общая причина колита — нервы. Спастический колит, функциональная колопатия, в некотором роде это «зеркало нашей души»; вследствие чередования напряженных и спокойных состояний сокращения чередуются с замедлением проходимости кишечника, чем и объясняется запор.

Развитие. Запор и колит могут сопровождать вас всю жизнь, состояние то улучшается, то ухудшается в зависимости от образа жизни.

Но невозможность почувствовать себя до конца очистившимся влечет за собой и другие проблемы. Все чаще и чаще запор «обвиняют» в двух бедах современного мира:

- раковых заболеваниях, главным образом кишечника, на который не лучшим образом воздействуют невыведенные из организма отходы;
- повышенном содержании холестерина в результате переизбытка остатков пищи в организме.

Традиционное лечение. Прежде всего, скажем о том, чего ни в коем случае нельзя делать: принимать слабительные средства. Они — причина одной из самых распространенных болезней современности, «болезни слабительных», в результате которой происходит обезвоживание и вымывание из организма минеральных веществ, что нередко становится причиной других серьезных заболеваний и даже смерти.

Напротив, надо обратить внимание на образ жизни, питание с клетчаткой и живыми энзимами (зеленые коктейли, проростки и др.), есть больше свежих овощей, отруби, которые оказались настоящим терапевтическим прорывом в лечении колитов и запоров.

3.2.3. ХОЛЕЦИСТИТ, ЖЕЛЧНОКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

Печень. Печень контролирует большую часть функций общего метаболизма и пищеварения. Поддерживает свободный ток крови во всех органах.

Нарушения этой функции вызывают проблемы нерегулярности: нарушение обмена, нескоординированные движения, приступы колик, несварения, мышечные спазмы, мигрень, болезненные менструации, затуманенное зрение, внезапные перепады артериального давления.

Печень регулирует все движения тела и мышечный тонус. Она руководит сухожилиями и оболочками мышц, так как они питаются кровью, которая накапливается в печени. При недостатке крови в печени, питание сухожилий не происходит, они слабеют, возникают дрожание конечностей, нарушение их функций, ногти становятся тонкими, мягкими, ломкими.

Помощником в питании сухожилий, связок и мелких мышц является желчный пузырь. Недостаток питания вызывает онемение, судороги в конечностях, сухость и рези в глазах. Если сюда присоединяются еще и гнев и ярость, может возникнуть покраснение склер глаз, случается кровавая рвота. Избыток трудно перевариваемой пищи - покраснение глаз и отечность желез (яичников, простаты). Печень вместе с почками управляет половыми органами, она также обеспечивает процесс передачи сексуальной энергии другому человеку. Совместно с головным мозгом, селезенкой и почками регулирует сексуальность, эмоциональную устойчивость.

Желчный пузырь ответственен за принятие решений, печень за действие. Здоровье желчного пузыря обуславливает отчетливость и правомерность решений. При диссонансе между печенью и желчным пузырем действия совершаются необдуманно, решения остаются невыполненными или наступает упорный паралич решений и действий.

От печени и желчного пузыря зависит наше предвидение и интуиция, когда функция этих органов нарушается, образуется пелена, застилающая зрение и мысли.

Функциональные обязанности печени: фильтрация крови, выведение различных веществ, хранение и распределение крови, контроль выведения желчи.

Если печень перегружена отработанным материалом, то происходит нарушение функции накопления крови. Это сказывается на всем организме в целом, так как все плотные и полые органы человека находятся в тесной взаимосвязи с печенью, вследствие ее накопительной способности.

Печень и сердце совместно решают задачу перемещения крови. При недостатке крови в сердце может возникнуть и ее недостаток в печени, что сопровождается головокружением, мельканием в глазах, тремором конечностей и пр. Они вместе также оказывают влияние на психику человека.

Очень тесная связь наблюдается между печенью и почками. Печень накапливает кровь, почки накапливают энергию. Накапливание крови в печени зависит от количества энергии в почках, и наоборот, накопление энергии в почках зависит от накопленной в печени крови. Если ее количество ниже критического уровня, то энергия в почках не пополняется; это, в свою очередь, ведет к дальнейшему снижению количества крови, вследствие чего энергия опять не пополняется. Образуется порочный круг, который надо прервать по средству чистки печени и отрегулировать утренний подъем.

Не проходят бесследно для печени и функциональные нарушения в легких, состоящие в отводе влаги вниз. При этом нарушается функция печени, что вызывает усталость, ослабление голоса, колебания настроения. И, наоборот, при нарушении порядка в печени, наблюдается боль в груди, кашель, часто сухой, может быть с примесью крови.

Незаменимой подругой печени является селезенка. Селезенка вырабатывает и контролирует кровь, перемещает питательные вещества, а печень накапливает кровь вместе с питательными веществами. Если человек возбужден, то нарушаются функции печени, это ведет к нарушениям функций селезенки, сопровождающиеся болью в области груди, отсутствием аппетита, метеоризмом. И, наоборот, при нарушении функций селезенки ухудшается пищеварение, ослабляется выработка крови, что сказывается на печени.

Печень руководит связочным аппаратом (сухожилия), контролирует нервную систему, отвечает за зрение и цветовосприятие. Нарушение функций печени приводит к изменениям пищеварения, менструального цикла. Это может привести к депрессии, подавленности, печали, раздражительности, гневу, легкой возбудимости, бессоннице, головокружению; изменению свертываемости крови, нарушению зрения, судорогам мышц. Отечность под глазами сигнализирует о нарушениях функций печени и почек. Расширенные бедра в виде «галифе» указывают на чрезмерное наличие билирубина в печени.

От 60% до 80% клеточной массы печени составляют клетки - гепатоциты. Эти клетки участвуют в синтезе и хранении белков, трансформации углеводов, синтезе холестерина, желчных солей и фосфолипидов, детоксификации, модификации и выводе из организма эндогенных субстанций. Также гепатоциты инициируют процесс желчеобразования.

В норме гепатоцит живет до 150 дней, выполняя огромное количество различных химических реакций. Она принимает самое активное участие в белковом (расщепление белков, синтез альбуминов, многих факторов свертываемости крови, ферментов, отдельных фракций глобулинов и др.), углеводном (промежуточный обмен углеводов, обеспечение энергетических трат организма за счет мобилизации глюкозы и др.) и липидном (превращение жиров в энергетический материал, синтез липидов клеточных мембран и т.д.) обмене.

Печень также участвует в пигментном обмене, синтезе и усвоении многих витаминов, синтезе и гидролизе ряда гормонов, обмене микроэлементов и др. Таким образом, печень это лаборатория организма, поддерживающая химический гомеостаз, и ее дисфункция приводит к разбалансированию деятельности практически всех систем.

Потеря функциональной способности печени может не отразиться на анализах крови, так как функциональный резерв позволяет печени продолжать функционировать даже после повреждения, воспаления или болезни, когда утрачено до 80—90% способности выполнять свою работу, а это состояние и сопровождающее его замедление очищения, называют «вялой печенью».

Признаками вялой печени являются: пигментные пятна на коже и лице; плохой тонус кожи; темные круги под глазами; желтый налет на языке; горький вкус во рту, изжога, отрыжка; боли в правом подреберьи; головные боли, раздражительность; предменструальный синдром; артрит; неспособность переваривать жиры (распознаваемая как расстройство пищеварения после жирной пищи), метеоризм, запор.

К распространенным факторам, вызывающим «вялость» печени, относятся следующие: прием химических лекарств; употребление в пищу много мяса, молочных продуктов, хлеба, насыщенных жиров, сахара, недостаток свежих овощей и фруктов в питании; генетическая предрасположенность; хронический стресс и др.

Один из основных принципов восстановления здоровья заключается в том, что многие болезни можно лечить, улучшая работу печени.

Благодаря очищающим ферментам, печень способна расщепить большую часть молекул, даже токсичных и опасных. Ферменты — это молекулы, действующие как катализаторы в процессе превращения. Существуют тысячи различных ферментов, причем у каждого из них своя роль.

Признаки «поражения» канала печени. Желтушность кожи; тошнота, рвота, чувство полноты и боль в нижней части грудной клетки, в области

желудка, чувство тяжести в животе; лихорадка, темный цвет мочи; головная боль, головокружение, шум в ушах, помутнение зрения, спазмы мышц рук и ног, боль по внутренней поверхности бедра и голени.

В результате у больных развиваются реактивный панкреатит, холецистит (отек слизистой желчного пузыря), патология желудка (гастрит, иногда эрозивный, в отдельных случаях язва), кишечника (недостаточность переваривания в результате нарушения поступления желчи, в более поздние сроки кишечный дисбактериоз). Это, следствия к которым приводит дисфункция печени. Много вареной еды, которая поступает в ваш организм не для пищеварения, а для утилизации. Много консервантов, много химии, мало масла, мало специй, мало строительного материала, а также сбит режим жизни крови.

В последние годы отмечается возрастание частоты ***желчнокаменной болезни*** (ЖКБ), связанной с нарушением обменных процессов в печени, проявляющейся образованием камней в желчном пузыре, желчных протоках и составляющей 16,4% среди лиц молодого возраста. Хирургическая операция не избавляет больного от обменных нарушений и в 15 - 25% случаев возникают рецидивы камнеобразования, развитие ***постхолецистэктомического синдрома.***

Описание. Желчный пузырь, подвешенный к печени «кармашек», играет в процессе пищеварения ту же роль, что и плотина в ирригационной системе.

Действительно, печень непрерывно производит желчь, необходимую только при переваривании пищи, поэтому возникает потребность ее хранения в специальном органе-резервуаре, из которого она высвобождается по мере необходимости. Этот орган — желчный пузырь — связан с печенью и кишечником системой сложных каналов (рис. 4).

Симптомы. Болезни желчного пузыря характеризуются тремя группами симптомов:

- повышением температуры;
- болями;
- проблемами с пищеварением.

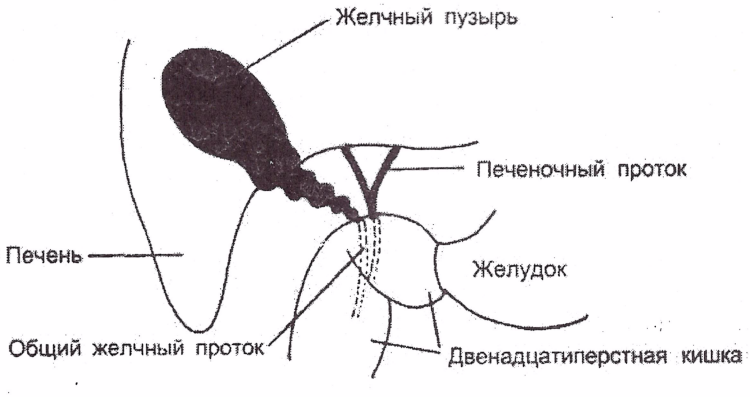


Рис. 4. Строение желчевыводящей системы

Следует добавить еще один, весьма непостоянный признак: желтуху.

- *температура* в большинстве случаев держится не все время, то спадает, то поднимается до 40°;
- *боль* бывает двух типов: глухая, давящая, как будто под ребрами камни; и, наоборот, очень острая, заставляющая кричать, со спазмами и коликами. Но в чем-то эти боли схожи: они поднимаются по спине с правого бока и локализуются под лопаткой. Такое распространение боли почти всегда свидетельствует о неполадках с желчным пузырем;
- *нарушение пищеварения* может принимать разнообразный характер: диарея или запор, тошнота и рвота, часто аэрофагия (заглатывание воздуха) и вздутие живота;
- наконец, *желтуха,* которая связана с поражением желчного пузыря только в одном случае: когда камень закупоривает общий желчный проток. Это основная, но не единственная ее причина.

Формы и причины. Описанные выше симптомы группируются поразному в зависимости от болезней, поражающих желчный пузырь, которые можно поделить на три категории:

- инфекции желчного пузыря, или холецистит;
- нарушение функций желчного пузыря, или дискинезия;
- камни и связанные с их появлением осложнения.

Холециститы обязаны своим происхождением проникновению в пузырь кишечных бацилл. Это они вызывают сильнейший озноб. Иногда холецистит становится гнойным, тогда необходимо принимать срочные меры, вплоть до хирургического вмешательства.

Дискинезия — следствие нарушений сжатия желчного пузыря, который, как и все мышечные органы, должен сжиматься, чтобы выпустить свое содержимое. Он может сокращаться недостаточно или, наоборот, чересчур сильно, эти стадии могут чередоваться, что чаще всего и происходит в случае дискинезии.

Но самая большая проблема — камни всевозможных размеров и в разных количествах. Некоторые огромны, в несколько граммов, занимают все пространство органа, другие — крошечные, и таких камней может быть очень много. Они не только влекут за собой нарушение в работе органа, но могут проникнуть в желчные пути и вызвать печеночную колику или остановиться в них и стать причиной желтухи.

Традиционное лечение. Делится на терапевтическое и хирургическое.

Холециститы часто требуют массированного применения антибиотиков. Камни и вызванные ими осложнения до последнего времени требовали только оперативного вмешательства. Не так давно появились препараты, которые растворяют камни в желчном пузыре, но только если это холестериновые камни. Дискинезия вызвала к жизни огромное количество фармацевтических средств, рекламируемых как замедляющие или возбуждающие сжатие желчного пузыря. На самом деле необходима

методика, которая гармонизировала бы движения этого органа, — с помощью медикаментов достичь этого удается с трудом.

Важным препаратом при желчекаменной болезни является «ЛИДАН» - по 6 таблеток 3 раза в день после еды в течение 14 дней, затем провести слепое зондирование печени с помощью сорбита или сульфата магния.

3.2.4. ИНФЕКЦИОННЫЙ ГЕПАТИТ И ЖЕЛТУХА

Известно, что печень является центральной биохимической лабораторией организма и выполняет более 70 важнейших функций. Одновременно она является чувствительным органом к повреждающему действию алкоголя, вирусов, токсинов, лекарств, а также их комбинаций.

Хронический гепатит - это диффузный полиэтиологический воспалительный аутоиммунный процесс в печени, продолжающийся более 6 месяцев. Причинами, вызывающими развитие хронического гепатита могут являться: вирусы (В, Д, С, Е); интоксикации (алкоголь, отравление грибами, химические вещества), микробы и паразиты; травматические поражения, лекарственные вещества; опухоли печени. Характеризуются тяжелым течением, слабостью, отсутствием аппетита, желтушностью и зудом кожи; увеличением печени и селезенки; наличием отеков.

Последствием **хронического гепатита** является **цирроз печени,** который представляет собой хроническое заболевание печени, с наличием фиброзной ткани и широко разбросанных узелков. Нормальные гепатоциты повреждаются и их число уменьшается, в результате чего снижается биохимическая функция печени. В клинике отмечаются: слабость, эмоциональная лабильность, депрессия, головные боли, отсутствие аппетита, метеоризм, тошнота, покраснение ладоней, уменьшение печени в размерах, первичный асцит. Кроме того, ненормальная работа печени может приводить к снижению выделения билирубина, альбумина (появление асцитов); снижению времени свертывания крови (кровотечения). В поздних стадиях токсические метаболиты отравляют мозг (мозговая кома). С годами, если больной не получает соответствующее лечение или продолжает прием алкоголя, может развиться декомпенсация. В 5% случаев развивается рак печени. Пациенты с установленным диагнозом цирроза печени нуждаются в диете с низким содержанием соли, белков, ограничением воды и приема мочегонных средств.

Описание. Желтый цвет кожи и белков глаз — это следствие скопления в них желчного пигмента.

Симптомы. Желтуха — наиболее очевидный признак болезни, но не единственный: нельзя сбрасывать со счетов температуру, зуд, обесцвечивание фекалий и сильно окрашенную — цвета темного пива — мочу.

Желтуха вовсе не синоним инфекционного гепатита. Другие болезни вызывают те же симптомы: проблемы с кровью, интоксикации и особенно закупорка желчных путей, например камнем.

Необходимо пройти тщательное обследование, чтобы точно установить причину заболевания.

Формы и развитие. Инфекционный гепатит в большинстве случаев полностью излечивается за 2—3 недели. Но часто желтый цвет кожи и глаз остается надолго, как и чувство сильной усталости.

Наряду с этой формой есть более серьезные случаи, сопровождающиеся кровотечением и даже приводящие к смерти.

Существуют и хронические формы гепатита, когда печень постепенно разрушается и больного ожидает летальный исход.

Причины. Большинство болезней печени (острый и хронический гепатит, цирроз) имеют инфекционную природу. Возбудителем гепатита являются вирусы гепатита A, B, C, D, E.

1. Вирус A — причина доброкачественного гепатита, которым можно заболеть, выпив сырой воды или съев немытые продукты.

2. Вирус B — вызывающий тяжелую форму гепатита, заражение которым долгое время случалось при уколах и переливании крови. Сейчас заражение этим вирусом все чаще происходит половым путем, вызванное им заболевание рассматривают как венерическое.

3. Вирус C вызывается парентеральным путем (при переливании крови; гемодиализе).

4. Вирус D и E — возникает при заражении алиментарным (через пищу, воду) или парентеральным путями.

К затяжному хроническому течению с интоксикацией организма (печеночная энцефалопатия, кома) приводят гепатиты типа C и E. Частыми жалобами таких больных являются выраженная слабость, отсутствие аппетита, чувство тяжести в области печени, ее увеличение, болезненность, неприятные ощущения в эпигастрии. При безжелтушной слабой форме иногда больные переносят гепатит «на ногах» и болезнь может перейти в хроническую стадию.

Традиционное лечение. При инфекционном гепатите медикаментозное лечение оказывает низкий клинический результат. Предприняты значительные усилия для создания вакцин, которые не обладают достаточной эффективностью.

3.2.5. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ.

2. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ».

3. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды

4. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком.

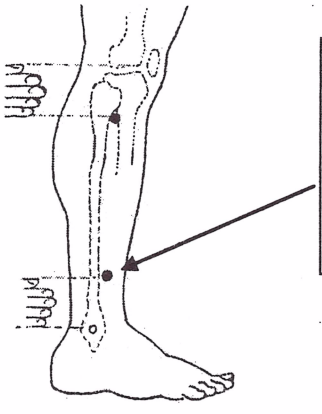
5. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

6. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, шапка, накладка на глаза.

7. ВОЗДЕЙСТВИЕ НА БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ТОЧКИ С ПОМОЩЬЮ МАССАЖНОГО ПРИБОРА «СУПЕРМАССАЖЕР».

Биологически активные точки (БАТ): 1). На внешней стороне икры, на ладонь выше щиколотки, перед малоберцовой костью (рис. 5).

2). На той же стороне икры, рядом с коленом — на расстоянии четырех пальцев ниже коленного сгиба, рядом с маленькой косточкой — головкой малой берцовой кости, перед ее переходом к шейке кости (Рис. 5 Точка VB34 «ЯН-ЛИН-ШОАНЬ»).



Точка VB37 «ГУАН-МИН» — передняя боковая область голени, на 5 ц. выше верхнего края наружней лодыжки, у переднего края малоберцовой кости.

Рис. 5.

3). На спине, на уровне подвздошного гребня, в трех пальцах правее позвоночника (рис. 6).

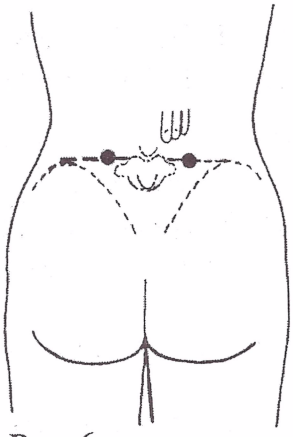
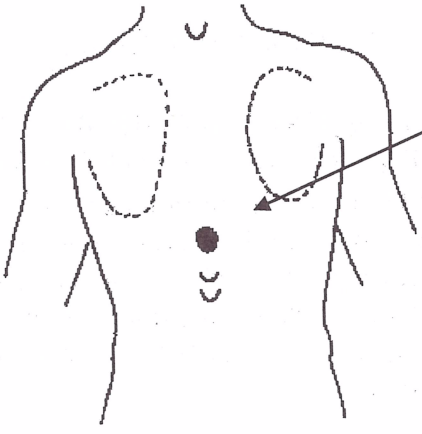
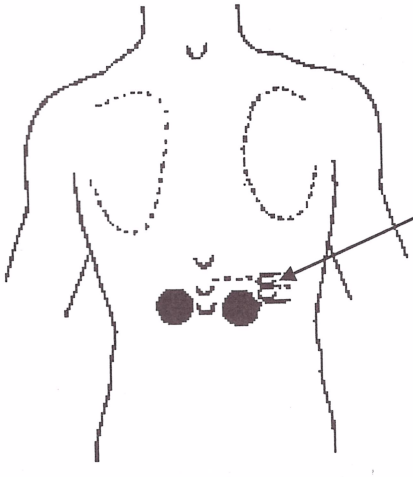


Рис. 6.



Точка VG9, между остистыми отростками восьмого и седьмого грудных позвонков.

Рис. 7.



Точка VG4 "МИН-МЭНЬ" - область позвоночника, между остистыми отростками второго и третьего поясничных позвонков

Рис. 8.

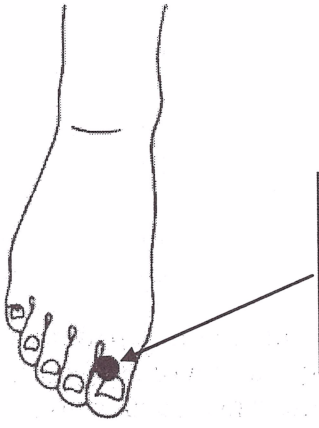
4). На выступе позвонка, находящемся ниже точки, в которой сходятся лопатки (рис. 7).

5). По обеим сторонам позвоночника, на два пальца ниже второй основной точки (рис. 8).

6). На большом пальце ноги, в уголке ногтя, обращенном к другим пальцам (рис. 9).

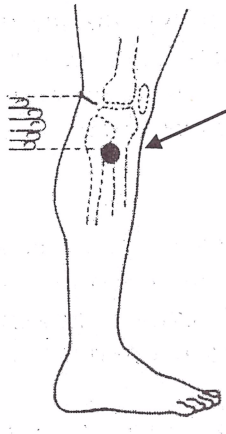
7). На внешней стороне ноги, на четыре пальца ниже коленного сгиба, немного вниз и вперед от головки малой берцовой кости (рис. 10).

8). На животе, на уровне пупка, в четырех пальцах по обе стороны от него (рис. 11).



Точка F1 "ДА-ДУНЬ" - тыл стопы, кнаружи на 3 мм от корня ногтевого ложа первого пальца стопы.

Рис. 9.



Точка VB34 "ЯН-ЛИН-ШОАНЬ" - передняя боковая область голени, на 2 ц. ниже края коленной чашечки.

Рис.10.

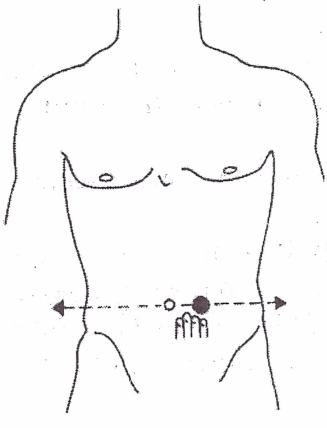


Рис. 11.

9). На внутренней стороне ноги, на ладонь ниже колена, в углу большеберцовой кости (рис. 12).

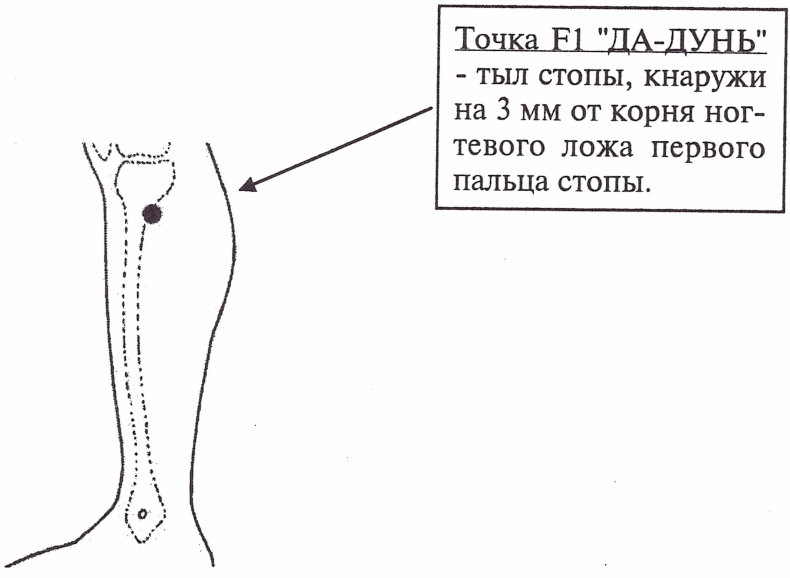


Рис. 12.

Как воздействовать на точки. Чтобы научить кишечник работать необходимо, массировать точки прибором одну за другой, по две минуты, утром и вечером. При болезненных колитах эффективно воздействовать на четвертую точку, по две минуты три раза в день.

В серьезных и болезненных случаях (печеночная колика) необходимо стимулировать четыре последние точки. Таким образом, вы избавитесь от нарушений пищеварения.

10. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап — *детоксикация - очищение кишечника, печени, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. **«КЛЕТЧАТКА»** - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. **«ЛИДАН»** - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. **«АНТИПАРАЗИТАРНАЯ ФОРМУЛА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ»** - при весе до 60 кг- 4 пакета, если выше 80 кг- 6-8 пакетов, развести в воде, выпить утром перед едой, (см. описание), или **«АНТИПАРАЗИТАРНАЯ ФОРМУЛА ДЛЯ ДЕТЕЙ»** - 7-10 шт., перед сном, запить водой, (см. описание).

4. **«ВЭЙТАЙ»** - содержимое пакета размешать в теплой воде и принимать внутрь 2 раза в день по 1 пакету.

5. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

7. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза — 2 недели.

Второй этап — *борьба с вирусами, стимуляция иммунной системы, регуляция функции органов системы пищеварения, восполнение антиоксидантов, микроэлементов, витаминов.*

1. «ЛУНДАН» - (ДЕРМАСАН) - по 8 пилюль 3 раза в день за 30 минут до или через 1 час после еды.

2. «ДАНГУЙ» - по 10 пилюль 2 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

3. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

4. «ВЭЙТАЙ» - содержимое пакета размешать в теплой воде и принимать внутрь 2 раза в день по 1 пакету.

5. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

6. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

7. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

8. СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

Курсовая доза — 1,5 месяца.
Продолжительность базовой программы биокоррекции — 2 месяца.
В году принимать 3 курса.

ПРИ ЗАПОРАХ

1). Сделайте ставку на клетчатку. Она нормализует перистальтику кишечника и устраняет запоры.

2). Исключите продукты-провокаторы. Они у каждого свои, поэтому сначала выясните, против какой пищи восстает ваш кишечник. На подозрении кукуруза, капуста, редис, шпинат, щавель; жареный картофель, свежий черный хлеб; малина, крыжовник, изюм, финики и яблоки в сочетании с другими фруктами и овощами; бобы, горох, фасоль, помидоры, цитрусовые; шоколад и сласти, некоторые заменители сахара (сорбит и фруктоза); молоко, сливки, сметана, кефир, ряженка, простокваша (большинство больных хроническим колитом имеет дефицит лактозы и потому плохо переносит молочные продукты),

апельсиновый сок, кофе, крепкий чай, алкогольные и газированные напитки.

От разносолов, копченостей, маринадов, чипсов, попкорна, тортов с жирным кремом и бутербродов с толстым слоем масла можете оказаться сразу: кишечник бурно реагирует на них различными патологическими симптомами.

3). Пейте больше жидкости. Дневная норма — не менее 2 л (а в жару еще больше), если у вас здоровые почки и сердечно-сосудистая система. Предпочтительнее натуральные свежеотжатые соки, зеленый чай, минеральная вода без газа.

4). Не делайте ставку на клизмы. Стакан холодной воды натощак на многих действует сильнее, чем часовой сеанс колоногидротерапии (промывания кишечника)! А вот кофе, чай и пиво только усугубляют проблему: они обладают мочегонным эффектом, то есть выводят жидкость из организма, высушивая каловые массы.

Глава 3.3. ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЕ ЛЕГКИЕ»

Легкие. Легкие отвечают за поступление в организм жизнен-ной энергии, а сердце отвечает за кровь, обеспечивая ее нормаль-ное перемещение. При недостатке жизненной энергии, возникает слабость функций сердца. И из-за замедления кровотока появляются тромбозы.

Сходная картина наблюдается при кислородном голодании: могут возникнуть сердечно-легочная недостаточность и стенокардия. Если функция сердца ослаблена, то застаивается кровь в сосудах легких, вызывая удушье и кашель (сердечная астма), т.е. в легких накапливается слизь. Слизь является отходным материалом наших клеточек и вирусов. Накопление слизи и застой ее в органе является следствием сбоя в поступлении энергии. Такой сбой обуславливается недостатком масла в организме. Для выработки энергии клетки нуждаются в масле и кислоте.

Живой клетке внутренне присуща неустойчивая и почти неправдоподобная организация; клетка способна сохранять весьма специфичную и прекрасную в своей сложности упорядоченность своей хрупкой структуры только *благодаря непрерывному потреблению энергии.* Как только поступление энергии прекращается, сложная структура клетки распадается, и она переходит в неупорядоченное и лишенное организации состояние - ***слизь.***

Легкие - господин всей энергии организма. Дыхательная деятельность разгоняет энергию по телу, контролируя опускание ее вниз и участвуя в обмене воды вместе с почками (отеки верхней половины тела наблюдаются при недостатке мочи, а также повышенная потливость - признаки недостатка энергии в легких).

Учитывая, что легкие собирают влагу из воздуха и направляют ее вниз, к почкам и мочевому пузырю, а также выделяют ее в виде пота, сами на накопление влаги не имеют права. Если нарушается функция

селезенки по перемещению жидкости, то жидкость застаивается и избыточная влага может «обрушиться» на легкие, вызывая мокроту, - отсюда кашель и одышка.

И наоборот, если ослаблена функция легких, то нарушается отвод жидкости вниз; скапливаясь, она неблагоприятно влияет на функцию селезенки, вызывает отеки, вздутие живота. В лучшем случае - жидкий стул, т.к. это будет являться чисткой для организма и избавление его от излишней отработанной жидкости.

О легких можно сказать, что они являются основными поставщиками влаги в организм.

Легкие выполняют защитную функцию на стыке внутреннего и внешнего мира, освобождая тело от патогенных влияний холода, жары и ветра путем изгнания их через кожу с помощью механизмов периферической циркуляции и открытия пор.

Толстая кишка и легкие контролируют кожу и ее влажность, волосы на теле, слизистые оболочки, нос и придаточные пазухи, носоглотку, бронхи, обоняние. Горло - место входа и выхода энергии легких. При сильной энергии легких и толстой кишки кожа гладкая, эластичная, полная жизни, тело в избытке обладает жизненной силой, оно живет в ровном темпе и имеет отличный иммунитет. Легкие - источник вдохновения, они создают свободное пространство, в котором оформляются новые идеи и эмоции.

По пульсу толстой кишки и легких определяют общую сопротивляемость организма, иммунитет, состояние кожи, кишечника, легких, верхних дыхательных путей, придаточных пазух носа.

Легкие, как сердце и селезенка, невзирая на то, что имеют пористую структуру, относятся к плотным органам и обновляются с такой же периодичностью - *каждые 3 месяца или 4 раза в год.*

Признаки «поражения» канала легких. Озноб, лихорадка, повышение температуры, одышка, сухость в горле, заложенность носа, кашель, головная боль, головокружение, прилив крови к голове. Чувство полноты в грудной клетке, в животе, периодический понос, изменение цвета мочи, зуд, кожные расстройства. Боли в области грудной клетки, спины, лопатки, плеча, ключицы, подключичной ямки; горячая на ощупь ладонь, горячий или холодный пот, повышенная чувствительность к холоду.

Общая заболеваемость легочной системы остается на сравнительно высоком уровне. Это связано, в первую очередь, с двумя обстоятельствами - снижением иммунной защиты населения и существенным изменением клиники патологического процесса (увеличение стертых форм и числа хронических заболеваний).

Заболевания органов дыхания составляют около 12% от общей заболеваемости, потому являются актуальной как медицинской, так и социальной проблемой.

Наиболее частыми являются острые и хронические риниты, ларингофарингиты, тонзиллит, аденоидные вегетации, гаймориты, бронхиты, пневмонии, бронхиальная астма. А в последнее десятилетие получили распространение диспластические изменения эпителия бронхиального дерева.

Причиной большинства заболеваний органов дыхания являются вирусы, бактерии, грибы; химические и пылевые вещества, табакокурение, экзо- и эндоаллергены; неблагоприятные метео- и экологические факторы, имеет значение генетическая предрасположенность.

Самой частой жалобой таких больных являются: сухой или влажный кашель, одышка, ограничение объема вдоха и выдоха, частые приступы удушья. Это приводит к нарушению поступления кислорода в организм и его участия в метаболических процессах на клеточном и тканевом уровнях. Возникает так называемое кислородное голодание тканей (гипоксия) и накопление недоокисленных продуктов (липидов, белков), приводящие к нарушению структуры и функции клеток. У больного снижается устойчивость к неблагоприятным факторам, резко ослабляется иммунитет, а в результате недостаточности кровообращения развиваются сердечно-сосудистые заболевания.

Спектр предполагаемых фармакологических препаратов для лечения хронических заболеваний дыхательной системы достаточно разнообразен. К сожалению, медикаментозное лечение малоэффективно, а необоснованное назначение антибиотиков приводит к кандидозной инфекции, дисбактериозу.

Для биокоррекции заболеваний органов дыхания применяется комплексная международная оздоровительная программа корпорации «999» биопрепараты которой позволяют стабилизировать нарушенный метаболизм легочной ткани, а также устранить гипоксические нарушения и патологические процессы тканевого дыхания.

Для поддержания здоровья легких необходимо регулярно принимать следующие биопрепараты корпорации «999»: «ШЕСТЬ ТРАВ», «ГАНЬМАОЛИН КЭЛИ», «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ», «ПЫЛЬЦА СОСНЫ», «ЛИЛИЯ», «ЦИН ЦИ ХУА ТАНЬ ВАНЬ», СПРЕЙ ДЛЯ НОСА», «MAX+COLLAGEN», «MAX+SEABUCKTHORN», «ПЛАСТЫРЬ ОТ ЖАРА И БОЛИ», «ЛЕДЕНЦЫ ДЛЯ ГОРЛА»,

3.3.1. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ БРОНХО-ЛЕГОЧНОЙ СИСТЕМЫ

В среднем за год человек простуживается три раза, и простуда стоит на четвертом месте среди прочих острых болезней. Симптомами обычной простуды являются головная боль, чихание, заложенность носа, боль в горле, общее недомогание, усталость, кашель и сопение при вдохе через нос.

Простуда представляет серьезную угрозу новорожденным, пожилым людям, людям с больным сердцем и хроническими заболеваниями, в

особенности с легочными хроническими заболеваниями: астмой, хроническим бронхитом и эмфиземой. Если простуда бывает часто или продолжается дольше одной недели, то в этом случае необходимо исключить аллергию или синусит. Простуда и аллергическая реакция могут сопровождать друг друга, особенно у детей, подверженных простуде и имеющих тенденцию к развитию астмы.

Многие врачи предупреждают, что нет необходимости принимать медикаменты от простуды, содержащие сульфаниламидные соединения или антибиотики. При их приеме всегда есть риск возникновения лекарственной аллергии или другой негативной реакции.

Следует относиться скептически к рекламе препаратов от простуды. Так, кофеин, содержащийся в ряде препаратов, согласно рекламе помогает снять боль. На деле же не существует веских доказательств того, что кофеин снимает боль, улучшает дыхание.

Поэтому, не случайно, особый интерес при биокоррекции простудных заболеваний представляют биопрепараты корпорации «999» поскольку с их помощью можно обеспечить лечебное воздействие на все звенья развития простуды.

ГРИПП, (катаральная лихорадка, инфлюэнца) - чрезвычайно заразное респираторное заболевание, как правило, отмечающееся эпидемиями, начинающимися в конце осени и начале зимы. Каждая эпидемия продолжается в той или иной местности от 4 до 6 недель.

Главная опасность этой болезни заключена в осложнениях, которые поражают не только органы дыхания, но и сердечно-сосудистую систему, почки и другие органы.

Большинство случаев гриппа вызвано тремя типами вирусов А, В и С. Эпидемии типа А имеют тенденцию к возникновению каждые 2-3 года, типа В, в целом мягче, возникают каждые 4-5 лет. Между типами и подтипами в рамках одного типа перекрестный иммунитет слаб. Человек, только что оправившийся от гриппа типа А, может заболеть любым из типов В и С.

Пандемия представляет собой распространение вируса по всему миру. В обычный год гриппом заболевает только небольшой процент населения, во время пандемии - от 20 до 40%.

Крупные пандемии возникают с интервалом в 10 - 12 лет. Пандемия 1918 г. унесла жизни 21 млн. человек, уступив, таким образом, печальную пальму первенства среди медицинских катастроф только чуме XIV века.

Во время эпидемии гриппа, чаще всего, поражаются дети 5 - 9 лет и взрослые 25 - 35 лет. Смертность выше всего среди новорожденных и тех, кому за 50. Грипп особенно опасен для людей, страдающих болезнью сердца и такими хроническими заболеваниями, как туберкулез, хронический бронхит и эмфизема. У беременных женщин также велика опасность смертельного исхода от гриппа.

Вирусная инфекция характеризуется стремительным началом. Отмечается озноб, головная боль, боль в мышцах спины и конечностях. Температура быстро поднимается до 38,3° С или даже до 40,0° С. Может отмечаться частый кашель. Лицо горит, горло красное.

Как же отличить, что у вас - грипп или сильная простуда. Если у вас особенно высокая температура, то скорее всего это грипп. Простуда редко сопровождается высокой температурой.

При появлении первых симптомов заболевания ложитесь в постель, держитесь в тепле, не следует находиться на сквозняке. Если вам надо встать с кровати, то наденьте теплый халат и тапочки. Пейте много воды и других жидкостей.

Ни одно из известных лекарств не может вылечить грипп. Сульфамидные препараты, пенициллин и другие антибиотики не оказывают на вирус никакого влияния. Выздоровление без каких-либо осложнений зависит от того, насколько благоприятные условия созданы для организма, борющегося с инфекцией.

Не обращайте внимание на заверения производителей лекарств от простуды, что они имеют противогриппозный эффект. Ни одно из них не является эффективным.

На период эпидемии избегайте мест скопления людей, например кинотеатров, дискотек. В школе или на работе держитесь на расстоянии от людей, не закрывающихся при кашле и чихании носовым платком или марлевой повязкой.

В настоящее время установлено, что причиной острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ) могут быть более 200 различных вирусов. По данным Всемирной Организации Здравоохранения ежегодно ОРВИ болеет каждый третий житель планеты. Ведущая роль в структуре ОРВИ принадлежит гриппу. Только вирусы гриппа вызывают эпидемии и пандемии.

Почему мы болеем гриппом снова и снова?

Одна из причин – способность вирусов изменяться и становиться неуязвимым для вакцины, а другая – в большинстве случаев, люди, часто болеющие ОРВИ, гриппом, простудами страдают *вторичным иммунодифецитом.* Сопротивляемость вирусной инфекции у таких людей крайне низкая, а риск заболеть в очередной раз крайне высок.

Вакцины, являясь средством специфической профилактики вирусных инфекций, в случае гриппа и ОРВИ могут оказаться мало эффективными вследствие многообразия и высокой изменчивости возбудителей. Главный барьер на пути вирусных инфекций – система интерферона нашего организма. *Интерферон* – важнейший защитный белок, образующийся в ответ на проникновение вируса в клетки организма.

Интерферон активизирует иммунную систему, что приводит к быстрой локализации очага вирусной инфекции.

Существуют препараты, которые вызывают усиленную выработку интерферона – это *индукторы интерферона*. Среди них наибольшее значение по активности, безопасности и эффективности имеет оздоровительная продукция корпорации «999»: «Кордицепс», «Линчжи», «Пыльца сосны».

РИНИТ. Нос выполняет много важных задач: он увлажняет вдыхаемый воздух, подогревает его, улавливает частицы пыли и возбудителей болезней. С помощью чувства обоняния он проверяет воздух – неприятно пахнущий воздух может быть опасен. И когда мы говорим, он обеспечивает мощное звучание голоса.

Кровоснабжение и выработка слизи слизистой носа управляется вегетативной нервной системой, которая отвечает также и за «цикл носа»: каждые 2-5 часов она снижает проходимость левой или правой ноздри. В это время слизистая оболочка «закрытой» стороны носа может регенерироваться.

Ежедневно через нос проходит 10-20 тыс. л воздуха. При наружной температуре 10 градусов нос нагревает вдыхаемый воздух за доли секунды более чем до 30 градусов и увлажняет его. При вдыхании через нос эта влага улавливается обратно. Нос предназначается для обезвреживания возбудителей болезней, которые иначе попадали бы в дыхательные пути и в легкие.

Многочисленные виды вирусов могут вызывать воспаление слизистой оболочки носа – насморк или *ринит*. Это может получиться при простуде или гриппе, продолжается обычно 7-10 дней и вылечивается в большинстве случаев без последствий.

Из насморка может развиться воспаление слизистых оболочек в придаточных пазухах носа – синусит и воспаление среднего уха – отит. Насморк может стать хроническим.

Причины. Насморк — это вирусная, а затем бактериальная инфекция. В случае заражения микробы одерживают верх очень скоро, и из носа начинает течь; симптомы насморка развиваются довольно интенсивно.

Многое способствует распространению такой инфекции: влажный климат, грязный воздух, курение, большое скопление народа (ясли, детские сады, школы, учреждения и т. п.).

Но бывает еще и аллергия, наследственная или приобретенная чувствительность к разного рода раздражителям — пыли, микробам, химическим веществам, особенно медикаментам, среди которых пальму первенства удерживают капли в нос.

Так замыкается порочный круг: инфекция—аллергия—инфекция. Насморк не проходит, слизистая носа постоянно воспалена, она опухает, затрудняя дыхание и провоцируя новые заболевания.

Традиционное лечение. Сосудосуживающие капли, антибиотики при этом состоянии мало эффективны. Каждый знает несчастных детей, которые в течение учебного года потребляют немалое количество

антибиотиков: пищеварительный тракт и зубы которых приходят в негодность, замедляется рост, — а насморк все равно не проходит.

АНГИНА проявляется тем, что слизистые оболочки небных дуг в переходной области от полости рта к глотке воспаляются и сильно набухают. Там располагаются также и миндалины, поэтому воспаление миндалин тоже называют ангиной.

В быту принято считать, что ангина — это воспаление горла. Но «горло» анатомическим термином не является, оно включает в себя несколько областей: нёбную занавеску, глотку, миндалины (в просторечии — гланды). Таким образом, ангина — воспаление всех или одной из этих областей.

Самые важные в приведенном перечне — миндалины. Относительно их в массовом сознании существует наибольшее число заблуждений. Попытаемся их рассеять.

Миндалины служит защитным кольцом, настоящей крепостью, возведенной при входе в организм, на перекрестке дыхательных и пищеварительных путей.

Симптомы и формы. Самый очевидный симптом — дергающая боль в горле, когда кажется, что все горит; иногда при этом бывает до такой степени трудно глотать, что возникают проблемы с приемом пищи. Этому сопутствуют общее недомогание и температура, часто довольно высокая.

Горло при осмотре выглядит красным, опухшим. Нередко на миндалинах видны белые шарики или пленки, сопутствующие тяжелой ангине. Маленькие пузырьки, как при ожоге крапивой, сигнализируют о вирусной природе заболевания.

Причины. По тому, как выглядит горло, ангины подразделяют на «красные» и «белые». И те и другие вызываются микробами, населяющими полость рта.

Появление пленок ранее считалось признаком исключительно дифтерии, которая теперь встречается редко. Подобные пленки сопутствуют только так называемой ангине Винсента. «Пузырьковая» (фолликулярная) ангина, захватывающая бронхи и пищевод, как правило, носит вирусный характер. Она, в свою очередь, может вызвать другие заболевания: менингит, ревматизм, болезни сердца. Виновник в этом случае — стрептококк.

ФАРИНГИТ. При простудных заболеваниях и насморке обычно воспаляется слизистая оболочка глотки - ***фарингит.*** Она становится сухой, красной, раздраженной и набухшей. В таком случае причиной обычно являются вирусы. Однако часто сюда добавляется и вторичная инфекция от бактерий, которые проявляются при ослабленном иммунитете.

Наряду с острым воспалением глотки наблюдается и его хроническая форма. Она вызывается длительным раздражением слизистой оболочки пылью, курением, алкоголем, увеличением миндалин или постоянным

дыханием через рот (например, из-за искривления носовой перегородки, при хроническом воспалении придаточных пазух носа).

ЛАРИНГИТ. Острое воспаление гортани — ***ларингит*** нередко возникает в сочетании с другими недомоганиями от простуды; при этом обычно воспаляется и глотка. Возбудителями болезни являются вирусы, реже бактерии. Заболевание может иметь аллергическую природу. Хроническое воспаление возникает при перенапряжении голосовых связок (учителя, певцы), раздражении табачным дымом и другими токсическими парами.

Традиционное лечение. При заболевании горла чаще всего прибегают к приему антибиотиков, которые позволяют свести к минимуму возможные осложнения и степень их серьезности. Именно в случаях с ангинами становится очевидным чрезмерное увлечение подобными препаратами.

ОСТРЫЕ И ХРОНИЧЕСКИЕ СИНУСИТЫ

Синуситы это инфекция лицевого синуса, которая может быть внезапной и острой либо вялотекущей, переходящей в хроничес-кую фазу.

Что представляют собой синусы? Попросту говоря, это впадины в некоторых костях лица, сообщающиеся с полостью носа.

Основное их назначение — сделать лицевые кости легче. Вопрос спорный, но в любом случае никакой дыхательной функции они не выполняют, хотя хорошо «продуваются» воздухом.

Эти впадины делятся на три группы: верхнечелюстные, или гайморовы пазухи, лобные пазухи и наименее известные — решетчатые пазухи (рис. 13).

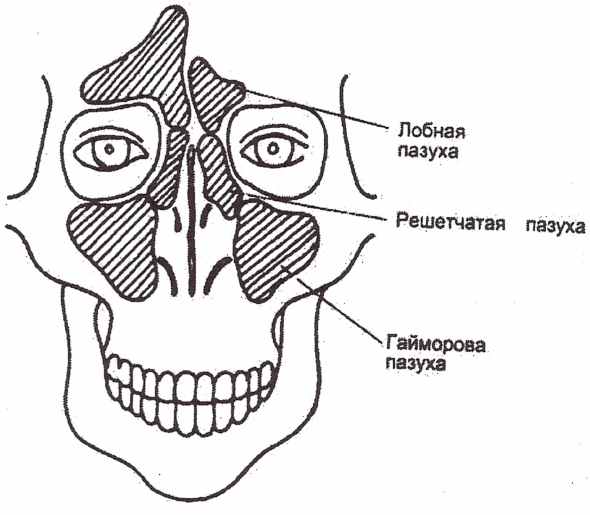


Рис. 13. Придаточные пазухи (синусы) лица

Первые расположены на скуловых костях, вторые в лобной кости, под бровями, ближе к их внутреннему окончанию. Решетчатые пазухи находятся в глубине и имеют особое значение у детей.

Симптомы острого синусита — насморк, особенно по утрам, так как за ночь придаточные пазухи заполняются слизью; головные боли. Хронический синусит очень часто приводит к снижению иммунной защиты организма.

Острый гайморит — воспаление слизистой оболочки верхнечелюстной пазухи — возникает как осложнение после сильного насморка на третий-четвертый день. Основной признак — внезапно развивающаяся сильная, пульсирующая боль в области скул, под глазами. Без лечения она то успокаивается, то вновь усиливается. «Разбудить» ее можно, надавив на скулу.

Гайморит может пройти и без лечения, хотя чаще переходит в хроническую форму: в этом случае боль исчезает, но из носа все время течет.

Фронтит — воспаление слизистой оболочки лобной пазухи — еще более мучителен. Он сопровождается нестерпимой дергающей болью, которая распространяется и на глаза (ближе к внутренним углам). Фронтит также может перейти в хронический.

Этмоидит — воспаление решетчатой пазухи — часто встречается у малышей и грудных младенцев. Симптомы проявляются в уголках глаз и на верхнем веке, которое распухает. Иногда глаз «выдвигается» вперед, почти выходит из глазницы.

Причины. Факторы риска: узкие носовые полости, искривление носовой перегородки, сужение отверстий, соединяющих придаточные пазухи с полостью носа.

Придаточные пазухи выстланы такой же слизистой оболочкой, что и полости носа. Поэтому даже самый обычный насморк не щадит и придаточные пазухи носа. Инфекция в пазухи попадает из носа или зубов.

Все синуситы — следствие воспаления слизистой оболочки носа в результате инфекции, то есть насморка, или ринита. Но острыми своими проявлениями они обязаны тому, что каналы, посредством которых синусы соединяются с носовой полостью, очень узкие. Они мгновенно забиваются, и скопившийся в синусе под давлением гной вызывает боль.

При хронической форме вспышки может вызывать вялотекущая инфекция или аллергия. Иногда влияет и сопутствующая инфекция, например зубная.

Традиционное лечение. Главное — восстановить проходимость синусных каналов. Это можно сделать, в частности, с помощью, сосудосуживающих капель в нос, которые расширяют каналы и убирают заторы. Но не следует привыкать к ним, так как при частом применении они раздражают слизистую оболочку. Часто для лечения синуситов назначают антибиотики, что в некоторых случаях необходимо. Если же нет

естественного оттока гноя, для лечения синуситов обычно применяют прокалывание.

КАШЕЛЬ. Следует знать, что кашель — лишь симптом, поэтому при его возникновении надо не прекращать его любой ценой, а стремиться отыскать причину.

Кашель разнообразен: приступами, лающий, конвульсивный или коклюшеподобный, с характерным «криком петуха» — шумным вдохом во время приступа. Что гораздо важнее: кашель бывает влажный и сухой, то есть с выделением мокроты или без нее. Как правило, мокротный кашель не надо успокаивать, он приносит пользу. Но изнуряющий сухой кашель следует снимать.

Причины возникновения кашля разнообразны: легочные, сердечные, нервные. Чтобы определить причину кашля, требуется тщательное обследование.

Традиционное лечение. Если причина окончательно не установлена, прибегают к помощи сиропов, таблеток, свечей, чтобы успокоить кашель. Все это небесполезно, но не надо злоупотреблять этими средствами, так как возникает привыкание, что затрудняет отхаркивание, необходимое для очищения забитых бронхов.

БРОНХИТ это инфекционное заболевание бронхов.

Кашель и мокрота — два основных признака любого бронхита. Кашель, как правило, вначале бывает сухим, приступами, по мере развития болезни становясь все более влажным. Мокрота тоже появляется лишь с течением времени, гнойная, желтоватая или зеленоватая, на исходе болезни становится белой.

Следует четко различать две формы бронхита: острый и хронический.

Острым бронхитом почти все страдают зимой. После насморка или простуды поднимается температура, дыхание становится затрудненным, кажется, что внутри все горит, потом начинается кашель.

С лечением или без него больной острым бронхитом в большинстве случаев идет к выздоровлению через две-три недели, без каких бы то ни было осложнений.

Бронхит — это серьезное заболевание, одна из причин смертности в наши дни. Так как вследствие бронхитов дыхательная способность неумолимо снижается, пациент утрачивает активность, становясь в конце концов лежачим больным. Слабеет сердце, человек превращается в инвалида.

ПНЕВМОНИЯ. Еще в 1936 г. она возглавляла печальный список причин смертности в развитых странах мира. Затем сульфамидные препараты и пенициллин взяли ее под контроль, но сегодня отмечается возрождение этого часто смертельно опасного респираторного заболевания.

Важным фактором являются бактерии, устойчивые к антибиотикам. Все больше пожилых людей становятся основными жертвами пневмонии.

Пневмония - не единственное инфекционное заболевание; существует порядка 30 различных легочных инфекций. При любой форме инфицируются губчатые, наполненные воздухом ткани легких. Вдыхаемый кислород больше не может должным образом диффундировать в поток крови.

Многие типы пневмонии вызываются бактериями. Пневмококковая пневмония - наиболее распространенный тип бактериальной пневмонии. Она вызывается бактериями пневмококка, обитающими в носоглотке. Бактерии могут проникнуть в легкие при нарушении иммунитета и низкой сопротивляемости организма инфекции или при ОРВИ, ослабляющих защитные функции легких.

Инфекция пневмококковой пневмонии обычно обосновывается в одном легком. Если инфекция проникла, то часть легкого может быстро заполняться таким большим количеством слизи и гноя, что воздух больше уже не в состоянии проникать и выводиться из пораженной области. Такие бактерии выделяют токсины, усугубляющие тяжесть болезни.

В основном пневмония представляет самую большую опасность как вторичная инфекция, идущая по пятам за вирусными заболеваниями, такими, как корь, ОРВИ или грипп.

Острый бронхит и пневмония связаны с инфекцией дыхательных путей, вызванной каким-то микробом из числа обычно их населяющих; для развития хронического бронхита необходимы определенные предпосылки.

Традиционное лечение. Острый бронхит и пневмония относится к заболеваниям, которые лечат антибиотиками, достигая хороших результатов, но не без побочных эффектов в виде, например, расстройства пищеварения.

При хроническом бронхите и пневмонии необходим комплекс мер, которые применяются последовательно или одновременно: антибиотики, кортикоиды, кислород для лучшей работы сердца. Пожизненное лечение антибиотиками чересчур опасно, и поэтому в наши дни от него отказались. Эффективна дыхательная гимнастика.

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА - хроническое заболевание, основным признаком которого является приступ удушья, возникающий в результате спазма гладких мышц и отека слизистой оболочки бронхов.

Бронхиальная астма — широко распространенное хроническое легочное заболевание. Удушье (нехватка воздуха) характеризуется учащенным дыханием с присвистыванием в горле, тогда как при астме наблюдается затрудненное дыхание, которое в серьезных случаях может сопровождаться поднятием плеч и раздуванием ноздрей. Симптомы удушья и астмы могут возникнуть одновременно.

Такие симптомы, как сдавливание в груди, учащенное дыхание, сопение, кашель и отхаркивание, могут вызываться сокращением гладкой мускулатуры бронхов, скоплением слизи, отеком и усиленным выделением секрета бронхов. Бронхиальная астма, как правило, сезонное

заболевание, чаще всего наступающее осенью, реже весной и лишь иногда, в значительно более легкой форме, — летом.

Это заболевание принято считать разновидностью аллергии, вызванной повышенной восприимчивостью к пыльце, пыли, краске, рыбе, креветкам, бактериям и продуктам их метаболизма. Эти аллергические реакции провоцируют спазмы гладкой мускулатуры бронхов, сужение каналов которых приводит к возникновению целого ряда симптомов.

Согласно традиционной китайской медицине, бронхиальная астма вызывается недостаточно эффективной очисткой и циркуляцией легочной ци вследствие вторжения в легкие внешнего ветра-холода или скопления в легких слизи-сырости. Бронхиальная астма также может вызываться затяжной болезнью или физической слабостью, астенией почечной ци и преобладанием восходящих потоков различных видов ци. В этом случае бронхиальная астма, как правило, провоцируется стрессом.

К числу первых признаков болезни относятся зуд в носу, чихание и общий дискомфорт, затем возникают сдавливание в груди, затрудненное дыхание, кашель и отхаркивание. Приступ астмы может быть как краткосрочным, так и затяжным. В серьезных случаях приступ заболевания сопровождается такими симптомами, как открывание рта, поднятие плеч, неспособность ровно лежать, обильное потоотделение, окоченение конечностей, побледнение губ и вздутие вен на шее. Пациенты нередко испытывают слабость и депрессию.

Основным клиническим проявлением бронхиальной астмы является приступ удушья (чаще ночью), который может продолжаться от нескольких минут до нескольких дней. Положение больного во время приступа вынужденное, вдох становится коротким, а выдох удлиненным. Беспокоит одышка, кашель. В период разгара (удушья) кашель с трудно отделяемой вязкой мокротой («стекловидная мокрота»), в конце приступа количество мокроты увеличивается, и она легче отходит.

Причины:

- неинфекционные аллергены (вещества, способные вызвать аллергическую реакцию), такие как пыльца, лекарственные препараты, укусы насекомых, пищевые продукты и др.;
- инфекционные аллергены (бактерии, вирусы, грибы);
- химические вещества (кислоты, щелочи);
- физические факторы (изменения температуры воздуха, атмосферного давления);
- стрессовые влияния.

Предрасполагают к развитию бронхиальной астмы наследственная генетическая предрасположенность, перенесенные частые вирусные респираторные и аллергические заболевания, некоторые условия труда и быта.

Дыхательный механизм, в частности бронхи, устроен чрезвычайно сложно. Здесь мы имеем дело с рецепторами на слизистой оболочке, способными вызвать реакцию на самые разные раздражители.

3.3.2. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЛЕГКИХ

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ:

2. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ:

3. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ».

4. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды.

5. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, жилетка на плечо, шапка, напульсники.

10. ВОЗДЕЙСТВИЕ НА АКУПУНКТУРНЫЕ ТОЧКИ С ПОМОЩЬЮ ПРИБОРА

В случае астмы прибор может применяться двояко:

- немедленно — при приступе, который она может ослабить или уменьшить его продолжительность;
- повторяющаяся массаж, когда лечится сама болезнь: результаты порой бывают очень хороши, в любом случае этот метод не имеет никаких побочных эффектов.

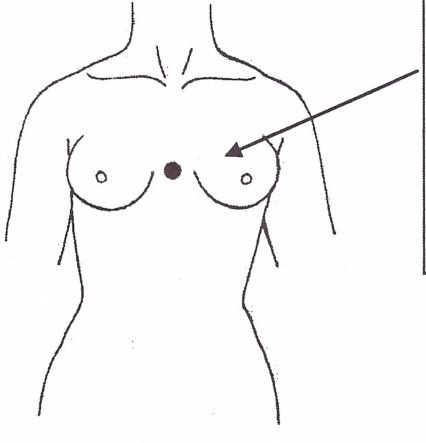
Точки: ***1).*** Между грудями, на грудине, на уровне сосков (рис. 14).

2). На адамовом яблоке (рис. 15)

3). На лбу, на центральной линии. Надо положить основание указательного пальца на переносицу, и его кончик упрется в маленькую впадину в кости (точка VG24 «ШЭНЬ-ТИН»), (рис. 16-1).

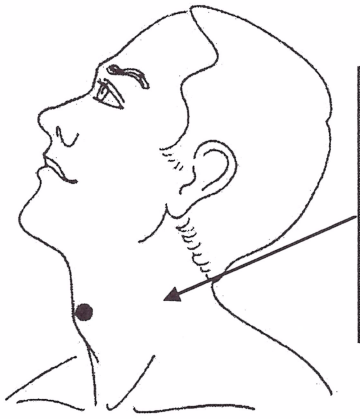
4). В уголках крыльев носа (точка GI20 «ИН-СЯН»), (рис. 16-4).

При гайморите — под глазом, посередине края глазницы (точка E1 «ЧЭН-ЦИ»), (рис. 16-3). При фронтите — на внутреннем окончании брови (точка V2 «ЦУАНЬ-ЧЖУ»), (рис. 16-2), в небольшом углублении.



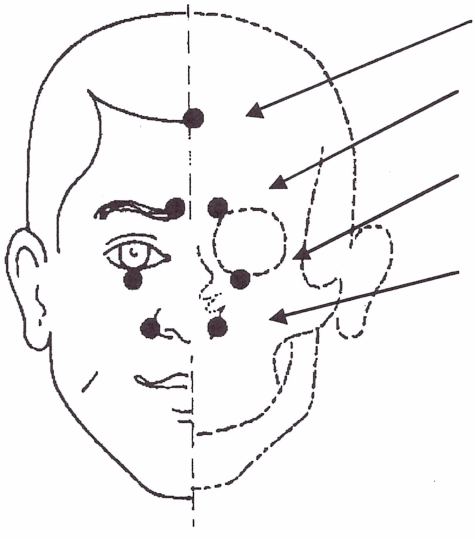
Точка VC17 "ТАНЬ-ЧЖУН" - на передней средней линии груди на уровне четвертого межреберья. Функция: сигнальная точка меридиана перикарда и верхнего обогревателя, "узел" всех вторичных меридианов.

Рис. 14.



Точка VC23 "ЛЯНЬ-ЦЮАНЬ" - на средней линии шеи, выше складки шеи на 0,5 см, между нижним краем тела подъязычной кости и верхней вырезкой щитовидного хряща.

Рис. 15.



1. Точка VG24 "ШЭНЬ-ТИН".
2. Точка V2 "ЦУАНЬ-ЧЖУ" - у начала брови.
3. Точка E1 "ЧЭН-ЦИ" - под зрачком на середине нижнего края орбиты.
4. Точка GI20 "ИН-СЯН"

Рис. 16.

1. КАШЕЛЬ

Точки: ***1).*** *Основная* - впереди, у основания шеи, на краю грудной кости (рис. 17).

2). *Вспомогательная* — на внутреннем сгибе запястья, со стороны большого пальца (рис. 18).



Рис. 17.

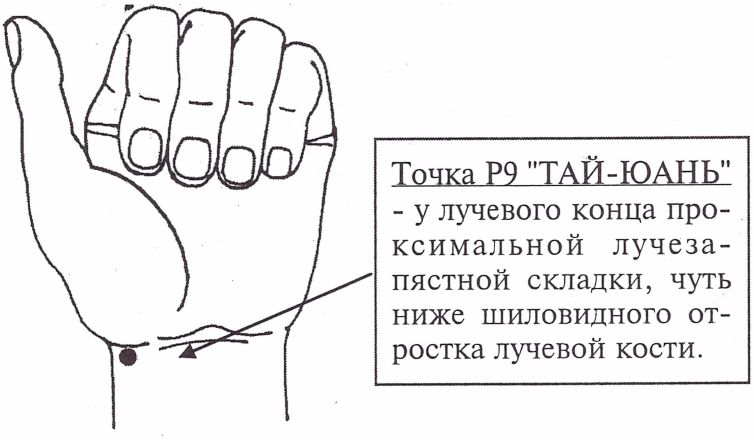


Рис. 18.

Как воздействовать на точки. Во время приступа следует массажировать основные точки в течение 5 минут утром и вечером до полного его прекращения и появления мокроты. Для лечения астмы точки следует стимулировать три раза в день в течение пяти минут.

11. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап – *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл теплой воды, после еды через 30 мин.

4. «ГАНЬМАОЛИН КЭЛИ» - содержимое пакета размешать теплой кипяченой водой, принимать внутрь 2-4 раза в день до еды.

5. «ЛИЛИЯ» при сухом кашле или «ЦИН ЦИ ХУА ТАНЬ ВАНЬ» при мокром кашле, по 6 пилюле 3 раза в день, запивая теплой кипяченой водой, за 30 минут до или через 1 час после еды.

6. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капс 3 раза в день до еды.

7. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1 бут. вечером, за 30 мин. до еды.

8. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

10. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

11. «ПЛАСТЫРЬ ОТ КАШЛЯ» - наклеить на Шенькью (пупок), каждые 48 часов заменять на новый. Курс 7-8 пластырей; или **«ПЛАСТЫРЬ ОТ ЖАРА И БОЛИ»** - для снятия температуры и удаления симптомов простудных заболеваний, наклеить на височную точку и 7 последний шейный позвонок, пластырь держат на теле не более 12 часов.

12. «СПРЕЙ ДЛЯ НОСА» - по 1-2 капель в каждый носовой проход 3-4 раза в сутки. Закладывать обильно смоченные турундочки в верхние части крыльев носа на 1-2 минуты 4-5 раз в день.

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *стимуляция иммунной системы, поддержка антиоксидантных механизмов, восстановление микроциркуляции и обменных процессов.*

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капс 3 раза в день до еды.

3. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1 бут. вечером, за 30 мин. до еды.

4. «MAX+Q10» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

5. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

6. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

7. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

8. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

9. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

10. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Третий этап — *восстановление функции дыхательной системы, защита организма от воздействия стресса и успокаивающее действие.*

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капс 2 раза в день до еды.

3. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1 бут. вечером, за 30 мин. до еды.

4. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

5. «ШАДИ» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

6. «СКВАЛЕН» - по 2 капсулы 2 раза в сутки за 30 минут до еды, запивая водой.

7. «КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА». Принимать до еды, запивая теплой кипяченой водой, по 1 капсулы 2 раза в день.

8. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 3 месяца.

В году принимать 2 курса.

Глава 3.4. ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ КОСТЕЙ И СУСТАВОВ»

Опорно-двигательный аппарат человека состоит из костей и мышц, сухожилий и связок, которые обеспечивают необходимую опору и гармоничное взаимодействие. Кости вместе с хрящевой тканью составляют скелетную систему человека, которая состоит примерно из 220 костей. Костная ткань на 2/3 состоит из минеральных солей, на 1/3 из костных клеток и коллагеновых волокон. Минералы делают кости твердыми, а сетка из коллагеновых волокон придает им эластичность и повышает их допустимую нагрузку.

Каждая кость состоит из компактного наружного слоя (кортикального) и внутреннего (губчатого, трабекулярного), образованного, в свою очередь, нежными плитками и балками. Внутри этой сетки — костный мозг. Внешней оболочкой кости является надкостница, богато снабженная нервными окончаниями и сосудами.

Кости содержат 99% кальция, 87% фосфора, 50% магния, 46% натрия из общеорганизменных «запасов»; 86% натрия обмениваются в кости за 4 часа, а одна молекула натрия может удерживать на себе 200 молекул воды.

Вот в чем секрет зашлакованности опорно-двигательного аппарата (остеохондрозы, периоститы, хрупкость кости и т.д.). Обмен веществ в кости очень сильно влияет на общий обмен воды в живом организме, определяя ее наводненность и обезвоженность.

Костная ткань представляет собой динамическую систему, в которой на протяжении всей жизни человека протекают процессы разрушения старой кости и образования новой, что составляет цикл *ремоделирования* костной ткани. Это цепь последовательных процессов, благодаря которым кость растет и обновляется.

В детском и подростковом возрасте кости подвергаются активному ремоделированию, при этом костное образование преобладает над костным разрушением *(резорбцией)*.

Кости состоят из двух основных частей: органической и неорганической.

Органической основой кости являются клетки нескольких классов. Остеобласты представляют группу клеток-строителей, остеокласты разрушают («съедают») костную ткань, удаляя лишнее. Основной структурной единицей кости являются остеоциты, синтезирующие коллаген.

Неорганическую часть кости представляют различные соли кальция и фосфора, являющиеся «несущей конструкцией» для органики.

Кальций фосфат — находится в виде нерастворимого микрокристаллического минерала (гидроксиапатита). Он является «строительным материалом» для скелета и зубов, участвует в сложных обменных процессах. Его присутствие играет важную роль в процессах проводимости нервных импульсов, свертываемости крови, мышечных сокращений. Недостаточное количество этого минерала в организме приводит ко многим осложнениям, в том числе повышенной хрупкости и соответственно ломкости костей. Подсчитано, что при дефиците кальция создаются предпосылки для развития 147 заболеваний.

Природа дала костному скелету уникальную конструкцию, позволяющую ему переносить значительные нагрузки. Это достигается специальной структурой костной ткани. Именно кальций и фосфаты образуют шестиугольные кристаллы, которые, располагаясь среди балок, придают костям упругость и плотность. Им помогают в этом соли натрия, калия и магния, а также микроэлементы: цинк, стронций, марганец, радий, фтор, бор.

Костное вещество состоит из прочного соединения — коллагена и кристаллов солей, что напоминает расположение железа в бетоне.

В организме происходит постоянный обмен минералами между костями и внеклеточной жидкостью, таким образом, обеспечивается минеральный гомеостаз. Наиболее метаболически активной является трабекулярная ткань кости, менее активной — кортикальная.

Регуляция процессов смены костной ткани и роста костей осуществляется под влиянием комплекса взаимозависимых гормональных (паратиреоидина, витамина D, кальцитонина и т. д.) и других факторов

(например, интерлейкинов; гранулоцитарно-макрофагального колониестимулирующего фактора; фактора, некротизирующего опухоль; простагландинов; инсулиноподобных факторов роста 1 и 2; ионизированного кальция во внеклеточной жидкости и т. д.).

Кроме костной ткани, важную роль в поддержании минерального гомеостаза играют почки и желудочно-кишечный тракт.

Нарушение обмена костной ткани проявляется в виде ***остеопороза*** (аномального снижения костной массы при сохранении нормальной гистологии костей), ***остеомаляции*** (нарушение минерализации костей) или ***фиброзного остеита*** (повышенного разрушения костей с фиброзным замещением образовавшихся полостей).

В среднем и пожилом возрасте, после снижения продукции половых гормонов, процессы разрушения начинают преобладать над восстановлением. Кости становятся тоньше, испытывают дефицит минеральных веществ, которые придают им прочность и твердость (кальций, магний, фосфор), и легче ломаются. Недостаток репродуктивных гормонов – не единственная причина болезней костно-мышечной системы.

Регулярный прием стероидных препаратов при ревматоидном полиартрите, красной волчанке и др. заболеваниях, избыток тироксина, вырабатываемого щитовидной железой или поступающего в организм в виде лекарства, чрезмерное потребление витамина D – все это может способствовать развитию болезней костей и суставов.

Когда говорят о заболеваниях опорно-двигательного аппарата, это свидетельствует, как правило, об ослаблении всего организма.

Причины этого: малая подвижность и слабая физическая нагрузка на мышцы; чрезмерная нагрузка; длительные и незначительные по силе травмы; плохо сбалансированное питание; нарушения микроциркуляции крови; ангиопатии (болезни капилляров).

Поэтому эффективно укреплять мышцы спины с помощью пояса с турмалином. Это дает возможность за короткое время улучшить микроциркуляцию и обмен питательных веществ в позвонках и близлежащих тканях. Пыльца сосны и жидкий кальций - не только строительный материал костной ткани, но и прекрасное средство для поддержания кислотно-щелочного равновесия в организме.

3.4.1. ГРЫЖА МЕЖПОЗВОНКОВОГО ДИСКА (ДИСКОПАТИЯ)

Прострел (люмбаго) и пролапс межпозвонкового диска, грыжа межпозвонкового диска. Заболевание позвоночника: если прострел является следствием повреждения межпозвонкового диска, то пролапс представляет собой его грыжу.

Множество взрослых людей страдает болями в поясничном или шейном отделе позвоночника, которые чаще всего отдают в верхние

или нижние конечности. Они большей частью вызваны болезненными изменениями одного или нескольких межпозвонковых дисков.

Межпозвонковый диск является фиброзно-эластичным образованием между позвонками и представляет собой подушку, эластично смягчающую нагрузки, которым подвергается позвоночник в результате движения. Он состоит из толстого волокнисто-хрящевого *фиброзного* кольца, концентрические пластины которого переплетены, как ивовые прутья в корзине, и мягкого студенистого ядра, которое приспосабливается к движениям человека и таким образом функционирует в качестве амортизатора.

После 30 лет фиброзное кольцо постепенно утрачивает свою упругость и прочность и может расщепиться. Ядро, пока еще эластичное и подвижное, заклинивается в этой щели и выдавливается (грыжа межпозвонкового диска). В преклонном возрасте желеобразное ядро высыхает, так как оно теряет жидкость, становится неэластичным и больше не может функционировать в качестве амортизатора. Кольцо из волокнистого хряща выступает над краями позвонков, которые со своей стороны также выпячиваются в результате образования костных отложений (остеофиты).

Таким образом, развивается дегенерация позвонков, или артроз позвоночника. В обоих случаях межпозвонковый диск выпирает из позвоночника назад и давит на находящиеся там нервные образования. При грыже поражаются нервные корешки или мешок твердой оболочки спинного мозга. При пролапсе (выпадении) всей задней стенки межпозвонкового диска и дегенерации задних краев возникает только легкое механическое раздражение пораженных нервных структур (рис. 19).

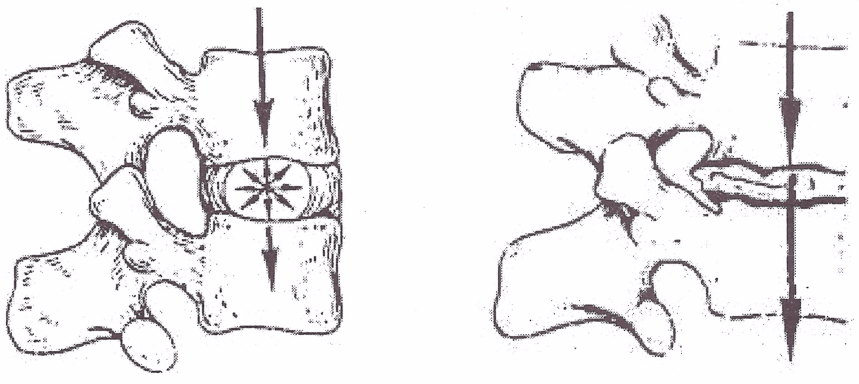


Рис. 19. Пролапс (выпадение) задней стенки межпозвонкового диска.

Сдавливание одного или нескольких нервных корешков в результате пролапса межпозвонкового диска приводит не только к локальным симптомам, а отдает по всей длине нервного корешка и в те, даже отдаленные области, которые им иннервируются (невралгия руки, боли при ишиасе и др.). Смещение межпозвонкового диска или хондроз с

последующей дегенерацией диска вызывает, наоборот, механическое раздражение и раздражение чувствительной надкостницы. Это обусловливает местные интенсивные боли, которые сопровождаются сильным сокращением мышц (прострел и боли в шейном отделе позвоночника).

ПРОСТРЕЛ

Боли в спине очень часто наблюдаются у лиц обоего пола, при этом они впервые появляются между 25 и 30 годами и встречаются во всех возрастных группах. Они могут вспыхнуть без предупреждения, в отсутствии каких-либо жалоб (острая люмбалгия). Чаще всего им предшествует нагрузка, например поднятие тяжестей или резкий поворот тела. Боль сильная, колющая и достаточно малейшего движения, приступа кашля или чихания, чтобы она усилилась.

При хронической люмбалгии существует постоянное, легкое, механическое раздражение нервного сплетения в оболочке спинного мозга за счет дегенеративного межпозвонкового диска или костного разрастания, которое постоянно выпирает в позвоночный канал. Иногда стирается фиброзное кольцо дегенеративного межпозвонкового диска, так как оно обладает пониженной сопротивляемостью и эластичностью, из-за чего весь диск, не разламываясь, смещается назад.

Наряду с механическим воздействием, которое оказывает дегенеративный межпозвонковый диск, за развитие этой хронической формы несут ответственность несколько одновременно возникающих факторов. К ним в первую очередь относятся ослабление мышц в поясничной и крестцовой области позвоночника, а также возрастание массы тела пациента. Эти повреждения межпозвонковых дисков, видны на рентгеновском снимке в виде сужения межпозвонкового пространства или костяных валиков по краям позвонков.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

При возникновении прострела и грыжи межпозвоночного диска (дископатия) воздействие с помощью прибора снимает боль и расслабляет мышцы.

Точки. Одна основная и две вспомогательные.

Основная (очень важная) Расположена посередине сгиба колена (рис. 20).

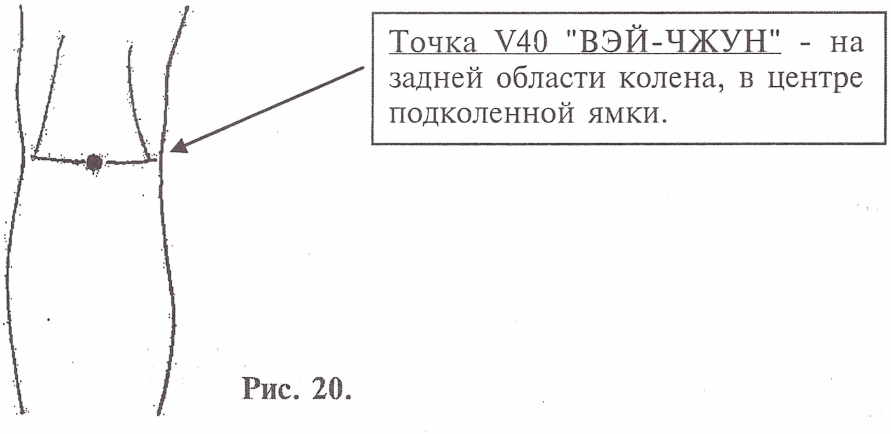


Рис. 20.

Вспомогательные. Первая — посередине верхней губы, под носом (рис. 21).

Вторая — двойная — на два пальца выше окончания лодыжки, на внешней стороне ноги, на маленькой костной выпуклости (рис. 22).

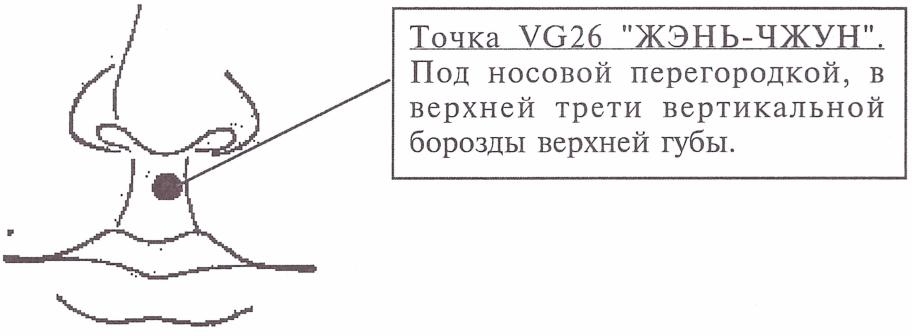


Рис. 21.

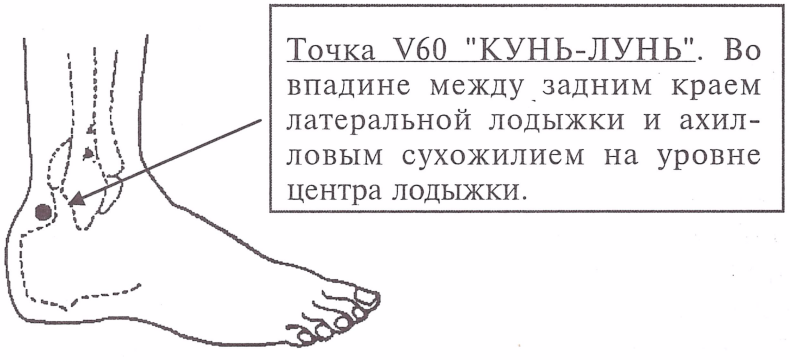


Рис. 22.

Как воздействовать на точки. Так как мы имеем дело с хронической болезнью, необходима стимуляция этих точек два-три раза в день по 3-5 мин. При обострении сеанс должен быть короче.

3.4.2. РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ И ДЕФОРМИРУЮЩИЙ АРТРОЗ

Строение суставов. Концы костей всех суставов покрыты хрящом и соединены фиброзной капсулой - суставной сумкой, которая укреплена связками.

Связки состоят из эластичных волокон, которые обеспечивают механические функции сустава. Они соединяют кости между собой и удерживают их в правильном положении. Без них бы наш скелет, попросту говоря, рассыпался.

Капсула сустава состоит из пучков коллагеновых волокон, тесно связана с синовиальной оболочкой. Она защищает сустав и, прежде всего, его синовиальную оболочку.

Синовиальная оболочка богата кровеносными и лимфатическими сосудами, продуцирует синовиальную жидкость и тем самым обеспечивает пластические, энергетические и защитные функции суставных тканей.

Синовиальная жидкость содержит все компоненты, имеющиеся в плазме крови. Она осуществляет питание суставного хряща, которое происходит диффузионным путём, и служит идеальной смазкой, обеспечивая скольжение суставных концов.

Суставной хрящ - соединительно-тканное образование, состоящее из коллагеновых волокон, клеток хондроцитов и промежуточного вещества, богатого протеогликанами. Хрящ постоянно обновляется за счёт хондроцитов в перихондральном слое и увеличения соединительнотканных волокон во внешних слоях. Питание хряща осуществляется частично через эпифизы костей и через синовиальную жидкость. В спокойном состоянии хрящ впитывает окружающую его жидкость, но стоит на него надавить, и жидкость вытесняется. Хрящ эластичен, при движении происходит его сжатие и расслабление. Во время этого акта он получает с синовиальной жидкостью новую порцию питательных веществ. Эластичность хряща защищает суставные поверхности костей от травматизации.

Мениски сустава, состоящие из волокнистого хряща и волокнистой ткани, имеют важное значение в регулировании внутрисуставного давления и создании удобной формы при скольжении сустава, работают синхронно со связками сустава.

АРТРИТ И РЕВМАТОИДНЫЙ АРТРИТ

Артрит — следствие инфекции или воспаления сустава, жидкости, его смазывающей, синовии, заключенной в специальную оболочку.

Артрит — воспалительное заболевание синовиальной оболочки сустава

Есть много разновидностей артритов вирусной и микробной природы; в большинстве своем предрасположенность к ним достается по наследству.

Иногда болезнь затрагивает позвоночник, который деревенеет, теряет гибкость. Это спондилоартрит. Другая разновидность артрита поражает локти, колени, запястья, пальцы, деформируя их. Это полиартрит.

Ревматоидный артрит (деформирующий артрит, хронический полиартрит) встречается у 1—3% населения: у женщин в 3 раза чаще, чем у мужчин. Это хроническое аутоиммунное заболевание, связанное с воспалением соединительной ткани (преимущественно суставов).

Для начала заболевания характерны общая усталость, особенно при пробуждении (утром), недомогания, скованность в нескольких суставов верхних и нижних конечностей, болезненность, которая ощущается после постепенного появления локальных симптомов боли, опухания.

Постепенно утрачивается подвижность сустава, могут возникнуть их деформации.

При более серьезных формах ревматоидного артрита возможно образование эрозии хряща и костей, а также возникновение рубцов мягких тканей вокруг сустава. Иногда, в тяжелых случаях, поверхности суставов поражаются до такой степени, что сустав уже не может удерживать вес или становится неустойчивым. В других случаях поверхности суставов срастаются таким образом, что теряют подвижность.

Все части суставов вовлекаются в воспалительный процесс. Синовиальная мембрана суставов утолщается, становится шероховатой, объем синовиальной жидкости увеличивается, иногда значительно. Суставы теряют содержащийся в них кальций, который обеспечивает их прочность и твердость. Наступает разрушение костной ткани. Одновременно на хрящах, покрывающих суставные поверхности, откладываются незрелые клетки (деструкция), которые увеличивают трение внутри суставов и ограничивают их подвижность.

Воспаленный процесс в суставе может приводить к образованию так называемых ревматических узлов. Деформация суставов может быть настолько выражена, что соответствующее соединение костей полностью блокируется и возникает самостоятельное костное соединение — анкилоз (зарощение) сустава.

ДЕФОРМИРУЮЩИЙ АРТРОЗ

Деформирующий артроз — хроническая дегенеративная болезнь, которая может поразить один или несколько суставов; характеризуется разрушением хрящевого слоя, покрывающего поверхность сустава. Костная ткань, расположенная ниже этого слоя, также претерпевает патологические изменения.

Артроз — не воспалительное заболевание и поэтому не имеет ничего общего с артритами, как, например, хронический полиартрит — воспаление суставов, которое распространяется на все суставы и основывается на реактивном патологическом изменении суставной жидкости. То же можно сказать и об остром артрите — воспалении суставов, вызванном различными возбудителями инфекции, или об острой ревматической лихорадке, которая является воспалительной реакцией суставных тканей на инфекцию с бета-гемолизирующими стереококками (бактерии, которые часто обнаруживают в миндалинах юных пациентов).

Артроз считается типичной болезнью климактерического периода. В большинстве развитых стран в последнее время его чаще обнаруживают в сорокалетнем возрасте, особенно у женщин.

Чаще всего поражаются те суставы, на которые падает наибольшая нагрузка, которые наиболее подвижны и несут большую часть массы тела: позвоночник (шейные и поясничные позвонки); тазобедренный сустав; колени; стопа; основной сустав большого пальца стопы.

После 40 или 50 лет почти каждый человек в большей или меньшей степени поражается этой болезнью. Чаще всего это определенные суставы, например, позвоночника, на которых первыми проявляется изнашивание. Дегенеративный процесс ускоряется в результате избыточной массы тела и ожирения по двум причинам: суставам приходится принимать на себя больший вес и к тому же они хуже питаются вследствие нарушения жирового обмена (гиперхолестеринемия).

Общими причинами, которые могут привести к артрозу, являются эндокринные факторы, такие, как нарушение функции щитовидной железы и яичников, заболевания почек и печени, хроническая венозная недостаточность (варикозно расширенные вены). У женщин ускорению развития артроза способствует климакс.

Явления изнашивания начинаются с хрящевого слоя, которым покрыты суставные поверхности сочленяющихся костей: они становятся хрупкими, сухими и шероховатыми, теряют эластичность. Трение между шероховатыми суставными поверхностями становится все сильнее, хрящ истончается, пока не стирается совсем. Обе суставные поверхности сочленяющихся костей не защищены и контактируют друг с другом.

Костная ткань уплотняется и становится твердой и гладкой, как мрамор. Часто в этой костной ткани образуются кисты (полости, заполненные мертвой тканью). По краям суставного сочленения происходит пролиферация кости; образуются зубцы, выступы, бугры или плоские разрастания. Все это называется остеофитами (рис.23).



Рис. 23. Стадии артроза.

Суставная сумка и синовиальная жидкость (суставная смазка) также вовлекаются в дегенеративный процесс. Часто сустав выглядит как бы распухшим, однако это связано не с воспалительными процессами, которых здесь нет, а с облитерирующими кровеносными сосудами в ткани отдельных частей сустава.

Со временем пациент начинает испытывать сильные боли не только при движении, но и постоянно. Патологические изменения в суставе

прогрессируют дальше, двигаться становится трудно, а затем невозможно.

Традиционное лечение. Несмотря на многообразие причин, назначения при ревматоидном артрите и деформирующем артрозе всегда одни и те же: покой, противовоспалительные средства общего или местного действия, которые небезвредны, особенно для желудка.

3.4.3. ШЕЙНО-ПЛЕЧЕВАЯ НЕВРАЛГИЯ И ПЕРИАРТРИТ ПЛЕЧА

Есть две разновидности болей в плече:

- шейно-плечевая невралгия;
- периартрит плеча.

Шейно-плечевая невралгия — поражение нерва, проходящего через плечо и руку.

Периартрит плеча — воспаление всех составляющих плеча: сустава, мышц, сухожилий и др.

При шейно-плечевой невралгии движение ничем не затруднено, но боль распространяется и на шею, и на руку, нередко она дергающая, сопровождающаяся чувством ползания мурашек.

При плечелопаточном полиартрите боль локализована в плече, почти не затрагивая руку. Плечо нередко блокировано, им трудно шевелить, любое движение причиняет боль.

ПЕРИАРТРИТ ПЛЕЧА

Периартропатия плечевая, плечевая тугоподвижность. Явления кальциноза (обызвествление) в области плечевого сустава, которые видны на рентгеновском снимке.

Описание. Плечевой сустав (который редко бывает причиной болезни), представляет собой соединение плечевой кости с лопаткой, а снаружи он как бы окружен вторым суставом, состоящим из мышц, опоясывающих плечо и позволяющих руке двигаться. Все эти мышцы свободно скользят вдоль определенных поверхностей благодаря наличию синовиальных сумок, своего рода подшипников, как это показано на рисунке. Поэтому, плечо представляет собой подвижный сустав, который является результатом взаимодействия плечевого сустава с рядом сочленяющих структур, все вместе которые и образуют функциональную единицу, обычно называемую плечевым суставом.

Примерно 90% всех болей от травм и ограничений движений в области плеча по своей природе проистекают от изменений этих сочленяющих структур: то есть сухожилий, суставных оболочек и капсул. В настоящее время очень многие люди страдают этим заболеванием.

По оценкам, примерно 20% взрослого населения ведут борьбу с этим болезненным синдромом.

Симптомы. Два главных: плечом трудно и больно шевелить. Иногда это вообще невозможно, и тогда говорят о «замерзшем» плече; порой

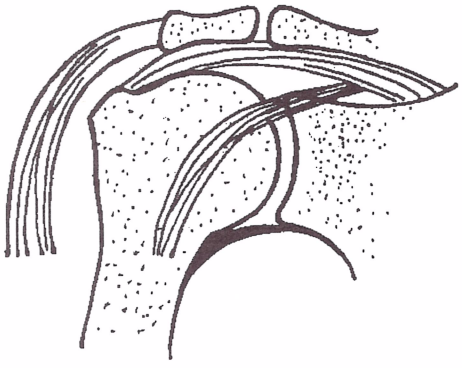


Рис. 24. Схема сухожилий и мышц плечевого сустава

бывает трудно делать определенные движения, например, почесать спину. Боль возникает при движении, тем самым его ограничивая.

Причины. Главная причина этого заболевания — механические нагрузки, которым подвержена описываемая область, и особые местные условия циркуляции, вызываемые анастомозами (соединениями) между артериальной костной и мышечной циркуляциями. Значение компонентов циркуляции подчеркивается большим числом воспалений сухожилия у лиц с проблемами циркуляции (например, у диабетиков).

Болезнь вызывает воспаление сухожилий и сумок в результате либо удара, либо износа вследствие повторяющихся движений или отложений кальция, которые в итоге образуют инородное тело.

Традиционное лечение. Покой, противовоспалительные средства, когда проходит острая стадия — специальные упражнения. Кроме того, в сустав вводят кортизон, но это средство небезопасно и повторять его применение можно не чаще двух-трех раз в месяц.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Воздействие прибором очень важно, поскольку успокаивает боль и снимает связанное с ней мышечное напряжение. Иногда достаточно одного сеанса воздействия, чтобы восстановить привычный порядок вещей. Но и в сочетании с другими методами она служит существенным подкреплением.

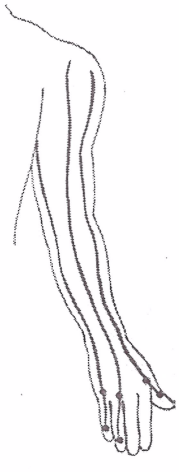


Рис. 25.

Точки. Прежде всего, следует проследить путь, по которому распространяется боль.

Выделяют три таких пути, которые приводят к: большому пальцу; середине тыльной стороны ладони, безымянному пальцу; мизинцу.

Точки располагаются у основания и на кончиках этих пальцев.

Примечание. Даже если боль останавливается выше на руке, надо мысленно продолжить ее направление до ладони и стимулировать соответствующие точки.

Как воздействовать на точки. Речь идет об острой боли, поэтому необходимо воздействовать с помощью прибора на точку в момент, когда боль появилась, до полного ее исчезновения (обычно это 10-15 минут). Повторять по мере необходимости.

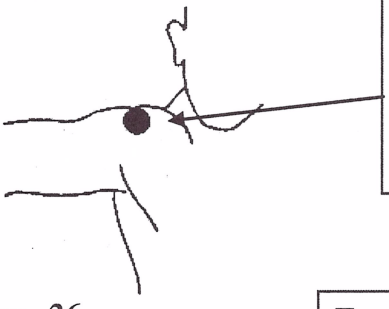
Дополнительные точки. Одна основная и три вспомогательные.

Основная. На основную точку надо воздействовать в любом случае. Она расположена на плече впереди, в ямке, которая образуется при поднятии руки и одновременном устремлении вверх большого пальца (рис. 26).

Вспомогательные. Воздействие на вспомогательные точки применяют в зависимости от локализации боли в случаях, когда становится невозможно совершать те или иные движения.

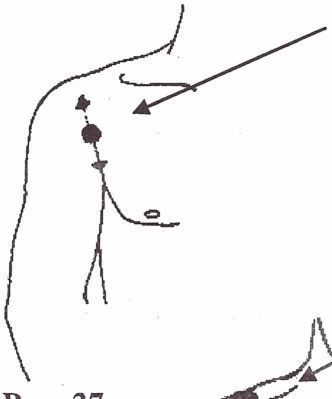
Спереди: стимулировать точку, расположенную посередине между началом подмышки и основной точкой (рис. 27).

Сбоку: стимулировать точку на ключице (рис. 28).



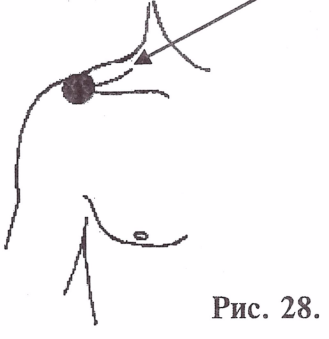
Точка GI 15 "ЦЗЯНЬ-ЮЙ" - над плечевым суставом, в углублении, образующемся при поднятии руки между бугром плечевой кости и плечевым отростком лопатки.

Рис. 26.



Точка C1 "ЦЗИ-ЦЮАНЬ" - передняя область плеча, на уровне подмышечной складки, у нижнего края большой грудной мышцы и внутреннего края двуглавой мышцы плеча.

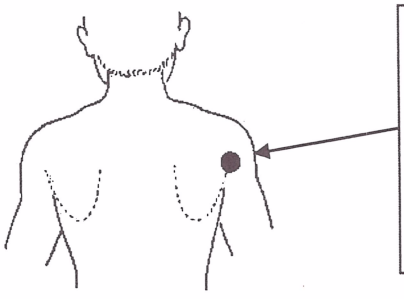
Рис. 27.



Точка GI 16 "ЦЗЮЙ-ГУ" - в наружном отделе большой надключичной ямки, кнутри от ключично-лопаточного сочленения, задняя верхняя часть плечевого пояса.

Рис. 28.

Сзади: стимулировать точку, находящуюся на палец выше окончания подмышечного сгиба (рис. 29).



Точка IG9 "ЦЗЯНЬ-ЧЖЭНЬ" - задняя область плеча, между лопаткой и плечевой костью, у заднего края дельтовидной мышцы, на 1 ц. выше задней кожной складки подмышечной впадины.

Рис. 29.

Как воздействовать на точки. Стимуляция должна быть продолжительной до 10 минут, 2-3 раза в день, рекомендуется одновременно делать движения плечом вперед-вверх, вверх-вбок-назад и т. п. Результатом можно считать уменьшение боли, но особенно впечатляет, когда видишь, как с каждым сеансом в суставах восстанавливаются нормальные движения.

3.4.4. МЕТАБОЛИЧЕСКИЕ ОСТЕОПАТИИ, ОСТЕОПОРОЗ

Их общий признак - нарушение метаболизма костной ткани, снижение плотности и прочности кости, увеличивающее риск переломов. Наиболее частым вариантом таких состояний является остеопороз, развивающийся при заболеваниях желез внутренней секреции.

В костной ткани на протяжении всей жизни происходят процессы ремоделирования - разрушение старой кости и образование новой.

Эти процессы совершаются в определенной последовательности. Под влиянием ряда стимулов остеокласты резорбируют кость. Пространство резорбированной кости покрывается остеобластами, которые формируют новую кость (остеоид), подвергающуюся минерализации.

Пик костной массы формируется в среднем к 20 годам, затем наступает период относительного равновесия, а с 35—40 лет начинается возрастная физиологическая потеря массы кости со скоростью 0,3-0,5% в год.

После наступления менопаузы у женщин костные потери ускоряются до 2-3% в год, продолжаясь в таком темпе до 60-70 лет. На протяжении жизни женщины теряют в среднем 35% кортикальной и около 50% трабекулярной костной массы. У мужчин костные потери составляют 15-20% в кортикальной кости и 20-30% в трабекулярной.

Независимо от причин, масса костной ткани будет уменьшаться до некоторого порога, после которого наступают переломы. Остеопороз может развиваться как при высоком костном обмене (когда ускоренная резорбция кости не компенсируется костеобразованием), так и при низком (когда темп костеобразования оказывается ниже даже замед-

ленной резорбции). Причем у одного и того же больного эти состояния могут сменять друг друга.

Снаружи кость покрыта надкостницей (или периостом), за исключением суставных поверхностей эпифизов, покрытых гиалиновым хрящом. Губчатое вещество обнаруживается в участках костей, осуществляющих помимо опорной и другие функции - защитную, трофическую и кроветворную (тела позвонков, плоские кости черепа и др.).

Костные клетки представлены костеобразующими остеобластами (остеоцитами) и резорбирующими костное вещество остеокластами. Остеокластам свойственна функция рассасывания костного вещества за счет синтеза ими гидролитических ферментов. Остеокласты происходят из клеток крови моноцитов.

Главная функция остеобластов связана с синтезом проколлагена, который затем переходит в межклеточное вещество, где уже синтезируются первичные коллагеновые фибриллы.

Зрелый остеоцит способен как к продуцированию, так и к резорбции межклеточного вещества. Процесс резорбции регулируется паратиреоидным гормоном.

Тонкие длинные отростки проходят в костных канальцах. Между стенкой лакуны и поверхностью остеоцита в составе неминерализованного матрикса расположены коллагеновые волокна. Наружная поверхность костей покрыта периостом, внутренний слой которой обладает остеогеннопотентными свойствами.

Главный структурный компонент межклеточного вещества хрящевой и костной ткани и ее белковой части - коллаген, определяющий в значительной степени структуру и прочность кости. 1/3 коллагена составляет аминокислота глицин, около 10% пролин, а также гидроксипролин, гидроксилизин. Процесс гидроксилирования пролина и лизина в молекуле проколлагена катализируется проколлаген-гидроксилазами, где в качестве кофермента используется аскорбат (составная часть витамина С).

Одна из важнейших органических составляющих костной ткани - мукополисахариды (гликозаминогликаны). Среди них много связанных с белками, в результате чего формируются белково-углеродные комплексы - протеогликаны. Среди важнейших гликозаминогликанов кости выделяют хондроитинсульфаты, обеспечивающие кальцификацию волокнистых структур.

Минеральная составляющая скелета - это кальций и фосфор в виде кристаллов гидроксиапатита, соединяющихся с молекулами коллагена через остеонектин, относящийся к гликопротеинам кости и дентина.

Более 80% фосфора депонировано в костях. К остеотропным микроэлементам также относятся магний, кремний и более 30 других, влияющих на жизнедеятельность костных клеток, обызвествление и декальцинацию кости. Структуре «коллаген - протеогликаны – кристалл» придается важная роль в обеспечении механических свойств костной ткани.

Костная ткань характеризуется высоким накоплением гликогена. Только в его присутствии минерализуется органический матрикс кости. Биосинтез белков органического матрикса осуществляется при непосредственном участии нуклеиновых кислот ДНК и РНК, носителей закодированной генетической информации, определяющей функциональное состояние остеогенных клеток.

Около 90% общего количества лимонной кислоты организма распределено в костях скелета, обеспечивающей процессы резорбции кости. Активность комплекса «цитрат - ионы кальция» находится под контролем паратгормона.

Для костной ткани характерно содержание щелочной фосфатазы - в остеобластах, кислой фосфатазы - в остеокластах. Наряду с высоким содержанием минералов и белков, костный матрикс содержит цитокины и факторы роста.

В костной ткани одновременно и постоянно протекают процессы резорбции старой кости и формирования новой (биоминерализации). Участки кости, испытывающие сжатие, подвергаются резорбции. В области приложения тянущих усилий образуется новая костная ткань.

По современным представлениям, деструкция органического матрикса и минерального компонента костной ткани протекают одномоментно. В организме не может быть условий для вымывания минералов из обызвествленного костного вещества без одновременного разрушения его белкового субстрата. Появление участков, лишенных минерализации, является свидетельством не декальцинации, а частичного неполного обызвествления новообразованной костной ткани.

ОСТЕОПОРОЗ - системное заболевание скелета, характеризующееся уменьшением и разрежением костной массы, утратой компактности и нарушением микроархитектоники костной ткани, что приводит к повышению ломкости костей, а следовательно, к повышению риска переломов.

Это - метаболическое заболевание скелета, поражающее в основном людей старших возрастных групп, частота которого растет с возрастом. Согласно заключению экспертов ВОЗ, остеопороз во всем мире занимает четвертое место после сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний и заболеваний органов дыхания.

В США, Европе и Японии им страдают более 75 млн. человек, треть которых составляют женщины в постменопаузальном периоде.

Результаты последних исследований показали, что при курении снижается костная масса и увеличивается риск переломов после 50 лет, причем независимо от пола. Отмечено влияние курения на костную массу и риск переломов практически во всех областях скелета. Риск остеопороза и переломов у бывших курильщиков хотя и выше, чем у некурящих людей, но все же значительно ниже, чем у курящих.

Как показывают эпидемиологические исследования, средний возраст наступления менопаузы (прекращение менструаций) у некурящих

женщин составляет 48-49 лет, тогда как у курильщиц со стажем более 10 лет менопауза наступает в среднем в 46-47 лет. Эти результаты отчасти объясняют негативное влияние курения на риск остеопороза, так как ранняя менопауза является одним из основных факторов этого заболевания.

Прием гормональных контрацептивов в возрасте 18-25 лет препятствует достижению максимальной (пиковой) костной массы у молодых женщин, увеличивая тем самым риск остеопороза в старшем возрасте. Неблагоприятное побочное действие противозачаточных препаратов можно снизить или предотвратить за счет дополнительного приема кальция и витамина D.

Если вам более 50 лет и вы решили снизить избыточный вес, помните о том, что на фоне снижения массы тела у женщин происходит и потеря костной ткани. *Поэтому обязательно включите в программу комплексные препараты кальция, витамина D и другие биологически активные вещества, важные для здоровья костей.*

Чтобы иметь крепкие кости, дети должны есть овощи и фрукты, больше бывать на солнце и больше двигаться. А вот молоко не имеет к здоровью костей прямого отношения. Такую идею высказывает американский диетолог А. Лану. Проанализировав результаты 58 исследований, он делает вывод, что рекомендации употреблять как можно больше молока не имеют под собой научной основы.

В большинстве исследований ученые не нашли никакой связи между употреблением молочных продуктов и состоянием костей. Известно, что в США употребляют больше молока и молочных продуктов, чем в других странах. Но при этом заболеваемость остеопорозом и количество переломов выше, чем в большинстве других развитых стран. Этот «кальциевый парадокс» и заставил ученых провести подобное исследование.

Остеопороз является широко распространенным заболеванием, связанным с генерализованным разрежением кости. Несмотря на то что при остеопорозе все отделы скелета имеют повышенную хрупкость, некоторые кости обладают особой склонностью к переломам, а именно: тела нижних грудных и верхних поясничных позвонков, проксимальный конец бедренной кости (подголовчатая, межвертельная, подвертельная части), проксимальный конец плечевой и дистальный отдел лучевой кости. Переломам предплечья и бедра почти всегда предшествуют падения, тогда как остеопорозный коллапс позвонков, по-видимому, происходит спонтанно.

В основе заболевания - дисбаланс костного ремоделирования - костеобразования и костной резорбции: ускоренная резорбция, снижение костеоб-разования.

Первичный остеопороз: постменопаузальный, сенильный (составляет 85% всех случаев заболевания), ювенильный и идиопатический.

Вторичный остеопороз - это остеопатии при ряде заболеваний: синдром Кушинга, тиреотоксикоз, гипогонадизм, ревматоидный артрит,

а также лекарственная болезнь (глюкокортикоиды, противосудорожные, тиреоидные гормоны и др.).

Сенильный (старческий) остеопороз. Для старости характерна гиподинамия, недостаточная инсоляция, пониженная усвояемость кальция и витамина D. Это типичные факторы риска развития старческого остеопороза.

В патогенезе сенильного остеопороза, наряду с дефицитом половых стероидов и кальцитонина, большую роль играет отрицательный кальциевый баланс, обусловленный дефицитом витамина D и сниженной абсорбцией кальция в ЖКТ.

Следует отметить, что, несмотря на остеопороз, значительного уменьшения числа костных клеток, состояния декальцинации при этом не наступает, уровень кальцификации остеопорозных костей пожилого возраста остается нормальным.

Старческий остеопороз - это не потеря кальция или недостаток его отложения, а потеря костного вещества как такового, преобладающая над остеогенезом.

Старческий остеопороз следует отличать от старческой остеомаляции, при которой новообразующееся костное вещество остается необызвествленным.

Следует обратить внимание на то, что применение эстрогенов как средств заместительной терапии, широко рекомендуемых современной академической эндокринологией, особенно в пожилом возрасте для терапии постменопаузального остеопороза, ограничено рядом опасных противопоказаний: нарушение функции печени, повышение тромбообразования, риска тромбофлебитов, возрастание риска гиперпластических процессов в матке и молочных железах, рака матки и молочных желез и др.

Биопрепараты программы «999»: «ЧЖУАН ГУ», «КАЛЬЦИЙ», «СОСНОВАЯ ПЫЛЬЦА», «МОЛОЗИВО, «КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА», «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА», «БЕЛЫЙ ФЕНИКС», ПЛАСТЫРИ, ИЗДЕЛИЯ С ТУРМАЛИНОМ полностью лишены этих побочных эффектов - для них не характерно повреждающее канцерогенное действие на репродуктивные ткани.

Задачи биокоррекции с помощью этих препаратов и продукции:

- замедление или прекращение потери массы кости;
- улучшение качества кости и повышение ее прочности;
- нормализация нарушенных процессов костного ремоделирования;
- предотвращение переломов костей;
- восстановление двигательной активности.

Главным критерием эффективности терапии является предотвращение переломов костей.

3.4.5. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ КОСТЕЙ И СУСТАВОВ

Эта программа направлена на:

- восстановление стабильной структуры коллагеновой сети в межклеточном матриксе;
- восстановление метаболизма хондроцитов (увеличение синтеза гликозаминогликанов, протеогликанов – основных веществ хряща);
- повышение резистентности хондроцитов к воздействию ферментов, повреждающих суставной хрящ;
- активизацию анаболических процессов матрикса хряща;
- ингибирование энзимов, вызывающих дегенерацию (воспаление) суставного хряща;
- активизацию процессов минерализации костной ткани.

Система «ДЕТОКС» направлена на соединительнотканную эндоэкологическую реабилитацию межклеточного матрикса, поддержание минерального гомеостаза путем восстановления функциональной активности желудочно-кишечного тракта и выделительной системы почек.

СОСТАВЛЯЮЩИЕ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ:

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ

2. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды

3. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе.

4. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

5. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, накладка на глаза, наколенник, гетры, носки, жилет на плечо, повязка на запястье, голеностоп.

6. ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ ПРЕПАРАТЫ: «ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЙ СПРЕЙ», БАЛЬЗАМ «ШАОЛИНЬ».

7. ПЛАСТЫРИ: «ПЛАСТЫРЬ ОРТОПЕДИЧЕСКИЙ ДЛЯ ПОЗВОНОЧНИКА», «ПЛАСТЫРЬ ШАОЛИНЬ ПОЗВОНОЧНЫЙ», «ПЛАСТЫРЬ ШАОЛИНЬ ОРТОПЕДИЧЕСКИЙ С ТРАВАМИ», «ПЛАСТЫРЬ ШАОЛИНЬ СУСТАВНЫЙ С ТУРМАЛИНОМ».

8. ВОЗДЕЙСТВИЕ С ПОМОЩЬЮ «МАССАЖНОГО ПРИБОРА» ВДОЛЬ МЕРИДИАНОВ И АКУПУНКТУРНЫХ ТОЧЕК.

Воздействие проводится на указанные точки в течение 3 минут на точку – ежедневно утром и вечером в течение 2-х недель.

9. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап – *детоксикация: очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

5. «ЧЖУАН ГУ» - курс приема 3 дня с 10-дневным перерывом между курсами, постоянно, до или после еды по 6 г. 2 раза в день.

6. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

7. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *восстановление метаболизма хондроцитов (увеличение синтеза гликозаминогликанов, протеогликанов — основных веществ хряща); повышение резистентности хондроцитов к воздействию ферментов, повреждающих суставной хрящ; активизацию анаболических процессов матрикса хряща; ингибирование энзимов, вызывающих дегенерацию (воспаление) суставного хряща; активизацию процессов минерализации костной ткани.*

1. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

2. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

3. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

4. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

5. «ЧЖУАН ГУ» - курс приема 3 дня с 10-дневным перерывом между курсами, постоянно, до или после еды по 6 г. 2 раза в день.

6. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

7. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 2 капсулы 2 раза в день до еды.

8. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 2 месяца.

В году принимать 3 курса.

Глава 3.5. ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ МОЗГ».

Центральную нервную систему образуют головной и спинной мозг. Головной мозг состоит из больших полушарий и ствола с мозжечком. В коре больших полушарий собирается вся информация от органов чувств, инициируются движения тела, высшие умственные способности, планирующие мышление, речь и письмо.

Нервные пути, которые соединяют тело и головной мозг перекрещиваются. Поэтому левое полушарие головного мозга контролирует правую сторону тела и наоборот. В левом полушарии расположены центры речи и логического мышления, а правое определяет художественные способности, способности к пространственному представлению и восприятию чувств.

Промежуточный мозг располагается в глубине, под большими полушариями. Его важнейшими центрами являются таламус и гипоталамус. Таламус представляет собой «станцию переключения» между органами чувств и большими полушариями мозга.

Гипоталамус управляет вегетативной нервной системой. Под ним расположен мозговой придаток – гипофиз, который управляет выработкой гормонов в организме.

Ствол мозга регулирует центральные функции тела: дыхание, кровообращение, температуру и др. Мозжечек координирует движение и регулирует равновесие.

К стволу мозга примыкает спинной мозг, расположенный в позвоночном столбе и имеет длину 41-54 см, диаметр 1 см и вес около 30 г. По нервным путям он проводит обмен информацией между головным мозгом и организмом в обе стороны. Из спинного мозга выходит 31 пара нервов, а от головного мозга – 12 пар нервов.

Если человек здоров, то обмен веществ в мозгу находится в равновесии. Если же в нем произойдут колебания, начнутся психические нарушения, например, шизофрения.

Организм человека и его психика неразрывно связаны между собой. Поэтому некоторые соматические заболевания приводят к расстройству психики и наоборот. Если вначале возникает психическое заболевание, например психоз, то окружающие замечают, что поведение человека изменилось: прежде спокойный и сдержанный стал излишне разговорчивым и раздражительным, а тот, кто всегда казался веселым и полным радости от жизни, вдруг стал замкнутым и не способен ничему радоваться.

Мы должны сделать все возможное, чтобы предотвратить повреждение мозга. Для этого мы должны получить представление о том, как функционируют мозговые и нервные клетки. Отдельная клетка мозга, или нервная клетка, называется нейроном. У клетки есть тело, которое принимает информацию от других нейронов и, в свою очередь дает ответные сигналы, которые посылаются другим нервным клеткам или мышцам для инициирования функций организма, таких как мышление,

движение, зрение, обоняние, восприятие вкусовых ощущений, слезотечение и кожное дыхание. Нейроны получают информацию посредством тысяч небольших биохимических процессов, при помощи отростков (дендритов), отходящих от тела клетки.

Информация посылается от нейрона при помощи длинного отростка каждой клетки, который называется аксоном (у каждого нейрона только один аксон), и лучше всего его можно представить в виде медной проволоки с обмотанной вокруг нее изоляцией, называемой *миелином.* Миелин необходим для большинства нервных клеток для обеспечения нормальной электропроходимости.

Аксон затем устанавливает контакт с другой клеткой, такого или другого типа, при помощи контакта, который называется *синапсом.* Он сообщается со следующей стоящей после него в ряду клеткой путем передачи химического мессенджера синапсу, который в свою очередь активизирует клетку. Эти химические мессенджеры называются *нейромедиаторами.* Одна нервная клетка может быть связанна с тысячами других нервных клеток при помощи дендритов (ветвящиеся структуры в нервных клетках).

У мозга есть определенные основные потребности для осуществления своих функций.

Первое, ему требуется энергия — и это глюкоза. Мозг не может существовать долго без глюкозы, и глюкозная недостаточность при таких условиях, как гипогликемия (пониженный сахар крови), может причинить значительный ущерб мозгу после всего лишь короткого периода времени.

Второе, ему необходимо сжигать глюкозное топливо, и для этого ему необходим кислород, который поступает к нему посредством мозговых кровеносных сосудов — сонной и позвоночной артерий. Для работы нашего мозга сердце должно перекачивать к нему кровь, и для этого наши артерии должны быть открытыми, чтобы кровь попадала в мозг. Если какая-либо из этих систем (кровеносная или кислородная) нарушена, мозг может быть перманентно нарушен за такой короткий период как пять минут.

Третье, ему требуются аминокислоты, электролиты, жирные кислоты, гормоны, минералы и витамины для того, чтобы вырабатывать нейромедиаторы, стабилизировать электропередачу, поддерживать метаболические функции и миелин, а также укреплять стенки клеток. Поскольку содержание многих из этих веществ, питающих мозг, сокращается по мере нашего старения, нам требуются биопрепараты, чтобы восполнить их.

Наиболее важные биопрепараты для мозга корпорации «999»: *«БОЛЮСЫ ХУАТО», «ПЫЛЬЦА СОСНЫ», «СКВАЛЕН», «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ», «КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА», «MAX+LYCIUM» ,«ДАНГУЙ», «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ», «ЧЖЕНЬТЯН».*

Основными свойствами биопрепаратов входящих в программу являются:

1) сосудорасширяющее, седативное действие;

2) дополнительный источник витамина С, B_1 B_2, Р, РР, Е, флавоноидов и микроэлементов (Mg, Fe, Se) обладающих антиоксидантным и нейропротекторным действием, за счет блокады свободных радикалов на клеточном уровне, нормализация церебрального метаболизма (восстановление функции черепно-мозговых нервов, высшей нервной деятельности; улучшается память, внимание; повышается устойчивость к физическим и психо-эмоциональным нагрузкам);

3) восстановление проведения нервно-мышечного импульса в периферической нервной системе.

3.5.1. БЕССОННИЦА

Согласно традиционной китайской медицине, бессонница чаще всего вызывается нарушениями работы внутренних органов, дисбалансом между потоками ци и крови, а также дисфорией (состоянием тревоги и отчаяния).

Симптомы бессонницы многочисленны. Для легкой формы характерны трудности с засыпанием, поверхностный сон, при котором больной часто просыпается и не может снова заснуть. Тяжелая форма выражается в неспособности заснуть в течение всей ночи, что нередко сопровождается головокружением, головной болью, учащенным сердцебиением, психическими расстройствами, несварением желудка, отсутствием аппетита, усталостью, ухудшением памяти и т. д.

Крепкий, здоровый сон является одним из самых лучших и доступных принципов здоровья. Несмотря на это, лишь немногие люди в наше время спят достаточное количество времени. Половина американцев страдает от бессонницы, как минимум, несколько ночей в неделю. Каждый шестой из них называет бессонницу своей главной проблемой. Лишая организм столь необходимого ему отдыха, эти люди ухудшают и даже полностью разрушают собственное здоровье.

Сон и отдых настолько важны в связи с их крайне благотворным влиянием на здоровье.

1. *Сон регулирует выделение важных гормонов.* Во время сна выделяется гормон роста. Благодаря этому дети растут; у взрослых же данный гормон регулирует мышечную массу и помогает контролировать жировые отложения. Если вы не высыпаетесь, функция этого гормона нарушается. Возможно, недостаток сна частично виновен в том, что две трети американцев страдают от избыточного веса или ожирения.

Лептин - еще один гормон, выделяющийся во время сна - непосредственно влияет на аппетит и регулирование жировых отложений. Именно он сообщает организму, когда следует остановиться. Люди, которым не хватает этого важного гормона, часто страдают чрезмерным аппетитом.

2. *Сон замедляет процесс старения.* Крепкий сон действительно является залогом красоты и здоровья. Он замедляет процесс старения и, как считают некоторые люди, представляет собой наилучшее средство для профилактики возникновения морщин. Более того, от качества сна зависит — ни много ни мало - продолжительность жизни.

3. *Сон укрепляет иммунную систему.* Организм людей, продолжительность ночного сна которых составляет девять часов вместо семи, характеризуется повышенной активностью так называемых «клеток-убийц». Они уничтожают вирусы, бактерии и даже раковые клетки.

4. *Сон благотворно сказывается на деятельности мозга.* Результаты одного исследования убедительно показывают, что кратковременный недостаток сна может снизить мозговую активность, повлияв на способность сосредоточиваться и познавать окружающий мир.

5. *Сон приводит к снижению уровня кортизола в крови.* Под влиянием чрезмерного стресса уровень кортизола в крови начинает повышаться, что приводит к нарушению баланса нервных трансмиттеров в мозгу. В результате этого возникают раздражительность и склонность к депрессии, а также повышенная тревожность. Высокий уровень кортизола ассоциируется со многими заболеваниями, однако лекарство от них находится от вас буквально на расстоянии вытянутой руки — там, где лежит ваша подушка. Спите столько, сколько положено, и уровень этого гормона снизится.

Что происходит, когда вы не спите?

1. *Возрастает риск развития диабета второго типа.*
2. *Недостаток сна сказывается на сексуальном влечении*
3. *Вы становитесь более восприимчивым к различного рода заболеваниям.*

С бессонницей так или иначе связаны многие неприятные болезни, среди которых - хроническая усталость, фибромиалгия, синдром хронической боли, аутоиммунные заболевания, гипертония, ожирение, депрессия и другие виды психических расстройств. Многие взрослые, страдающие от повышенного кровяного давления, артрита, изжоги и депрессии, жалуются также на плохой ночной сон, что в очередной раз подтверждает взаимосвязь между бессонницей и болезнями. Люди, страдающие перечисленными выше заболеваниями, испытывают периодическую дневную сонливость в два раза чаще, чем здоровые люди.

Эксперты по вопросам сна утверждают, что большинству взрослых для здоровья, безопасности и оптимальной работоспособности каждую ночь необходимо спать 7-9 часов. Не получая его адекватного количества, мы начинаем аккумулировать своеобразный «долг» перед сном, который, если позволить ему вырасти, в дальнейшем будет нелегко вернуть. Возникающие в результате этого нарушения сна самым непосредственным образом связаны с такими проблемами, как ожирение, повышенное кровяное давление, депрессивное состояние, снижение продуктивности и высокая подверженность несчастным случаям дома, на работе и на дороге.

Что лишает вас крепкого ночного сна?

1. Стресс и беспокойства.

2. Физическая боль.

3. Кофеин.

4. Сигареты и алкоголь.

5. Лекарственные препараты (преднизон, лекарства от астмы, заболеваний щитовидной железы, заменители гормонов, некоторые обезболивающие и антигипертонические препараты, некоторые антидепрессанты).

6. Пищевая бессонница.

7. Рацион с низким содержанием углеводов.

8. Плохой матрас или подушка.

9. Ощущение жара в климактерический период или менструальные боли.

10. Увеличенная простата.

Когда отправляться в кровать. Сон до полуночи лучше сна после полуночи. Если вам ненавистна даже сама мысль о том, чтобы отправиться спать столь «рано», подумайте о том, что на кону стоит ваше здоровье. От 90 до 95 процентов клеток вашего тела, которых насчитывается 60-100 триллионов, каждый год заменяются новыми клетками; причем чаще всего это происходит во время сна до полуночи. Более того, в процессе сна ваше тело само себя омолаживает. Сон и вода являются двумя наилучшими секретами длительной молодости. Если вам действительно небезразличны ваши внешний вид и продолжительность жизни, вы сможете отправляться спать не позже 22:00.

Некоторые люди, пытаясь решить связанные со сном проблемы, особые надежды возлагают на снотворные препараты, которые со временем могут вызвать зависимость и нарушить естественные циклы сна. Однако сама природа снабдила нас всеми необходимыми для улучшения сна средствами, которые к тому же не имеют побочного действия, свойственного большинству лекарств. Несмотря на то что эти средства — кальций, магний, валериана и успокоительные чаи — являются естественными продуктами.

3.5.2. ДЕПРЕССИЯ, СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

ДЕПРЕССИЯ. Эти заболевания трудно определить и разграничить. Речь идет обо всех случаях, когда человек перестает быть самим собой, иначе говоря, чувствует себя «не в своей тарелке».

Симптомы. Самооценка больного снижается, ему кажется, что он ни на что не способен, в конце концов, так и происходит. Это сопровождается разнообразными расстройствами, ознобом, почти всегда бессонницей.

Но как бы ни называли нервную депрессию — неврастенией, упадком сил, ее описания никогда не передают всей полноты сопровождающих ее ощущений.

Причины. Результаты современных исследований свидетельствуют, что в основе депрессии лежат органические причины, например вызванные плохим состоянием крови, в частности недостатком в ней жиров омега 3, кальция и магния.

Традиционное лечение. Долгое время проблему депрессии решали с помощью транквилизаторов. Действительно, с появлением подобных средств впервые оказалось возможным справиться с такого рода заболеваниями. Успех превзошел все ожидания. Транквилизаторы — самые потребляемые в мире лекарства, которые реализуются буквально тоннами. К несчастью, у них масса побочных эффектов, в том числе сонливость и апатия. Кроме того, если возникает привыкание, приходится увеличивать дозы, а это весьма опасно для здоровья.

СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ (СЭВ) — это реакция организма, возникающая вследствие продолжительного воздействия профессиональных стрессов средней интенсивности. На Европейской конференции ВОЗ (2005 г.) отмечено, что стресс, связанный с работой, является важной проблемой примерно для одной трети трудящихся стран Европейского союза, и стоимость решения проблем с психическим здоровьем в связи с этим составляет в среднем 3-4% валового национального дохода.

СЭВ — это процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личной отстраненности и снижения удовлетворения исполнением работы.

СЭВ — это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия. Это приобретенный стереотип эмоционального, чаще всего профессионального, поведения.

«Выгорание» — отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время могут возникать его дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами. Иногда СЭВ (в иностранной литературе — «burnout») обозначается понятием «профессиональное выгорание», что позволяет рассматривать это явление в аспекте личной деформации под влиянием профессиональных стрессов.

Среди профессий, в которых СЭВ встречается наиболее часто (от 30 до 90% работающих), следует отметить врачей, учителей, психологов, социальных работников, спасателей, работников правоохранительных органов. Почти 80% врачей психиатров, психотерапевтов, психиатров-наркологов имеют различной степени выраженности признаки синдрома выгорания; 78% — резко выраженный синдром, ведущий к психосоматическим и психовегетативным нарушениям.

Те или иные симптомы выгорания имеют 85% социальных работников. Сложившийся синдром отмечается у 19% респондентов, в фазе формирования — у 66%.

В последнее время синдром выгорания выявляется и у специалистов, для которых контакт с людьми вообще не характерен (программисты).

Главной причиной СЭВ считается психологическое, душевное переутомление. Когда требования (внутренние и внешние) длительное время преобладают над ресурсами (внутренними и внешними), у человека нарушается состояние равновесия, которое неизбежно приводит к СЭВ.

В настоящее время выделяют около 100 симптомов, так или иначе связанных с СЭВ. Прежде всего, следует отметить, что условия профессиональной деятельности порой могут явиться и причиной синдрома хронической усталости, который, кстати, довольно часто сопутствует СЭВ.

При синдроме хронической усталости типичны жалобы больных: прогрессирующая усталость, снижение работоспособности; плохая переносимость ранее привычных нагрузок; мышечная слабость; боль в мышцах; расстройства сна; головные боли; забывчивость; раздражительность; снижение мыслительной активности и способности к концентрации внимания.

У лиц, страдающих синдромом хронической усталости, может регистрироваться длительный субфебрилитет, боли в горле. При постановке этого диагноза следует учитывать, что при этом должны отсутствовать другие причины или заболевания, способные вызвать появление подобных нарушений.

У людей, пораженных СЭВ наблюдаются когнитивная дисфункция (нарушения памяти, внимания), нарушения сна, личностные изменения. Возможно развитие тревожного, депрессивного расстройств, зависимостей от психоактивных веществ, суицид.

Общими соматическими симптомами являются головная боль, гастроинтестинальные (диарея, синдром раздраженного желудка) и кардиоваскулярные (тахикардия, аритмия, гипертония) нарушения.

3.5.3. ГОЛОВНЫЕ БОЛИ, МИГРЕНЬ

Головная боль является одной из наиболее сложных проблем медицины, потому что существует слишком много разных причин, которые могут вызвать один и тот же конечный результат - головную боль.

В клинике цефалгий различают головные боли:

- сосудистого генеза, которые могут развиваться как у гипертоников, так у гипотоников вследствие нарушения иннервации сосудов, их пареза;
- ликвородинамическая головная боль - в результате повышения продукции ликвора, нарушения венозного оттока, опухоли, кисты, отека мозга;

- головная боль мышечного напряжения появляется в результате рефлекторного напряжения мышц скальпа с возникновением ишемии сосудов;
- невралгическая головная боль;
- психалгия как эквивалент депрессивного синдрома.

Часто причиной головной боли может быть вирусная инфекция. У некоторых женщин головная боль возникает в периоды, совпадающие с началом менструального цикла. Головные боли могут иметь место вследствие повышения давления или аллергической реакции в синусах головы, так называемая «синусная головная боль».

К аналогичному состоянию может привести стресс. Иногда головная боль может быть сигналом об опасном состоянии кровеносных сосудов (аневризмы или закупорки), или о начинающейся опухоли мозга.

Если вы страдаете хронической головной болью, которая вызвана известными вам причинами, такими как аллергия, менструальный период, а также многими другими факторами, вам следует кроме лекарственных средств обратить внимание на качество питания и применить биологически активные препараты. Например, незаменимые жирные кислоты (омега-3) благодаря их способности стимулировать производство «полезных» простагландинов уменьшают спазм кровеносных сосудов и могут помочь снизить частоту головных болей.

Как это ни парадоксально, но головная боль иногда возникает из-за злоупотребления или слишком частого использования лекарств для снятия головной боли: анальгина, кодеина и даже аспирина. Эти лекарства, если их использовать часто, истощают запасы натуральных обезболивающих веществ в мозге.

Исследования показали, что дополнительные дозы витамина B_6 наряду с постепенной «детоксикацией» организма с помощью медленного и аккуратного отказа от избыточно принятых лекарств помогают уменьшить головную боль.

У некоторых людей может развиться мигрень после того, когда они употребляют продукты, богатые простыми сахарами, поскольку это может вызвать резкий всплеск уровня сахара в крови. Когда вы едите сладкую пищу уровень сахара в крови быстро повышается. Организм получает сигнал производить инсулин, который переносит сахар из крови в ткани для использования там или хранения и тем самым возвращает уровень сахара в крови на прежний уровень.

Именно чрезмерный инсулиновый ответ на сладкую пищу при котором вырабатывается много инсулина, снижающего сахар в крови слишком быстро до низкого уровня, и является причиной мигрени у некоторых людей.

Кроме того, избегайте потреблять много пищи, содержащей крахмал, так как организм может быстро превратить его в сахар. К такой пище относятся картофель, пшеница, кукуруза, рис и макаронные изделия.

Если у вас хронические головные боли, вам следует постараться освободиться от кофеиновой зависимости.

Аспартам, составляющий основу популярного заменителя сахара, известного под названием Nutra Sweet, может провоцировать приступы головной боли примерно у 10% людей, предрасположенных к мигрени.

Полностью исключите заменители сахара (кроме стевии) и все продукты их содержащие из рациона. Примерно половина людей, страдающих от хронических головных болей любого происхождения отмечают, что алкоголь действует на них как инициатор возникновения этих симптомов. Среди людей, подверженных приступам мигрени, доля тех, кто считает алкоголь ее причиной, увеличивается почти до 60%.

Нитраты и нитриты, которые содержатся в консервированном мясе и вареных колбасах, у некоторых людей вызывают приступы мигрени.

Красное вино, зрелый сыр, сложные соусы, богатые ферментами, и сметана могут содержать большое количество аминокислоты тирамина, которая у некоторых людей выступает как инициатор приступов мигрени.

Шоколад содержит вещество, называющееся фенилэтиламин, которое может спровоцировать приступ мигрени.

Мигрень (гемикрания) - это односторонняя головная боль, пульсирующего характера, сопровождается тошнотой, рвотой, нередко имеющая наследственный характер. Приступ головной боли обычно продолжается не менее 12-18 часов. Мигренью страдают 12-15% популяции. Она является вторым по частоте видом первичной головной боли после головной боли напряжения.

Характерным признаком мигрени является возникновение ее в молодом возрасте, до 20 лет. Пик заболевания приходится на период от 24 до 34 лет. С возрастом происходит трансформация мигрени, число приступов несколько уменьшается, может появиться межприступная головная боль. К наиболее частым причинам такой трансформации относят фактор злоупотребления анальгетиками или антимигренозными средствами. Мигренозные приступы женщины испытывают в 2-3 раза чаще мужчин. Имеет значение наследственная предрасположенность (если мигрень была у обоих родителей, то заболевание встречается в 60 - 90% случаев).

Различают 2 основные формы мигрени:

1) мигрень без ауры (простая мигрень) - 80% случаев;

2) мигрень с аурой (ассоциированная мигрень).

Аурой называется комплекс фокальных неврологических симптомов, предшествующих приступу боли или возникающих на высоте боли. Существует также особая форма мигрени - вегетативная, или паническая мигрень. Приступ начинается с типичной мигренозной атаки, сопровождающейся страхом (паникой), тахикардией, подъемом артериального давления, ознобом; общей слабостью, полиурией.

Эти симптомы являются «вторичными».

Мигренозный приступ провоцируют следующие факторы: эмоциональный или физический стресс; особенности психики пациента; высокая

метеочувствительность; употребление алкогольных напитков, курение; прием некоторых пищевых продуктов (сыр, шоколад, колбаса, кофеин, цитрусовые); менструация, овуляция, прием контрацептивов, беременность.

Мигрени часто сопровождаются тошнотой, рвотой и повышенной чувствительностью к свету.

3.5.4. БОЛЕЗНЬ АЛЬЦГЕЙМЕРА

Установлено, что в развитии болезни Альцгеймера генетическая предрасположенность отсутствует. Считается также, что у пожилых лиц, перенесших в прошлом черепно-мозговую травму, инфаркт миокарда, гипотиреоз, депрессию или подвергавшихся действию электромагнитных полей, в последующем чаще возникает болезнь Альцгеймера.

А вот самые последние научные данные - каждый час, проведенный человеком перед телевизором, существенно увеличивает риск болезни Альцгеймера. К такому выводу пришел профессор Ларс-Олоф Вахлунд (Lars-Olof Wahlund), по его мнению развивающееся слабоумие сопровождается телевизионной зависимостью. Уменьшают риск болезни чтение, разгадывание кроссвордов, игра в шахматы, ходьба и занятия спортом. То есть любые интеллектуальные упражнения.

Сохранить и продлить активное интеллектуальное долголетие может система оптимального макробиотического питания. Исследования показали, что те, кто придерживался этого питания страдали от болезни Альцгеймера реже всего. Те, кто придерживался этого режима питания только частично, снижали риск заболевания на 15-20% по сравнению с любителями типично американской пищи - с гамбургерами, попкорном и мороженым.

Современные научные находки свидетельствуют, что болезнь Альцгеймера развивается как медленное воспаление вещества мозга - энцефалит. Привести к этому могут известные вирусы, например вирус герпеса. Не следует также забывать о других известных возбудителях, живущих преимущественно в клетках мозговой ткани. Это грибковая инфекция, токсоплазмоз, цитомегаловирусы, простейшие. Медленно, но эти возбудители ведут к хроническому воспалению и деградации мозговой ткани.

Существует множество причин потери памяти, самая важная связана с окислительным вредом, который свободные радикалы причиняют клеткам мозга и их мембранам. Окисление жирных кислот в стенках нервных клеток и вред, причиняемый митохондриям (источникам энергии в клетках), обычно приводят к накапливанию поврежденного материала, потери дендритов, болезни и повреждению клеток и, в конечном итоге, к их смерти.

В зависимости от области повреждения, это нарушение может проявиться в болезни Альцгеймера или болезни Паркинсона.

Среди других причин это образовании нейротоксинов из веществ, поглощаемых с пищей, водой и из атмосферы, что приводит к возникновению мельчайших микроинсультов, а это в свою очередь к ухудшению памяти и способности ясно мыслить.

Во многом потеря памяти и болезнь Альцгеймера являются следствиями образа жизни. Согласно подсчетам, от этого распространенного заболевания страдает 50% людей восьмидесяти пяти лет и старше. Какими бы ни были конечные причины болезни Альцгеймера, симптомы данного заболевания возникают тогда, когда нейроны, поврежденные или разрушенные свободными радикалами (которые вырабатываются воспалительными механизмами), перестают функционировать. Кроме того, хронический стресс вызывает постоянную избыточную концентрацию кортизола в организме и это отравляет клетки мозга.

3.5.5. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ МОЗГА

Эта программа направлена на:

- защиту клеток мозга от окислительных процессов, которые лежат в основе его старения;
- повышение устойчивости клеток мозга к дефициту кислорода, что активизирует их быстрое восстановление при нарушениях мозгового кровообращения;
- восстановление крепкой и долговременной памяти, ведь она защищает клетки мозга от разрушения;
- активация синтеза гормонов памяти;
- нормализацию биоритмов мозга, которые имеют особенно важное значение для здоровья нервной системы.

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ

2. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды

3. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе.

4. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

5. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, накладка на глаза, наколенник, гетры, носки, жилет на плечо, повязка на запястье, голеностоп.

6. ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ ПРЕПАРАТЫ: «ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЙ СПРЕЙ», БАЛЬЗАМ «ШАОЛИНЬ».

7. ПЛАСТЫРИ: «ПЛАСТЫРЬ ОРТОПЕДИЧЕСКИЙ ДЛЯ ПОЗВОНОЧНИКА», «ПЛАСТЫРЬ ШАОЛИНЬ ПОЗВОНОЧНЫЙ»,

«ПЛАСТЫРЬ ШАОЛИНЬ ОРТОПЕДИЧЕСКИЙ С ТРАВАМИ», «ПЛАСТЫРЬ ШАОЛИНЬ СУСТАВНЫЙ С ТУРМАЛИНОМ».

8. ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Замечательно, что есть безопасный и эффективный способ, который приносит облегчение. Массаж прибором, совместно с любым другим лечением, постепенно приводит к частичному либо полному излечению депрессивных состояний.

Точки. Здесь это скорее области, которые необходимо массировать с помощью прибора регулярно.

Согласно канонам традиционной китайской медицины, депрессия возникает при недостатке энергии в меридиане печени.

1). Сгиб запястья (рис. 30).

2). На животе, отрезок, соединяющий грудную клетку и пупок (рис. 31).

3). На макушке, в точке пересечения средней линии и отрезка, соединяющего ушные раковины (рис. 32. Точка VG20 «БАЙ-ХУЭЙ»).

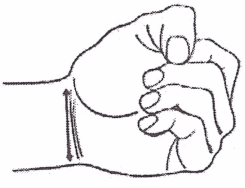


Рис. 30.

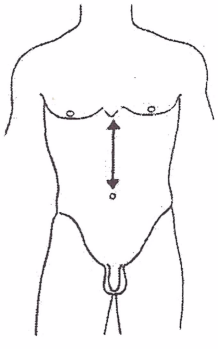


Рис. 31.

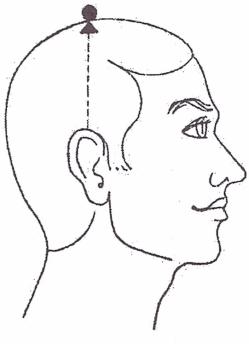


Рис. 32.

Как воздействовать на точки. Следует стимулировать точки и области 2-3 раза в день 5-10 минут.

9. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап – *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА». Принимать до еды, запивая теплой кипяченой водой, по 1 капсулы 2 раза в день.

6. «БОЛЮСЫ ХУАТО» - по 1 дозирующих ложечек 2 раза в день до еды.

7. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

8. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза – 1 месяц.

Второй этап – *восстановление метаболизма мозговых клеток, повышение устойчивости клеток мозга к дефициту кислорода, нормализацию биоритмов мозга.*

1. «КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА». Принимать до еды, запивая теплой кипяченой водой, по 1 капсулы 2 раза в день.

2. «БОЛЮСЫ ХУАТО» - по 1 дозирующих ложечек 2 раза в день до еды.

3. «СКВАЛЕН». Принимать по 2 капсулы в обед во время еды.

4. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

5. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

6. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

7. «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

8. «ДАНГУЙ» - по 10 пилюль 2 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

9. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

При головной боли в 1 и 2 этапах применяется **«ЧЖЕНЬТЯН»** - по 1 пакетику (6 грамм), 2 раза в день, после еды, запивая теплой кипяченой водой.

Курсовая доза – 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции – 2 месяца.

В году принимать 3 курса.

Глава 3.6. ПРОГРАММА «ЗДОРОВОЕ ДЕТСТВО»

Широко известно высказывание детских врачей конца 19-го века о том, что «ребёнок – это не взрослый в миниатюре». При этом имелись в виду не столько количественные отличия (вес, рост) ребёнка от взрослых, сколько принципиально качественное своеобразие обмена веществ и особенности психики детского организма.

Прежде всего, необходимо отметить некоторые особенности отличия химического состава тела у детей различных возрастов от взрослых. У плода в течение всего внутриутробного периода развития происходит постепенное уменьшение воды в тканях и нарастание сухого остатка и золы.

Количество минеральных начал, играющих роль пластического материала (например, кальция, фосфора), систематически нарастает, особенно энергично в период формирования у плода скелета, а количество электролитов, играющих главную роль в процессах обмена (хлор, натрий, калий и др.), наоборот, снижается.

Жировая ткань у детей по сравнению с такой же тканью у взрослых бедна жидкой олеиновой кислотой и богата стеариновой и пальмитиновой кислотами. Она содержит больше летучих жирных кислот, имеет более высокую точку плавления и т.д. С возрастом ребенка эти показатели постепенно изменяются, приближаясь к нормам взрослых.

На составе тканей плода и ребенка отражаются, питание матери в период беременности и питание самого ребенка в первые месяцы жизни.

Существенное отличие между детским и взрослым организмом имеют процессы, связанные с обменом энергии. У детей с их интенсивными и многообразными синтетическими процессами, связанными с ростом, часть энергии идет и на нарастание массы тела, и на дифференцировку тканей. У недоношенных детей основной обмен несколько ниже, чем у доношенных новорожденных. В течение первого полугодия жизни у девочек и мальчиков основной обмен совершенно одинаков. Но уже во втором полугодии жизни суточный основной обмен у мальчиков несколько превышает таковой у девочек. В возрасте 12-13 лет у девочек основной обмен повышается и превышает показатели мальчиков. По достижении полового созревания мальчики снова обгоняют девочек по показателям основного обмена.

При голодании основной обмен у детей снижается сильнее, чем у взрослых. У взрослых 1/3 суточного расхода энергии уходит на мышечную работу. У детей около 15% общего расхода энергии идет на рост и отложение тканевых веществ, 15% на мышечную работу, на крик и плач – до 60% среднесуточных энергетических затрат.

Количество основных пищевых ингредиентов – белков, жиров, углеводов, воды и минеральных солей на каждый килограмм веса ребенка совершенно разное в различные периоды детства. И то, что нормально для правильного развития ребенка – школьника может оказаться совершенно недостаточным для грудного ребенка, находящегося на молочном вскармливании.

Для облегчения такого дифференцированного подхода к ребенку целесообразно подразделить все детство на отдельные периоды, которые выглядят следующим образом:

3.6.1. ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ БЕРЕМЕННЫХ И «УТРОБНОГО ДЕТСТВА»

Специфика возрастного периода.

Наиболее характерными чертами внутриутробного периода надо считать исключительно быстрый рост плода и питание за счет материнского организма.

На правильности развития и следовательно, на полноценности будущего ребенка в значительной мере отражаются интоксикации, острые и хронические инфекции и другие заболевания матери, образ её жизни, *особенности питания*, психические и физические нагрузки и прочие моменты, так или иначе влияющие на течение беременности и на внутриутробное развитие эмбриона и плода.

Распространенные недомогания во время беременности и после нее:

1. УТРЕННЯЯ ТОШНОТА И ТОКСИКОЗЫ БЕРЕМЕННОСТИ. Свежий корень имбиря (Шен Цзян) способен снять утреннюю тошноту.

Имбирный чай

1. Очистите небольшой кусочек свежего корня имбиря, разрежьте его на 3-6 ломтиков.

2. Сложите нарезанный имбирь в кастрюлю, залейте водой и дайте покипеть на медленном огне 3-5 минут.

3. Процедите жидкость. Пейте ее вместо чая несколько раз в день.

2. БОЛЬ В СПИНЕ. Во время беременности причины болей в спине очевидны: нагрузка на нее возрастает. Вам поможет продолжительный отдых. Если у вас слабая спина, которая часто болит, и мочеиспускания участились, необходимы укрепляющие средство для почек («ЛИНЧЖИ»).

3. ВЫСОКОЕ ДАВЛЕНИЕ И ЗАДЕРЖКА ВОДЫ В ОРГАНИЗМЕ. Если во время беременности поднялось давление (особенно на фоне задержки жидкости в организме и белка в моче), необходимо врачебное наблюдение.

Но вы можете помочь себе сами: диета предотвратит симптомы или смягчит их, если они начались. Не ограничивайте потребление калорий во время беременности, потреблять следует не менее 2800 калорий в день. Большинству женщин помогают добавки с кальцием: *«ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», «ЦИНК», «ПЫЛЬЦА СОСНЫ»*. Попробуйте заменить столовую соль сушеными бурыми водорослями (Кунь Бу).

Если гипертензия и отечность развиваются, несмотря на эти меры, попробуйте травяное лекарственное средство из плодов можжевельника, листьев крапивы, семян сельдерея.

Самомассаж. 1. Поглаживайте живот по часовой стрелке или против нее.

2. Согрейте Почки, потирая спину кулаками на уровне талии, по обе стороны от позвоночника.

4. УГРОЗА ВЫКИДЫША. При появлении выделений во время беременности обязательно обратитесь к врачу. Чаще всего выделения не опасны, но если вы боитесь выкидыша или перенесли его прежде, придерживайтесь постельного режима. При необходимости следует провести в постели последние несколько недель беременности.

5. РАСТЯЖКИ. Втирание масел в живот и промежность во время беременности и после родов поможет избежать растяжек. Возьмите как основу кунжутное масло (Хэй Чжи Ма), добавьте в него несколько капель эфирных масел бурачника, энотеры, витамина Е, розы.

6. ПОСЛЕРОДОВАЯ ДЕПРЕССИЯ. В китайской медицине основной причиной этого недомогания считается дефицит Крови. Даже если при родах вы потеряли умеренное количество крови, не забывайте, что много крови вы отдали своему ребенку, этим и объясняются ваши послеродовые эмоциональные проблемы.

Согрейте низ живота, мягко поглаживая его по часовой стрелке.

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ БЕРЕМЕННЫХ И «УТРОБНОГО ДЕТСТВА»

Программа обеспечивает профилактику осложнений беременности: ранние и поздние токсикозы, задержку роста и дефекты развития плода, выкидыш, кровотечения, трудные роды и др.

Избегайте психического напряжения. Питайтесь правильно, как следует высыпайтесь при любой возможности, избегайте физического и психического напряжения. Китайская медицина усматривает прямую зависимость между эмоциональным состоянием матери и здоровьем ее ребенка, поэтому разумная женщина постарается избегать стрессовых ситуаций на работе и дома.

Очень часто токсикозы беременности принимают легкое течение или исчезают после приема биопрепаратов корпорации «999»: *«ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», «ЦИНК», «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА», «ПЫЛЬЦА СОСНЫ», «СКВАЛЕН», «ЖЕНСКАЯ ФОРМУЛА», «МОЛОЗИВО», «MAX+LYCIUM», «MAX+SEABUCKTHORN», «КОЭНЗИМ Q10», «ЛИКОПИН», «ГОРЬКИЙ ОГУРЕЦ».*

Дополнительно необходимо применять фолиевую кислоту по назначению врача женской консультации.

БИОПРЕПАРАТЫ:

1. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

2. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

3. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

4. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

5. «КОЭНЗИМ Q10» - 1-я неделя: по 1 капсуле 1 раз в день; 2-я неделя: по 1 капсуле 2 раза в день или 2 капсулы одновременно; 3-я неделя: по 2 капсуле 2 раза в день во время еды.

6. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

7. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

Указанные биопрепараты применять беременной в течение всего периода беременной – месяц употребляем, 2 недели перерыв.

3.6.2. ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ МАТЕРИ В ЛАКТАЦИОННОМ ПОСЛЕРОДОВОМ ПЕРИОДЕ

Женское молоко — это единственное полноценное питание для грудных младенцев. Оно имеет соответствующую данной цели температуру и консистенцию. Всякие аналоги грудного женского молока являются лишь более или менее удачными суррогатами.

Почему же в таком случае даже питающиеся материнским молоком грудные младенцы испытывают такие болезненные состояния, как колики, кашель, ушная боль и т.д.? Первая болезнь, — это, как правило, колики. Так называют возникающие из-за скопления газов в желудке и кишечнике спазмы, которые обычно начинаются во второй половине дня, затягиваясь иногда до глубокой ночи.

Ребенок кричит, пока не избавится от газов, требуя, чтобы его брали на руки, носили и покачивали. Причиной этого состояния является, по существу, застой пищи. Несмотря на то, что женское молоко является самым лучшим питанием для грудных детей, даже у вскармливаемых грудью младенцев бывают колики. Отчего же это происходит? Ответ заключается в том, что всякое чрезмерное питание вредно — даже если оно очень хорошее.

В последние несколько десятилетий кормление «по требованию» стало нормой. Всякий раз, когда ребенок криком выражает свое желание есть, мать стремится удовлетворить это желание и одновременно успокоить своего ребенка. Однако если она кормит его «по требованию», то обычно происходит перекармливание. Когда желудок перегружен пищей настолько, что уже не может с ней справиться, то даже женское молоко застаивается, в результате чего нормальное пищеварение нарушается и ребенок испытывает дискомфорт. Именно, беспорядочное кормление рассматривается как главная причина возникновения колик.

Если из-за застоя пищи возникают колики или какое-либо иное болезненное состояние пищеварительного тракта, крайне важно прекратить беспорядочное кормление «по требованию» и перейти к кормлению по расписанию. Если ребенок только что родился, то для защиты его здоровья нужно с самого начала придерживаться кормления по расписанию.

Кормление по расписанию, или «регулярное кормление», не означает, конечно, испытания голодом или какой-либо иной жестокости по отношению к младенцу. Когда ребенок криком сигнализирует о своем требовании дать ему пищу, он подчиняется своему инстинкту, который в данном случае может его и обманывать. Суждения взрослых основаны на накопленном опыте, которого у младенца еще недостаточно. Родители ответственны за своих младенцев, и они должны лучше своих детей знать, когда их кормить. У младенцев может возникнут желание «подкрепиться» от скуки или от жадности — как, впрочем, это случается и с взрослыми.

Простое правило кормления по расписанию для новорожденных младенцев можно свести к двум-трем унциям молока каждые четыре часа (1 унция = 26,35 грамма.) Несмотря на то, что каждый младенец имеет свои собственные пищевые потребности, основанные на возможностях его обмена веществ, такое расписание в качестве приблизительного можно считать приемлемым для большинства новорожденных младенцев. Установление расписания поможет предотвратить возникновение привычки кормить «по требованию». Кормлению по расписанию существенно снизит число случаев возникновения у младенцев таких состояний, как колики, ушная боль, кашель и простуда.

Если после родов женщина обнаруживает, что у нее недостаточно своего грудного молока, ей следует добавить в свою диету папайю, а также есть регулярно арахис и семена черного кунжута. Китайские медики считают, что все эти продукты способствуют увеличению продукции молока.

Традиционная китайская медицина объясняет гипогалактию недостатком энергии в меридиане печени.

БИОПРЕПАРАТЫ:

1. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин. до приема пищи.

2. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

3. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

4. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

5. «МОЛОЗИВО» - по 2 таблетки 2 раза в день во время еды.

6. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

7. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

8. «КОЛЛАГЕН» - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

9. «ГОРЬКИЙ ОГУРЕЦ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

Указанные биопрепараты применять матери в течение всего периода лактации без перерыва.

3.6.3. ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ В «ПЕРИОДЕ МОЛОЧНЫХ ЗУБОВ» (ОТ 1 ГОДА ДО 6 ЛЕТ)

Специфика возрастного периода.

Период молочных зубов характеризуется постепенным совершенствованием всех функциональных возможностей детского организма, но все же он продолжает отличаться повышенной ранимостью. Особенно быстро развиваются интеллектуальные особенности ребенка, он начинает хорошо говорить, у него значительно обогащается запас представлений.

Особенность пищеварительной системы у данной категории детей заключается в относительной морфологической незрелости селезенки

и желудка: слизистая оболочка его относительно толста и богата кровеносными сосудами, но бедна соединительной тканью.

Имеет место слабо развитый мышечный слой и мало лимфатических сосудов; сфинктер входа в желудок выражен слабо, а мышечный слой выхода из желудка (привратника), наоборот, достаточно сильно, что предрасполагает ребенка к срыгиванию и рвоте. Желудочный сок характеризуется пониженной кислотностью. Желчь детей относительно бедна желчными кислотами, холестерином, лецитином и солями, но она богата муцином, водой, пигментами.

Из анатомических особенностей детского кишечника следует отметить слабую фиксацию слизистой и подслизистой оболочек и недостаточное развитие мышечного слоя. Этими особенностями объясняется большее предрасположение детей к выпадению прямой кишки при натуживании.

Значение питания.

Первая пища, вводимая в рацион младенца после материнского молока, должна быть жидкой - «суп» из белого риса. Обычно вслед за «супом» из белого риса в рацион младенца вводят различные овощи. При этом можно придерживаться следующего порядка: вареная размятая морковь, картофельное пюре, зеленые бобы или горох.

При введении определенного вида пищи в определенный момент времени родители могут проследить за тем, как этот вид пищи усваивается ребенком. То, что пищеварительная система ребенка еще не окрепла в достаточной мере для того, чтобы справиться с этой пищей без побочных эффектов, может быть установлено по таким признакам, как отрыжка, колики, газы, запор или жидкий стул. Если упустить из виду такие признаки, как жидкий стул, запор или интенсивное образование газов, то не переваренная пища может скопиться в кишечнике, результатом чего будет застой пищи, сырость и мокрота. Это может проявиться в увеличении количества слизи — либо в стуле, либо в носовой полости и в легких. Если в связи с введением в рацион ребенка новой пищи будет замечено возрастание количества слизи, то и в этом случае необходимо будет приостановить кормление этой пищей и повторить попытку лишь через пару недель или даже несколько больший период времени.

Продукты со значительным содержанием животного белка (включая различные виды сыров) и различного рода мучные изделия можно оставить на более поздний срок — когда окрепнет пищеварительная система ребенка. Знакомство с таким лакомством, как вареная кукуруза, может быть отложено на значительно более поздний срок, поскольку даже пищеварение взрослых не вполне справляется с недроблеными зернами.

Следует заметить, что в рамках китайской медицины пшеница рассматривается как способствующая образованию холода и сырости. Иными словами, этот злак переваривается с большим трудом, чем, например, рис, и пища, приготовленная на его основе, чаще заста-

ивается в кишечнике. Классики китайской медицины особенно предостерегают от кормления маленьких детей непропеченным пшеничным хлебом, который может вызвать застой в кишечнике и, соответственно, повредить функции селезенки, поджелудочной железы и пищеварению.

Прежде всего, дети не должны пить фруктовые соки, особенно если они взяты непосредственно из холодильника. Они слишком сладкие и, как правило, слишком холодные. Они нарушают пищеварение и вызывают скопление сырости и мокроты. Маленькие дети не должны есть слишком много хлеба. Это также наносит вред селезенке и приводит к образованию сырости и мокроты. Маленькие дети не должны есть сырых овощей. Им не следует есть слишком много сыра.

Кроме того, детям не следует давать сладкие кондитерские изделия и мороженое. Сладости угнетают селезенку и способствуют образованию сырости. Что касается мороженого, то кроме того, что это лакомство слишком сладкое (благодаря присутствию сахара), оно к тому же сильно способствует образованию сырости (яйца и сливки) и наносит вред селезенке и поджелудочной железе (низкая температура).

В списке нежелательных для кормления маленьких детей продуктов и напитков родители сразу же обнаружат то, что составляет главную часть обычного пищевого рациона их собственных детей. Это сырая морковь и сельдерей, сыр, крекеры и хлеб и фруктовое желе, охлажденное молоко и фруктовые соки. Это, является причиной того, что наши дети так часто страдают от отита, хронического кашля и пищевой аллергии.

Когда малыш заболевает простудой, тонзиллитом, кашлем или отитом, то в четырех случаях из пяти ребенок перед болезнью был на празднике и ел сласти и мороженое.

Поэтому необходимо воздержание от слишком раннего или слишком быстрого введения в рацион маленького ребенка твердой пищи и от использования в рационе сырой и холодной пищи. Это означает также воздержание от слишком частого обращения к молочным продуктам, яйцам, и особенно к разного рода сластям. Иными словами, диета маленького ребенка должна содержать в себе много сложных углеводов (овощей и фруктов), и лишь небольшое количество мяса, яиц и молочных продуктов.

Следует проводить наблюдение за стулом ребенка. Жидкий стул у маленького ребенка часто означает, что ребенок ест слишком много сладкого. Это может означать, в частности, неумеренное потребление мороженого — наиболее опасного лакомства. Перекармливание сластями, включая мороженое, приводит к повреждению селезенки-поджелудочной железы, в результате чего она теряет контроль над разделением ясной и мутной субстанции. Если ясное и мутное остаются неразделенными, то возникает сырость, а сырость и несварение

в конечном итоге дают жидкий стул и понос. Обычно после того, как мы обнаруживаем у маленького ребенка возникший из-за неправильной диеты жидкий стул, мы наблюдаем у него в течение одного или двух дней мокроту и слизь.

После того, как продуцирование мокроты становится интенсивным, нам приходится обычно говорить о возникновении насморка или влажного кашля, воспалении гланд или отите. Главной причиной этих заболеваний является нарушение разумной диеты. Если бы родители вовремя обратили внимание на жидкий стул ребенка и внесли необходимые исправления в режим питания ребенка, то этих заболеваний можно было бы избежать.

Если стул маленького ребенка имеет нормальный вид, и в нем не заметно слишком большого количества слизи, то диета, по-видимому, находится в норме. Если после съеденного сахара или мороженого стул становится жидким, то это уже существенный сигнал.

В этот период детства значительно чаще приходится наблюдать следующие заболевания:

- наряду с острой респираторной инфекцией появляются тяжелые пневмонии, бронхиты, астматические реакции;
- на почве неправильного питания или генетической предрасположенности выявляются заболевания почек, печени, сердца, нервной системы;
- чаще встречаются острые «детские» инфекции (ветряная оспа, паротит и т.д.);
- усиливается частота инфицирования туберкулезом;
- видны последствия перенесенного рахита.

В этом периоде условно подразделяют две возрастные категории, отличающиеся некоторыми особенностями:

А. Дети раннего, преддошкольного возраста (от 1 до 3 лет), для которых характерно быстрое созревание центральной и периферической нервных систем, а также совершенствуются условно-рефлекторные связи - вторая сигнальная система.

В преддошкольном возрасте еще довольно часто встречаются острые расстройства пищеварения, диатезы, рахит, пневмонии. Наиболее частой патологией являются: острые детские инфекции (корь, коклюш, скарлатина, ветряная оспа, эпидемический паротит и др.).

Б. Дети раннего дошкольного возраста (от 4 до 6 лет).

В дошкольном возрасте возрастают аллергические и инфекционно-аллергические заболевания (бронхиальная астма, ревматизм, нефриты и др.). В этом возрасте идет дальнейшее духовное и физическое совершенствование, нарастает мышечная сила и появляется большая подвижность ребенка.

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ В «ПЕРИОДЕ МОЛОЧНЫХ ЗУБОВ» (ОТ 1 ГОДА ДО 6 ЛЕТ)

1. «КАЛЬЦИЙ ДЕТСКИЙ С ВИТАМИНАМИ», желе с активным кальцием, - по 1 таблетке 2 раза в день.

2. «ЖЕЛЕ С АКТИВНЫМ ЦИНКОМ» - по 2 желейные таблетки 2 раза в день.

3. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 1 капсулы 1 раз в день во время еды.

4. «МОЛОЗИВО» - по 1 таблетке 2 раза в день во время еды.

Курсовая доза – 2 месяца.

В течение года проводят не менее 3-х курсов.

3.6.4. ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (ОТ 7 ДО 12 ЛЕТ)

Специфика возрастного периода.

В этом периоде в организме ребенка основная структурная дифференцировка тканей уже завершена. Идет дальнейшее развитие мышечной системы и формирование характера.

В этот период уже четко выявляются психофизические особенности ребенка в зависимости от пола. У некоторых младших школьников отмечаются недостатки физического развития, астения. Значительно возрастает роль аллергии, так как при повторных воздействиях на организм инфекционных агентов, пищевых и других антигенов происходит изменение его чувствительности. Это обусловливает относительно большую частоту заболеваний инфекционно-аллергического характера. У детей первого периода отрочества многие органы достигают полного развития.

Заканчивает свою дифференцировку головной мозг, ярко проявляются особенности характера и способности ребенка к труду и интеллектуальной деятельности, усиленно развивается мышечная система, возрастает активность щитовидной и половых желез.

В этом периоде педиатры часто отмечают следующие заболевания: ОРВИ, астматический бронхит, грибковые и аллергические заболевания кожи, ревматизм и другие поражения сердца и суставов, заболевания печени и желудка, появляются различные астенические состояния.

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (ОТ 7 ДО 12 ЛЕТ)

1. «КАЛЬЦИЙ ДЕТСКИЙ С ВИТАМИНАМИ», желе с активным кальцием, - по 1 таблетке 2 раза в день.

2. «ЖЕЛЕ С АКТИВНЫМ ЦИНКОМ» - по 2 желейные таблетки 2 раза в день.

3. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 1 капсулы 1 раз в день во время еды.

4. «МОЛОЗИВО» - по 1 таблетке 2 раза в день во время еды.

5. «ШАДИ» - по 1 капсуле 2 раза в день во время еды.

6. «СПИРУЛИНА» - по 1 таблетке 2 раза в день во время еды.

7. «ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС» - 1/2 бут. утром, за 30 мин. до еды.

8. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 1 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

Курсовая доза — 2 месяца.

В течение года проводят не менее 3-х курсов.

3.6.5. ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (ОТ 13 ДО 18 ЛЕТ)

Специфика возрастного периода.

Последний период детства называют также пубертатным периодом. У девочек период начинается с 13 лет и заканчивается к 17-18 годам. У мальчиков — с 14-15 лет и заканчивается к 18-20 годам.

Для этого периода особенно характерны сдвиги в эндокринной системе. Отчетливо выявляется функциональная зрелость полового аппарата и заканчивается развитие вторичных половых признаков. Отчетливее сказывается гормональное воздействие надпочечников и инсулин-продуцирующих клеток поджелудочной железы.

Патология этого возраста приобретает своеобразный оттенок: чаще встречаются психоневрозы, функциональные расстройства сердечно-сосудистой системы, аномалии половой сферы, реже встречаются острые детские инфекции, часты нарушения осанки. В целом текущие заболевания протекают так же, как и у взрослых людей.

В период полового созревания внешний вид, пропорции тела подростков становятся такими же, как и у взрослых. В это время выявляются случаи недоразвития полового аппарата, расстройства со стороны нервной системы в виде психоневрозов. Нередкие жалобы на колющие боли в области сердца и сердцебиение объясняются в большинстве случаев расстройствами вегето-невротического характера.

ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ДЕТЕЙ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (ОТ 13 ДО 18 ЛЕТ)

1. **«КАЛЬЦИЙ ДЕТСКИЙ С ВИТАМИНАМИ», желе с активным кальцием,** - по 2 таблетке 2 раза в день.

2. **«ЖЕЛЕ С АКТИВНЫМ ЦИНКОМ»** - по 4 желейные таблетки 2 раза в день.

3. **«ЖИР МОРСКОГО КОТИКА»** - по 2 капсулы 1 раз в день во время еды.

4. **«МОЛОЗИВО»** - по 2 таблетке 2 раза в день во время еды.

5. **«ШАДИ»** - по 2 капсуле 2 раза в день во время еды.

6. **«СПИРУЛИНА»** - по 2 таблетке 2 раза в день во время еды.

7. **«ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС»** - 1 бут. утром, за 30 мин. до еды.

8. **«ПЫЛЬЦА СОСНЫ»** - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

9. **«КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ»** - по 1 капсуле 2 раза в день, до еды.

Курсовая доза — 2 месяца.

В течение года проводят не менее 3-х курсов.

3.7. ПРОГРАММА «ГИНЕКОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»

В китайской медицине жизнь женщины делится на три этапа: период полового созревания, детородный возраст и менопауза.

Анатомия и физиология женского организма значительно превосходит сложностью мужской. Женщинам приходится на протяжении всей жизни справляться с такими проблемами, как менструации, беременности и менопауза. Важно напоминать, что это не болезни. Все перечисленное — нормальные физиологические процессы, которые у большинства женщин проходят безболезненно. Общий элемент для всех трех — китайская концепция Крови: как гласит поговорка, «в жизни женщины господствует Кровь».

Согласно китайской медицине, менструации должны проходить без физической боли и эмоционального напряжения.

Менструации. В основе китайского подхода к проблемам менструаций лежит представление о так называемых «нормальных» менструациях. Они начинаются в возрасте 12-14 лет, наступают через каждые 28 дней и продолжаются примерно пять дней. При менструациях выделяется умеренное количество крови - не скудное и не обильное, кровь свежая и без сгустков. Нормальные менструации не сопровождаются болью и резкими перепадами настроений.

Возможно, все это вызовет недоумение у женщин, которые уже слышали от врача, что их проблемы с менструациями совершенно «нормальны»: их следовало бы назвать «распространенными проблемами». Если обратить внимание на менструальные проблемы в самом начале, многих из них удастся избежать в более позднем возрасте. От менструаций во многом зависит общее состояние здоровья, с их помощью можно устранить потенциальный дисбаланс прежде, чем он проявится.

Менструальные проблемы:

1. НЕРЕГУЛЯРНЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. *Симптомы:* цикл, колебания начала которого превышают одну неделю, а продолжительность превышает четыре недели. *Причина:* дефицит Почек и Печени.

2. БОЛЕЗНЕННЫЕ МЕНСТРУАЦИИ. *Симптомы:* боли перед менструациями и во время них, боли после прекращения менструаций. *Причина:* застой Ци и Кровь, дефицит Крови.

3. ОТСУТСТВИЕ МЕНСТРУАЦИЙ. Для менструаций, прекратившихся после установления нормального цикла. 1). *Симптомы:* менструации становятся короче и затем прекращаются. *Причина:* дефицит Крови. 2). *Симптомы:* менструации болезненные, со сгустками, потом прекращаются. *Причина:* застой Крови.

4. ЕСЛИ МЕНСТРУАЦИИ ВООБЩЕ НЕ НАЧАЛИСЬ. *Симптомы:* менструации не начались после достижения 15 лет. *Причина:* дефицит Почек.

5. ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНЫЙ СИНДРОМ (ПМС). *Симптомы:* перепады настроения, раздражительность, депрессия, болезненность

груди, тяга к углеводам и сладкому, изменения в режиме опорожнения кишечника, вспышки угревой сыпи. *Причина:* застой Печени и дефицит Крови.

6. ДИСФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ. Известен ряд причин, по которым кровотечения возникают в неположенное время цикла, менструации случаются чаще, чем раз в месяц или продолжаются дольше недели.

3.7.1. АМЕНОРЕЯ, ОТСУТСТВИЕ МЕНСТРУАЦИЙ

Описание. Аменорея — это отсутствие менструаций в тот период жизни женщины, когда они должны быть:

- если месячных не было вообще, это первичная аменорея;
- если они пропали после того, как все было нормально - вторичная.

Симптомы. Безусловно, самый очевидный признак — отсутствие менструации. Но могут быть и сопутствующие симптомы, на которые необходимо обратить внимание, так как они облегчают постановку диагноза. Например, боли в животе или расстройства пищеварения — тошнота, рвота, покраснение, приливы и т. п.

Причины. Некоторые причины аменореи — естественные: лучший пример тому — беременность.

В критические периоды половой жизни женщины — в момент полового созревания или при климаксе — месячные тоже могут прекратиться. Считается, что для жительниц Европы половое созревание наступает в 12—16 лет, менопауза — в 45—55. Но половое созревание может запоздать, а климакс быть преждевременным, что не следует считать патологией.

Анормальное отсутствие месячных — следствие неполадок на разных уровнях половой системы. Чтобы лучше разобраться в этом вопросе, обратимся к рисунку 33.

Из него видно, что в месячном цикле главную роль играют матка, «базовый орган», если так можно выразиться, источник крови, и яичники — железы, расположенные в животе и раз в месяц производящие яйцеклетку, а также помогающие матке «свить гнездо», где будет покоиться яйцеклетка в случае оплодотворения, благодаря двум субстанциям, которые они выбрасывают в кровь. Если оплодотворения не случилось, в этом «гнезде» нет необходимости, и оно уносится вместе с кровью, освобождая место для нового.

Но это не все. Есть еще гипофиз - железа, расположенная у основания головного мозга и контролирующая деятельность яичников.

Если добавить, что гипофиз подвержен многочисленным воздействиям, особенно со стороны нервной системы, становится ясно, почему эта сложная система оказывается столь чувствительной к различным нарушениям. На уровне матки — это и неправильная анатомия этого органа, и отсутствие чувствительности к гормонам яичников. На уровне яичников — кисты различной структуры или плохая овуляция.

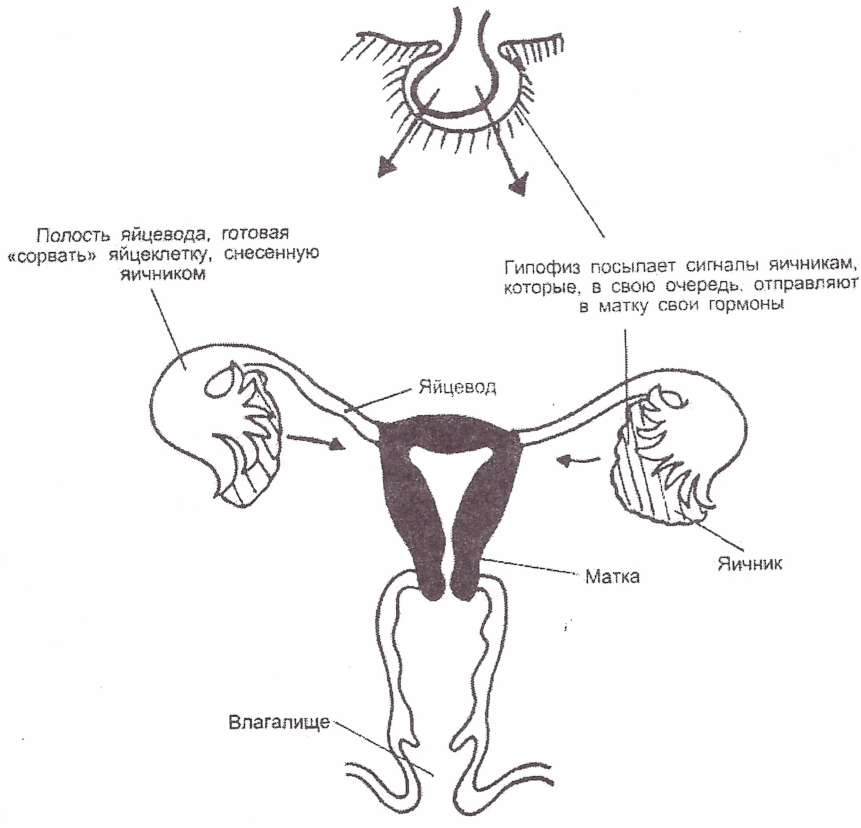


Рис. 33. Взаимодействие гипофиза, яичников и матки

На уровне гипофиза — опухоли или расстройство функции вследствие мозговых проблем. Каждая женщина знает, что сильные переживания могут остановить месячное либо вызвать их преждевременно.

К аменорее необходимо отнестись очень внимательно, хотя, к счастью, в большинстве случаев мы имеем дело с функциональными, а не органическими причинами.

Традиционное лечение. Некоторые кисты, опухоли и неправильное развитие половых органов остаются в ведении хирургов.

Но в большинстве случаев пытаются наладить нормальный менструальный цикл с помощью субстанций, которые производят сами железы, то есть гормонов. Это не самое простое лечение, так как нарушения могут быть многочисленными, а гормональные препараты порой опасны, особенно при чрезмерных дозах, поскольку блокируют выработку естественных гормонов, приводя к обратному эффекту.

В этой ситуации используют натуральные биопрепараты корпорации «999»: *«БЕЛЫЙ ФЕНИКС», «НУАНЬ ГУН ЮНЬ ЦЗЫ ВАНЬ», «ДАНГУЙ», «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ», «ЛУНДАН» - (ДЕРМАСАН), «ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ», «СЯО ЯО ВАНЬ», «ШЕСТЬ*

ТРАВ», «ШАДИ», «MAX+LYCIUM», «MAX+SEABUCKTHORN», «ПЫЛЬЦА СОСНЫ», «ПЛАСТЫРЬ ПРИ МАСТОПАТИИ».

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Эффект акупунктурного воздействия прибором зависит от конкретного случая, но систематическое обращение к ней дает хороший результат, так как она безвредна, воздействует на организм в целом, согласует деятельность разных уровней половой системы.

Точки. Первая — внизу спины, в трех пальцах по обе стороны от позвоночника на уровне подвздошного гребня, то есть на уровне таза (рис. 34).

Вторая - на животе, на палец ниже пупка (рис. 35).

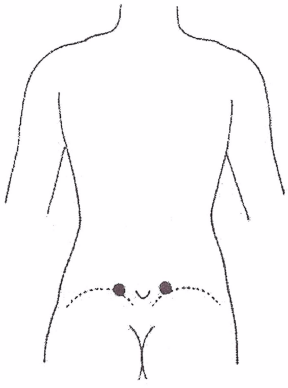


Рис. 34.

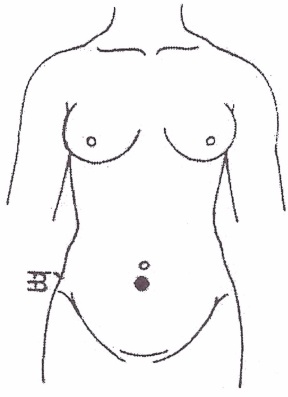


Рис. 35.

Как воздействовать на точки. Необходимо восстановить выделения, поэтому стимуляция должна быть 2 раза в день по 10 минут, пока желаемый результат не будет достигнут. Это позволяет начать поиск причины неполадок, чтобы лучше с ними справиться. Если нарушения чисто функционального характера, стимуляция помогает восстановить регулярный цикл.

3.7.2. НАРУШЕНИЕ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА, ДИСМЕНОРЕЯ

Описание. Очень болезненное ее протекание, дисменорея — в научной терминологии. Изменение нормальной продолжительности цикла — 28 дней — в ту или иную сторону или нерегулярность цикла.

Симптомы. Помимо неполадок с самой менструацией, нужно обратить внимание и на появляющиеся при этом другие недомогания: набухание и боли в груди, дополнительный вес, головные боли, расстройство пищеварения. Они позволяют точно установить причину.

Важен и вид кровянистых выделений при менструации: цвет, более или менее красный, наличие сгустков, пленок и т. п.

Причины. Нарушения цикла могут быть следствием сбоев на любом уровне половой системы; болезни, их вызывающие, сходны с теми, что приводят к полной остановке месячных.

Традиционное лечение. Если не принимать во внимание органические причины: кисты, опухоли и т. п., — сбои цикла лечат главным образом гормональными препаратами. Лечение непростое, «двустороннее»: с одной стороны, оно помогает, с другой — может вызвать проблемы, так как нарушает работу желез, вырабатывающих те же гормоны.

В этой ситуации используют натуральные биопрепараты корпорации «999»: *«БЕЛЫЙ ФЕНИКС», «НУАНЬ ГУН ЮНЬ ЦЗЫ ВАНЬ», «ДАНГУЙ», «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ», «ЛУНДАН» - (ДЕРМАСАН), «ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ», «СЯО ЯО ВАНЬ», «ШЕСТЬ ТРАВ».*

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Акупунктурное воздействие с помощью прибора всегда гармонизирует менструальный цикл, его воздействие не бывает ни чрезмерным, ни недостаточным. Не представляется вредным попробовать его и при органических нарушениях.

Точки. Есть общие точки для всех сбоев менструального цикла, но есть и те, что помогают, например, при болях или задержке месячных.

Общих точек одна, которая находится на животе, посередине между пупком и лобком (Точка VC4 «ГУАНЬ-ЮАНЬ»).

При болях: одна точка, расположенная на верхней части лобка, на маленькой косточке, в двух пальцах от средней линии (рис. 36).

Другая — на ладонь ниже колена, на внешней стороне ноги (рис. 37).

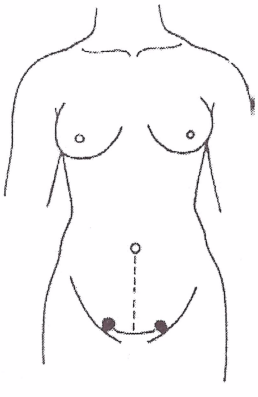


Рис. 36.

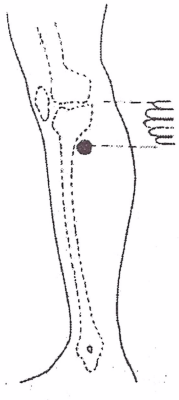


Рис. 37.

При укороченном, меньше 28 дней, цикле. Одна точка расположена на передней стороне бедра. Если обхватить ладонью коленную чашечку (снизу вверх), большой палец укажет на нее (Точка RP10 «СЮЕ-ХАЙ»).

Другая — на тыльной стороне стопы, между основаниями первого и второго пальцев (Точка F2, «СИНЬ-ЦЗЯНЬ»).

При слишком длительном цикле. Одна точка — посередине внутренней стороны стопы, на косточке (рис. 38).

Другая — внизу спины, на верхней границе крестца (рис. 39).

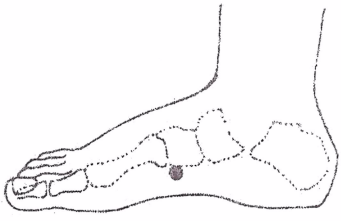


Рис. 38.

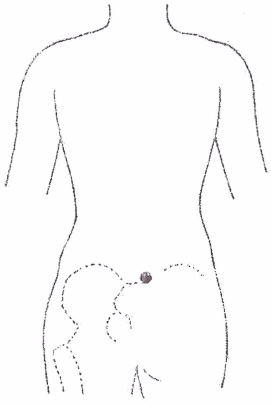


Рис. 39.

Как воздействовать на точки

- при болях достаточно стимулировать точки прибором за неделю до предположительной даты начала менструации по пять минут утром и вечером; если боль не проходит, воздействовать до 10 минут, пока не наступит облегчение;
- при нерегулярном цикле достаточно стимулировать точки по 10 минут утром и вечером в течение трех недель, предполагая недельный перерыв на собственно менструацию.

3.7.3. МАТОЧНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Описание. Всякое непредвиденное выделение крови из наружных половых органов. Маточное кровотечение необходимо отличать от вполне нормального кровотечения при менструации.

Следует уточнить, что кровотечение не считается нормальным в трех случаях: когда оно происходит во время месячных, но чересчур обильно и долго не проходит, — это так называемая меноррагия, ненормально длительная и обильная менструация; когда оно не совпадает по времени с менструацией, это метроррагия, неменструальное маточное кровотечение; когда возникает до или после менструального возраста, у маленьких девочек или пожилых женщин.

Симптомы и формы. Безусловно, любое кровотечение требует внимательного отношения. Необходимо обратить внимание и на другие характерные признаки: кровь красная или черная, есть ли сгустки, пленки, кусочки, каков запах, нет ли гноя.

Причины возникновения менор- и метроррагии различны.

Меноррагия — следствие функциональных нарушений и злокачественной опухоли, фибромы.

Метроррагия — тоже, как правило, вызывается функциональными нарушениями, но все же следует сразу снять подозрение на более серьезные причины. Наконец, инфекции и заболевания крови также могут нести ответственность за маточные кровотечения.

Традиционное лечение. Лечение самой причины мы не будем здесь рассматривать. Чтобы остановить кровотечение, требуется немедленное вмешательство. В этом случае хороши все кровоостанавливающие препараты, которые усиливают свертываемость крови, к ним нередко добавляют гормоны, заставляющие матку сокращаться.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Эффект акупунктурного воздействия прибором при маточном кровотечении не всегда одинаков. Акупунктурное воздействие эффективно при кровотечениях, не связанных с органическими нарушениями.

Точки. Две основные, две вспомогательные.

Основные. Обе расположены на стопе. Первая — во внешнем уголке ногтя большого пальца ноги (рис. 40-1). Вторая — у основания большого пальца ноги, за первым его суставом, на внутренней стороне стопы (рис. 40-2).

Вспомогательные. Первая — внизу спины, на средней линии, у верхней границы крестцовой кости (рис. 41).

Вторая — на макушке, на линии, соединяющей верхушки завитков ушей (Точка VG20 «БАЙ-ХУЭЙ»).

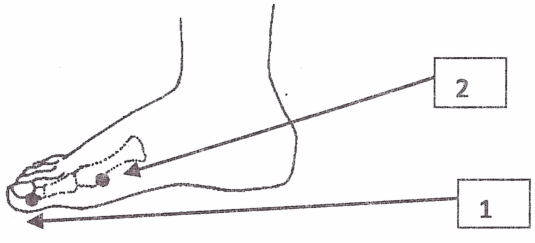


Рис. 40.

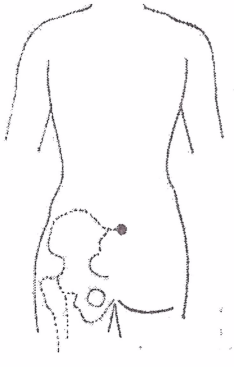


Рис. 41.

Как воздействовать на точки. При маточном кровотечении воздействие должно быть по точкам в течение 10 минут два-три раза в день.

3.7.4. МЕНОПАУЗА

Менопауза - естественный этап в жизни каждой женщины. Прекращение ежемесячных истечений указывает на завершение детородного возраста, многие женщины при этом чувствуют себя свободными от постоянных мыслей о предохранении и менструациях.

Некоторым приходится искать себе новую «роль»: к этому времени дети перестают нуждаться в матерях, отношения с мужьями могут стать напряженными. Иногда менопауза сопровождается появлением дисгармонии, возникают симптомы, связанные с изменением характера Крови, согласно представлениям китайской медицины.

Менопауза - это время непредсказуемых, горячих приливов крови, бессонниц, скоропалительных изменений настроения, уменьшения ресурса как кратковременной, так и долговременной памяти, развитие сухости слизистых оболочек, в особенности в интимной сфере, перераспределения жира (так называемый эффект гравитации, при котором жир «сползает» с плеч и накапливается на животе и бедрах).

Вдобавок - усиливается чувствительность рецепторов боли, и то, что еще пять лет назад казалось неприятным, становится невыносимым. Например, слегка ущемленный межреберный нерв у 30-летней вызывает ощущение покалывания в коже, а у 45-летней - боль, сопоставимую с болью при стенокардии. Отсюда и огромное количество пациентов, убежденных, что у них что-то с сердцем при нормальной кардиограмме.

Да и другие боли усиливаются. Наиболее частым проявлением менопаузного фибромиалгического синдрома является боль в спазмированных мышцах плечевого пояса низа спины, внешней поверхности бедер, колен и стоп.

На Западе такое явление более распространено, а в традиционных сообществах переходный период для женщин проходит достаточно гладко, лишь изредка он бывает, связан с приливами, ночными потами, перепадами настроения и тревожностью.

Согласно традиционной китайской медицине, жизнь женщины делится на семилетние периоды, менструации начинаются в 14 лет и заканчиваются в 49, хотя в последнее время полное соответствие этой модели встречается реже. Менопауза ассоциируется с постепенным и вполне естественным истощением сущности Почек (Цзин), неразрывно связанной с унаследованной Ци. По мере старения слабость Почек проявляется все отчетливее: волосы седеют, слух снижается. Эта слабость Почек объясняет самые распространенные проблемы, связанные с менопаузой. Почки связаны с Водой, и чем они слабее, тем сильнее разгорается Огонь - раздражительность, потливость, приливы и головокружения. Симптомы общей слабости Инь и Ян Почек - боли в спине, чередование озноба и жара, головокружение, звон в ушах. Сопутствующий избыток Огня Почек может привести к вспышкам агрессивности и эмоциональному напряжению. Китайские растительные средства помогают при проблемах с менопаузой, к ним относятся препараты для укрепления Почек - например, кордицепс, линчжи

Недомогания во время менопаузы могут объясняться постепенным истощением Ци или Крови.

Женщины, которые питаются правильно и придерживаются здорового образа жизни, редко сталкиваются с недомоганиями во время менопаузы.

ПОМОГИТЕ СЕБЕ САМИ. Если вас тревожит приближающаяся менопауза или вы уже ощущаете ее симптомы, попробуйте обратиться не к лекарствам, а к натуральным средствам. Для начала воспользуйтесь приведенными ниже советами. Опробовать ГЗТ вы еще успеете, если обнаружите, что натуральные средства не действуют.

ПИЩА. Постарайтесь есть питательные продукты. Идеальный рацион должен включать злаки и овощи, рыбу и свежие фрукты. Организму необходимо достаточное количество минеральных веществ и белков, не стоит злоупотреблять тяжелой пищей, молочными продуктами и мясом. Кофе (в том числе без кофеина) оказывает дестабилизирующее влияние на гормоны, его лучше избегать. Вместо него пейте травяные настои и больше воды.

ПОЛЕЗНЫЕ ЖИРЫ. Жирная рыба — важный источник питательных веществ, особенно семга, скумбрия, сельдь и тунец. Они богаты жирными кислотами Омега-3 и Омега-6, которые содержатся также в оливковом и кунжутном масле, и в особенности - в льняном и конопляном. В последнее время их можно найти в магазинах здорового питания. Употребляйте в пищу не менее трех столовых ложек одного из этих масел или смеси масел ежедневно. Их можно использовать в качестве приправ, подавать к овощам, добавлять в различные блюда или принимать как лекарство.

ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ. Кальций необходим для здоровья костей и профилактики остеопороза. Он содержится в яйцах, лососе, листовой зелени, сое, фасоли и орехах. Кунжут - особенно богатый источник кальция, он входит в состав кунжутной и гороховой пасты (хумуса и тахини). Еще два вида оружия в арсенале против остеопороза - витамин D и магний. Витамин D есть в молоке, яйцах, жирной рыбе, масле из печени трески. Он также вырабатывается в организме под действием солнца. К источникам магния относятся соя, орехи и пивные дрожжи.

Один из секретов здоровья восточных женщин - тофу, твердый соевый творог. Тофу следует покупать свежим, предпочтительно экологически чистым, и есть в сыром виде, или мариновать и добавлять в обжаренные смеси, жаркое, гриль или супы. Тофу особенно полезен женщинам, его регулярное потребление помогает уберечься от многих болезней.

Второй рекомендацией является потребление фенхеля. Эта ароматная луковица с пучком зелени продается в супермаркетах. Потребляйте в резаном свежем виде по пол-луковицы в день.

Из питания необходимо исключить соль в количествах, превышающих 5 грамм в сутки (чуть больше чайной ложки), некоторые пряности (женщина сама знает, какие пряности вызывают у нее прилив крови), майонез (содержит избыток жира и уксуса, нарушающих кислотно-щелочное равновесие организма).

Одним из самых грозных осложнений менопаузы является потеря костной массы, ведущая к хрупкости костей и плохо зарастающим

переломам. Поэтому каждая женщина старше 40-ка обязана увеличить приток кальция и витамина D.

ПРОГРАММА КОРПОРАЦИИ «999» предлагает жидкий кальций для профилактики нежелательных явлений менопаузы и остеопороза. Трусы с поясом, шапка, структурированная вода, белый феникс, пыльца сосны и зеленый чай задержат старение Вашего организма, предотвратят развитие заболеваний мочеполовой системы, нейтрализуют проявления климакса.

3.7.5. БОЛЕЗНИ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ И МАТКИ

Описание. Молочные железы предназначены для кормления ребенка; кроме того, женская грудь — символ женственности, украшение женщины, что в наши дни отодвигает на второй план первоначальную функцию — кормление, приносящее пользу не только ребенку, но и матери. Впрочем, многие осознают необходимость грудного вскармливания.

Симптомы и формы. Вполне справедливо обращают на себя внимание два симптома: боль и выделения. Но чаще всего, ощупывая грудь, женщина обнаруживает «шарик». Это совсем не обязательно внушающий ужас рак, чаще всего встречаются доброкачественные опухоли, которых может быть и несколько. Тем не менее, едва обнаружив подобное, следует обратиться к врачу и сделать все предписанные им обследования: маммографию, термографию (измерение температуры груди) и т. п. Прежде всего, нужно остерегаться двух проявлений: когда кожа становится похожей на картон, а на сосках появляются струпья. В этом случае необходимо особенно серьезно подойти к обследованию.

Впрочем, оставив в стороне тяжелые формы заболевания, надо заметить, что грудь может причинять болезненные ощущения и при отсутствии болезни как таковой. Почти у всех женщин «давит» в груди накануне месячных, иногда боль бывает невыносима и сопровождается значительным увеличением объема груди.

Возраст — один из главных врагов груди, которая становится дряблой, увядает, опадает. Но не обязательно ждать наступления старости, чтобы столкнуться с эстетическими проблемами, — порой грудь бывает слишком маленькой или, напротив, чересчур большой, приводя в отчаяние молодых женщин.

Многие женщины страдают от болезненных опухолей молочных желез в течение всего репродуктивного периода жизни. Иногда симптомы усиливаются и ослабевают в соответствии с менструальными циклами, в других случаях заболевание как будто не подчиняется никаким закономерностям. У некоторых женщин симптомы сохраняются постоянно.

Фиброцистит встречается чаще всего у женщин в возрасте 30-50 лет, изредка после менопаузы. В молочных железах образуются наполненные жидкостью кисты и опухоли, которые бывают очень болезненны, увеличиваются и уменьшаются в размерах в зависимости от фаз

менструального цикла. У более молодых женщин чаще возникают плотные опухоли, называемые фиброаденомами или мастопатиями. Они, как правило, не вызывают особых болей, но их не следует игнорировать.

Доброкачественные опухоли иногда переходят в злокачественные, и потому необходимо уделять внимание любой опухоли молочных желез. Не рассчитывайте, что она пройдет сама, и обращайтесь к врачу.

Все опухоли, даже если они случаются у вас часто, должны быть осмотрены опытным специалистом, который знает, в каких случаях нужно сделать маммограмму, УЗИ или биопсию, если обычное лечение не дает результата.

Причины. Гинекологическое равновесие женщины во многом зависит от здоровья груди, которая переживает настоящий гормональный натиск во время менструального цикла: два гормона — фолликулин и лютеин — оказывают на нее очень сильное воздействие, а также пролактин, гормон гипофиза, отвечающий за лактацию.

Большинство заболеваний груди связано именно с гормональными нарушениями. Гормоны также несут ответственность за ее форму и объем.

Фиброзно-кистозная мастопатия, эндометриоз (прорастание тканей, выстилающих матку, в брюшную полость), фибромиома матки (доброкачественные опухоли матки, растущие из мышечной ткани) — все эти заболевания развиваются из-за нарушения равновесия женских половых гармонов: эстроген преобладает над прогестероном. Поэтому, поддержка печени позволяет организму лучше уравновешивать гормоны, превращая эстрадиол в более слабый эстроген, эстриол.

В некоторых исследованиях показано, что дефицит йода способствует развитию опухолей и кист молочной железы, а препараты йода делают процесс обратимым.

Традиционное лечение. Рак требует специального обследования и лечения — хирургического вмешательства, химиотерапии и т. п.

Другие формы заболеваний груди лечат, как правило, гормонами, что эффективно, но в этих случаях бывает довольно сложно контролировать процесс воздействия.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Акупунктурное воздействие с помощью прибора не претендует на вмешательство в серьезных случаях, когда у больной, например, рак. Но если патология доброкачественная, есть смысл обратиться к акупунктурному воздействию, которое способно принести облегчение.

Воздействие чрезвычайно эффективен при предменструальных болях и деформациях молочных желез, играя здесь присущую ему регуляторную роль, привнося гармонию в совместную работу органов.

Точки. Две основные, две вспомогательные.

Основные. Первая — на передней стороне бедра, на ладонь выше коленной чашечки (рис. 42).

Вторая — на боковой стороне предплечья, на три пальца ниже локтевого сгиба (рис. 43).

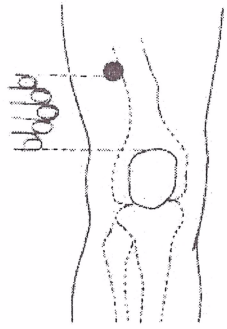


Рис. 42.

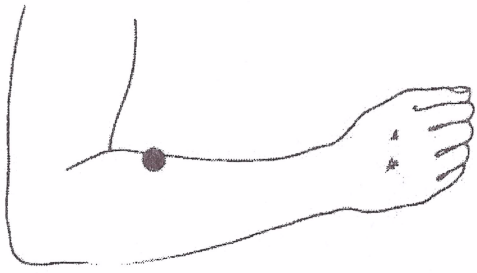


Рис. 43.

Вспомогательные. Первая — на грудине, между грудями (рис. 44). Вторая — на два пальца ниже соска (рис. 45).

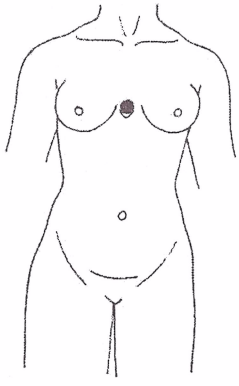


Рис. 44.

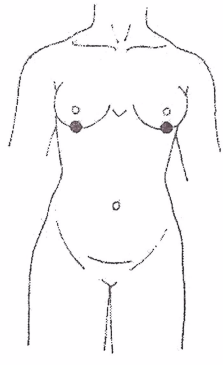


Рис. 45.

Как воздействовать на точки. При доброкачественных опухолях точки необходимо массажировать прибором в течение двух-трех минут 2-3 раза в день. Если речь идет о циклических нарушениях, например об увеличении груди накануне месячных, достаточно воздействовать на точки за восемь дней до начала менструации, не менее 10 минут два раза в день.

3.7.6. ОПУЩЕНИЕ И ВЫПАДЕНИЕ МАТКИ

Описание. Все случаи, когда главный женский половой орган — матка смещен относительно своего нормального положения в тазе (рис. 46).

Формы. Зависят от двух факторов: насколько опущен орган; каково его воздействие на соседние.

Вначале матка «опрокидывается» назад, потом начинает опускаться, постепенно проходя три уровня: частично заполняя влагалище; полностью, когда шейка матки видна в маточном зеве; или, что в наше время крайне редко, выходя окончательно и болтаясь между ногами.



Рис. 46. Два положения при опущении матки (отклонение кзади к прямой кишке и отклонение кпереди к мочевому пузырю)

Опускаясь, матка задевает соседние органы, особенно мочевой пузырь, нарушая его нормальную работу.

Причины. Опущение матки может быть последствием беременности, многочисленных родов, в том числе с осложнениями, разрывами.

Традиционное лечение. Если дело зашло слишком далеко, поможет только хирургическое вмешательство: матку либо фиксируют, либо удаляют.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Когда опущение сильное, не поможет ничто, кроме хирургии.

Точки. Две основные, две вспомогательные. *Основные.* Первая — на макушке, на пересечении средней линии с линией, соединяющей верхушки ушей (Точка VG20 «БАЙ-ХУЭЙ»). Вторая — на два пальца выше подвздошного гребня, это самая высокая точка таза (рис. 47).

Вспомогательные. Первая — на выступе лобка, в двух пальцах от его средней линии (рис. 48). Вторая — на внутренней стороне коленного сгиба (рис. 49).

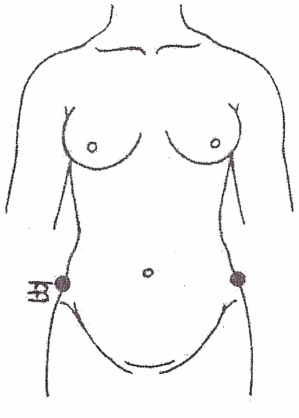


Рис. 47.

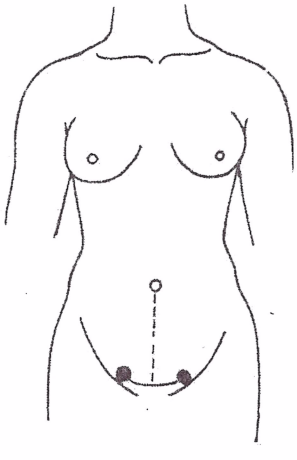


Рис. 48.

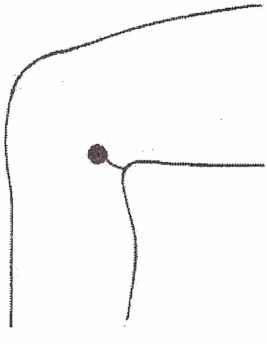


Рис. 49.

3.7.7. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ

2. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды

3. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе. ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ № 6

4. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

5. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, шапка, накладка на глаза, нательное белье и др.

6. «ПЛАСТЫРЬ ПРИ МАСТОПАТИИ»

7. ВОЗДЕЙСТВИЕ С ПОМОЩЬЮ «МАССАЖНОГО ПРИБОРА» ВДОЛЬ МЕРИДИАНОВ И АКУПУНКТУРНЫХ ТОЧЕК (см. соответствующий раздел болезненного состояния).

8. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап – *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. **«КЛЕТЧАТКА»** - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.
2. **«ЛИДАН»** - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.
3. **«ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы)** - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.
4. **«ЦИНК» в капсулах** - по 1-2 капсулы 2 раза в день.
5. **«СПИРУЛИНА»** - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.
6. **«ПЫЛЬЦА СОСНЫ»** - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.
7. **«ХИТОЗАН»** - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.
8. **ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС».** Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.
9. **ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ № 6**

Курсовая доза – 1 месяц.

Второй этап

1. **«MAX+COLLAGEN»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.
2. **«MAX+LYCIUM»** - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

3. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

4. «ДАНГУЙ» - по 10 пилюль 2 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

5. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

6. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

7. «БЕЛЫЙ ФЕНИКС» - 2 бут. /день (утро, вечер), растворить во рту.

8. «НУАНЬ ГУН ЮНЬ ЦЗЫ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, до еды.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 2 месяца.

В году принимать 3 курса.

Глава 3.8. ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ ПОЧЕК И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ»

Заболевания почек - широко распространенная патология, которая отмечается у 7-10% взрослого населения в индустриально развитых странах.

Росту нефрологической патологии способствует увеличение числа болезней, при которых поражение почек возникает на фоне какого-либо другого, основного заболевания.

Более распространенными среди болезней почек выделены циститы, острые и хронические пиелонефриты, гломерулонефриты; мочекаменная болезнь; нефротический синдром с развитием почечной гипертензии. Среди детей важное место занимают гломерулонефриты в связи с тяжелым течением, хронизацией патологического процесса и возможным формированием хронической почечной недостаточности (ХНП).

Инфекции мочевых путей развиваются под действием патогенных бактерий, инфицирующих мочевой пузырь, мочеиспускательный канал (циститы, уретриты). При этом больные жалуются на жжение при мочеиспускании, учащенное мочеиспускание, боли в пояснице; повышение температуры тела, общую слабость. При отсутствии своевременного лечения инфекция распространяется по восходящему типу на почки, может развиваться нефрит.

Другими причинами воспалительных заболеваний мочевыводящих путей (МВП) являются: токсическое действие некоторых лекарственных препаратов (антибиотики, сульфаниламиды, кортикостероиды, контрацептивы); аномальные развития почек, травмы почек и МВП (например: послеродовые). У мужчин к развитию хронического цистита предрасполагают аденома, рак предстательной железы, камни мочевого пузыря, сужение уретры и др.

«Почки - мать или первое небо организма». Почки - это та самая «батарейка», что закладывается в нас при зачатии и питает всю жизнь,

до своего полного истощения. Именно поэтому сохранение здоровья почек считается приоритетным по сравнению с другими органами, и в этом смысле совершенно невообразимым, диким поступком выглядит избавление от одной из почек, в виде продажи ради денег.

Совместно с мочевым пузырем почки контролируют метаболизм жидкостей, артериальное давление. Совместно с головным мозгом и мочевым пузырем, почки поддерживают и контролируют репродуктивные органы: яичники, матку, семенники, простату, включая все проблемы с бесплодием, оплодотворением и течением беременности, а также нарушения сексуальности.

В правой почке располагается сексуальная энергия (у мужчин - выработка спермы и способность к зачатию, у женщин - регулярные месячные, возникновение и развитие к беременности), а также источник жизненных сил, в левой - наследственная энергия. Все гинекологические заболевания связаны с левой почкой.

В задачу почек входит также «управление» костями и «порождение костного мозга». Если почечная энергия обильна, расцветают репродуктивные органы, обостряется ум и обнаруживаются скрытые способности, укрепляются кости и суставы, движения обретают гибкость, а походка - стремительную легкость.

Здоровые почки позволяют забыть о бессоннице, тахикардии и недержании мочи, обусловленные нарушением энергообмена между почками и сердцем.

Почки участвуют в регуляции гемопоэза, поскольку синтезируют эрит-рогенин и эритропоэтин, обеспечивающие процессы трансформации недифференцированных (стволовых) клеток костного мозга в эритроциты (стимуляция эритропоэза). Нарушение этого процесса при болезнях почек ведет к анемии (почечная анемия).

В почках (в клетках юкстагломерулярного аппарата) осуществляется синтез проренина - предшественника ренина, который секретируется в кровь в ответ на уменьшение кровенаполнения приносящей клубочковой альвеолы и повышение концентрации ионов натрия в дистальном отделе нефрона. Скорость секреции ренина коррелирует с уровнем ангиотензина II, синтезируемого печенью. Он стимулирует секрецию вазопрессина (адиуретина) и кортикотропина (АКТГ) гипофиза, биосинтез и секрецию альдостерона (в коре надпочечников), способствующего уменьшению экскреции почками натрия и воды. Это разнообразное действие ангиотензина II в конечном итоге приводит к повышению артериального давления и уменьшению выведения из организма натрия и воды, активации центра жажды.

Почки можно сравнить с фильтром. Однако это абсолютно уникальный фильтр. Максимальный ресурс самого сложного и дорогого бытового фильтра составляет 1500-2000 литров воды, а через почки такой объем крови проходит каждые сутки. То есть ресурс здоровых почек в среднем за жизнь составляет более 50 млн литров.

Работа фильтрационной системы почек осуществляется под давлением - кровяное давление в сосудах, приносящих кровь к почкам, почти в 2 раза выше, чем в отводящих сосудах. Поэтому почки вмешиваются в регуляцию давления и с помощью своих гормонов и поддерживают его на адекватном уровне. Однако различные воспалительные процессы в почках или атеросклероз почечных сосудов могут нарушать кровообращение в почках и приводить к снижению давления в почечном фильтре. И тогда, чтобы компенсировать это, почки начинают повышать общее кровяное давление в организме. Поэтому очень часто причины повышенного кровяного давления нужно искать в почках.

Большинство лекарственных средств выводится из организма через почки. При этом далеко не все из них являются безобидными для сосудов и клеток почек, многие лекарственные препараты способны их серьезно повредить вплоть до развития острой почечной недостаточности.

Многие широко используемые в повседневной практике лекарства относятся к нефротоксичным препаратам (т.е. способным повреждать почки). Это, прежде всего, подавляющее большинство антибиотиков (особенно те, чье название оканчивается на «-мицин») и многие обезболивающие препараты (анальгин, аспирин, парацетамол, нурофен и др.). В настоящее время врачи в развитых странах уже отдельно выделяют такое заболевание почек, как анальгетическая нефропатия, которое чаще всего развивается у женщин в возрасте около 40 лет, постоянно принимающих обезболивающие препараты (анальгетики) в связи с головными болями или болями в спине.

Проблема заболеваний мочеполовой системы в гериатрии обусловлена главным образом прогрессирующей дегенерацией и инволютивными изменениями мочевых путей и половых органов, нарастающих с возрастом.

С возрастом почки уменьшаются в массе, падает почечный кровоток, снижается интенсивность фильтрации и реабсорбции в почечных клубочках, клиренс креатинина, что связано с гибелью нефронов. Интенсивность возрастной дегенерации почечной паренхимы весьма велика - до 50% нефронов и более, что сопровождается гипертрофией оставшихся. При этом клинически может не выявляться существенное общее снижение деятельности почек.

Большое значение в ослаблении выделительных функций имеет уменьшение кровотока, начинающееся уже после 15 лет, но особенно после 60 лет, когда существенно ускоряется процесс возрастного снижения кровообращения. Уменьшается скорость почечной фильтрации (на 35-45% в период от 20 до 90 лет). Однако ухудшение функций почек имеет тенденцию к быстрому прогрессированию при наличии сопутствующей патологии, особенно сахарного диабета, гипертонической болезни, нефролитиаза.

Функциональная работа почек зависит от ваших режимов. Нет ни одного долгожителя, который бы спал до 7.00 часов утра. Люди, имеющие, хоть малейшее представление о Законах Природы просыпаются с рассветом, т.е. с 4.00 до 5.00 ч. утра. Вспомним биологические часы: этот период в природе обозначен мартом месяцем. Март - весна, почки распускаются - процесс развития, обновления продолжается. Поэтому нормальное функционирование почек необходимо не только для продолжения рода, но и для самовоспроизведения клеток, поддержания тела молодым и здоровым. Не секрет, что женщины, которые не могут забеременеть спят, как минимум до 9.00 ч. утра.

Истощение почек - основная причина плохого здоровья, развития пороков, умственной отсталости, а также преждевременного старения и смерти.

Можно сказать, что почки «контролируют» костный мозг, позвоночник, кости, волосы головы. Вместе с головным и спинным мозгом, почки управляют гормонами и спинномозговой жидкостью, которая, как известно, имеет маслянистую структуру. Поэтому, почки, как не парадоксально, очень бояться лишней влаги. Но, благодарно «несут службу» в своих гнездышках, если питание оснащено ореховыми маслами первого холодного отжима.

Почки обладают вегетативным механизмом, аналогичным функциям гипофиза и надпочечников, что используется при решении проблем: рассеянного склероза, мышечной дистрофии и даже церебрального паралича.

Почки имеют размер уха. Шум в ушах, снижение слуха - сигнализируют о состоянии почек. Ломкие волосы или их чрезмерное выпадение, хрупкие кости, не зарастание родничка у детей - все это показатели слабости почек. Дело в том, что почки «руководят» костной тканью, т.к. накапливают субстанцию, которая вырабатывает мозговое вещество, питающее кости. Проблемы с мочеполовой системой, боли в пояснице - все это сигналы проблемного функционирования почек.

Функции почек: обеспечение детородной способности организма, участие в образовании крови, участие в развитие костного мозга и всей мозговой ткани, управление состоянием костей, волос, контроль слуха и, конечно, усвоение входящих в организм жизненных сил. Почки и легкие совместно отвечают за обмен жидкости в организме. При нарушении их функций могут возникнуть скопления воды, одышка.

Почки собирают и хранят энергию, которая инициирует и поддерживает жизнь. При изобилии энергии в почках сексуальная и творческая жизнь - продолжительна и полна сил. Запас унаследованной энергии конечен, когда она израсходуется - человек умирает. Поэтому от режимов и питания будет зависеть пополнение ресурсов - энергии.

Почки относятся к плотным органам и имеют свойства обновляться каждый месяц, т.е. 12 раз в году. Нужно только создать условия для обновления, регенерации и ваши почки послужат вам верой и правдой

еще многие годы. А выживаемость трансплантатов почек достигает 1 года в 85-90% случаев.

Мочевой пузырь включает в себя сам орган и его задачи-накопление жидкости и выведение мочи. Этот орган ведает обменом жидкостей. При нарушении функций мочевого пузыря возникает недостаток выведения мочи или наступает избыточное мочеиспускание, недержание мочи.

Признаки «поражения» канала мочевого пузыря. Болезненные спазмы со стороны мочеполовых органов, отечность и припухлость в области половых органов, учащенное или редкое мочеиспускание, ночное недержание мочи, озноб, лихорадка, головная боль; боль и напряжение мышц шеи, заложенность носа, частое слезотечение; боль в глазах, пояснице, ногах, носовое кровотечение, геморрой, метеоризм, женские болезни, болезни сердца.

Признаки «поражения» канала почек. Общая слабость, отсутствие аппетита; чувство распирания в животе, тошнота, рвота, сухость слизистой рта и языка; боль и набухание слизистой и языка; сероватый цвет лица, «пелена перед глазами», частый полужидкий стул; слабое хриплое дыхание, жажда, беспокойное состояние, раздражительность; боль в области спины и поясницы, боль и чувство холода в области стоп.

3.8.1. ЭНУРЕЗ

Описание. Это ночное недержание мочи у ребенка в том возрасте, когда он уже не должен мочиться в постель.

Симптомы и формы. Дети обычно прекращают мочиться в постели по ночам между двумя и тремя годами. Принято считать нормальными подобные «несчастные случаи» до пяти лет. Существуют две формы энуреза: первичный, если малыш всегда был «мокрым» по ночам, и вторичный, когда он начинает мочиться в постель спустя два-три года, после того как перестал это делать. Нередко это следствие эмоционального шока — рождения маленького братика или сестры, разлуки с родителями.

Энурез — настоящий недуг: ребенок чувствует себя неловко, ему стыдно перед товарищами, он не может спокойно отправиться на лето в лагерь, к друзьям. Все это влияет на его характер, ребенок становится несчастным.

Причины. Их можно разделить на две большие группы. Как мы уже отметили, психологические причины очень важны и наиболее часто вызывают вторичный энурез. Кроме того, существуют органические причины, вызывающие первичный энурез. Ключевую роль здесь играет мочевой пузырь, либо неправильно сформировавшийся, либо чересчур сильно сокращающийся, либо по неизвестным причинам слишком маленький, не растущий одновременно с малышом.

Развитие. Сам по себе энурез опасности не представляет, но жить с ним по-настоящему тяжело. Годы проходят, маленький «больной» и

его родители теряют всякую надежду. Часто надо дождаться полового созревания, чтобы все пришло в норму. Иногда недуг остается на всю жизнь, со всеми вытекающими из этого социальными последствиями.

Традиционное лечение. Наиболее важным является психологическое лечение, хотя проводить его нелегко. Речь идет о том, чтобы перенастроить рефлексы ребенка, заставить его ходить в туалет в определенное время днем, поднимать два-три раза ночью, и лучше, если при этом он будет действительно просыпаться. В этом смысле очень полезны специальные средства, работающие «будильником» и согласованные с мочевыделением.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Точки. Первая — на животе, посередине отрезка, соединяющего пупок и лобок (рис. 50).

Вторая — на внешней стороне икры, на ладонь выше лодыжки, в маленьком углублении у задней границы большой берцовой кости (рис. 51).



Рис. 50.



Рис. 51.

Как воздействовать на точки. Необходимо стимулировать точки с помощью прибора по вечерам, перед сном, около десяти минут. Надо пытаться добиться чувства тяжести в области гениталий.

3.8.2. МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

Описание. Почечная колика — это сильная, резкая боль вдоль мочевыводящих путей слева и справа, связанная, как правило, с перемещением камней.

В большинстве случаев колика возникает внезапно и продолжается несколько минут. Она едва переносима и всегда распространяется одинаково: от почки спускается к поясничной области и животу, а затем переходит в область гениталий. Собственно, путь этот соответствует мочеточнику, по которому моча движется от почек к мочевому пузырю.

Человек корчится от боли, напрасно пытаясь найти положение, в котором ему будет легче, — ничто не помогает. К этому добавляются и

другие неприятности: с кишечником — расстройство желудка, рвота, газы — или же более соответствующие самому заболеванию: человек все время испытывает позывы к мочеиспусканию, хотя выжимает из себя буквально несколько капель мочи, иногда с примесью крови.

Формы и развитие. Все почечные колики похожи друг на друга. После часов страданий пациент успокаивается, остается лишь болезненное ощущение, как после ушиба. Но, увы, чаще всего вновь начинается такая же сильная боль, приступ сменяется приступом, пока виновник происходящего — камень — не спустится в мочевой пузырь, а оттуда не выйдет, не причиняя стольких страданий, наружу.

Несмотря на чудовищную боль, лучше уж пережить приступ в чистом виде, в результате которого камень уйдет, чем менее тяжелый, когда мочеточник и верхние мочевые пути остаются деформированными, подвергая опасности почку.

Причины. В большинстве случаев почечная колика обязана своим появлением камню. Камни образуются в почечной лоханке, резервуаре с мочой. Причины их возникновения различны: моча больного перегружена минеральными солями и образует «накипь», как чересчур жесткая вода в трубах. Вначале камни очень маленькие, скорее песок или почечная грязь, потом кристаллики собираются вместе, и, в конце концов, образуются настоящие камешки, разной формы и размеров. Химический состав камней варьируется, мочекаменная болезнь бывает кальциевого, оксалатного, магниевого типов. И это важно с точки зрения выбора методики лечения.

Традиционное лечение. При почечной колике полагаются в основном на лекарства: необходимо облегчить боль и заставить камень выйти.

Применяют обезболивающие и антиспастические средства в любом виде: таблетки, свечи, уколы, особенно внутривенные. Иногда, чтобы остановить страшный, бесконечный приступ, врач вынужден прибегнуть к внутривенным вливаниям. Хирургическое вмешательство необходимо лишь тогда, когда камень застрял в мочеточнике давно, что угрожает жизни почки. Сначала пытаются убрать его зондом — это, как правило, очень непросто.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

В случае почечной колики акупунктурный массаж с помощью прибора дает блестящие результаты. Опыт свидетельствует, что стимуляция точек часто гораздо эффективнее самых сильных медикаментов. В практике многих специалистов по акупунктуре были случаи, когда пациенту не помогали внутривенные вливания, а благодаря нескольким процедурам боль исчезала практически мгновенно.

Точки.

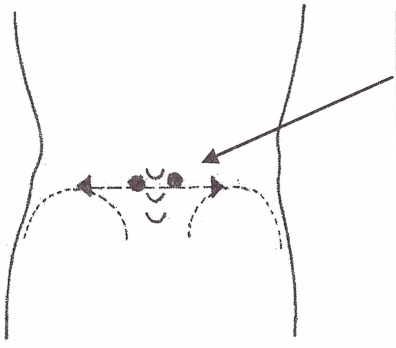
1). U.B. 23 Shenshu (Шэнь-шу). Расположение: на 1,5 цуня латеральнее задней срединной линии, между вторым и третьим поясничными позвонками. Легко массировать точку по часовой стрелке в течение 1—2 минут.

2). К.7 Fuliu(Фу-лю). Расположение: на 2 цуня выше внутренней лодыжки и на $^1/_2$ цуня кзади от медиального края большеберцовой кости, в маленькой ямке. Ежедневно поглаживать точку 20—30 секунд.

3). К. 3 Taixi (Тай-си). Расположение: на $^1/_2$ цуня кзади от внутренней лодыжки. Регулярно массировать точку в течение 30—40 секунд.

4). St. 36 Zusanli (Цзу-сань-ли). Расположение: на уровне нижнего края бугристости большеберцовой кости и на 1 цунь латеральнее переднего края большеберцовой кости. Ежедневно по утрам легко надавливать на точку в течение 5—10 секунд.

5). На спине, в трех пальцах по обе стороны от позвоночного столба, на уровне подвздошного гребня; стимулировать надо с той стороны, где болит (рис. 52).



Точка V24 "ЦИ-ХАЙ-ШУ" - позвоночная область, на 1,5 ц. к наружи от середины промежутка между третьим и четвертым поясничными позвонками.

Рис. 52.

Как воздействовать на точки. При остром приступе необходимо воздействовать в течение 10 минут, три раза в день, пока боль не пройдет полностью.

3.8.3. ЦИСТИТ, ПИЕЛОНЕФРИТ

Описание. Под почечными инфекциями понимают инфекции мочевыводящих путей, к которым относятся почечная лоханка, мочеточник и мочевой пузырь. Инфекции мочеиспускательного канала в число этих болезней не входят. «А почки?» — спросите вы. Инфекции собственно почки чрезвычайно редки, и когда речь заходит о нефрите, что этимологически и означает почечную инфекцию, то имеют в виду не инфекцию, а воспаление иной природы. Но инфекции мочевых путей могут привести к разрушению почки, вот почему они так опасны, тем более что протекают порой совершенно незаметно.

Симптомы и формы. Разные инфекции поражают разные этажи мочевыводительной системы человека. Если неприятности с верхними «этажами» — почечной лоханкой и мочеточником, — мы имеем дело с пиелонефритом, если с нижним — мочевым пузырем, — в этом случае речь идет о цистите.

Болезнь варьируется также в зависимости от пола и возраста пациента.

Пиелонефрит — инфекция серьезная, сопровождающаяся высокой температурой, ознобом, болями в пояснице. Недуг может стать хроническим с не столь очевидными проявлениями: небольшой температурой и жжением при мочеиспускании. Такая форма особенно пагубна для детей, так как состав мочи не изменяется. Поэтому если у грудного ребенка «беспричинная» температура, необходимо сделать анализ мочи.

В любом возрасте следует установить причину инфекции, которая приводит к появлению «плотины», в качестве которой у взрослых может выступать камень или сужение мочеточника. У детей это плохая работа мочевого пузыря, который «гонит» мочу наверх, не давая ей следовать нормальным путем.

По-иному обстоит дело с циститом, заболеванием не столь серьезным, особенно для женщин. Но своей повторяемостью он может стать сущим наказанием. Иногда анализ не показывает никакой инфекции, хотя присутствует вся симптоматика: постоянные позывы к мочеиспусканию и жжение во время него, порой кровавые выделения. В этом случае имеют дело с цисталгией, невралгической болью мочевого пузыря.

Причины. Мы уже видели, что наиболее распространенная причина пиелонефрита — какое-то препятствие.

Цистит, болезнь преимущественно женская, прозаически связан с близостью друг к другу разных отверстий: микробы из ануса легко попадают в мочевые пути. Слишком тесная одежда, например джинсы, облегчают им этот переход.

Цисталгия — ложный, неинфекционный цистит — проявление причин иного рода: аллергии, половых инфекций, смещения таза, а также нервного расстройства.

Традиционное лечение. Пиелонефрит требует больших доз антибиотиков, иногда необходимо хирургическое вмешательство для удаления «препятствия» — камня, опухоли и т. п. При цистите антибиотики терпят полное поражение. Остается только смотреть на несчастных, живущих от приступа до приступа, настоящих «мочевых» инвалидов. Это особенно верно, когда речь идет о цисталгии.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГОПРИБОРА

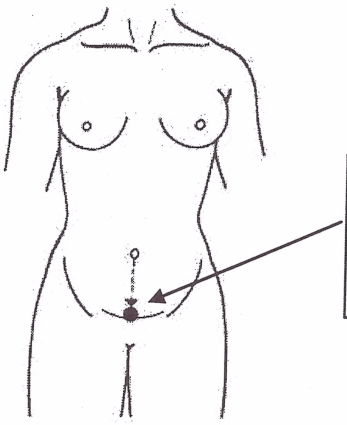
Акупунктурный массаж прибором как метод биокоррекции вторичный при пиелонефрите, но занимает одно из первых мест при цистите и цисталгии, где к нему следует прибегать систематически.

Точки. ***1).*** Первая — внизу живота, на средней линии, у основания лобка (рис. 53).

2). Вторая — на спине, в двух пальцах по обе стороны от позвоночника на уровне подвздошного гребня (Точка V24 «ЦИ-ХАЙ-ШУ»).

3). С внешней стороны коленного сгиба (рис. 54).

4). В трех пальцах по обе стороны от ануса (рис. 55).



Точка VC2 "ЦЮЙ-ГУ" - лобковая область, на середине верхнего края лобкового сочленения.

Рис. 53.

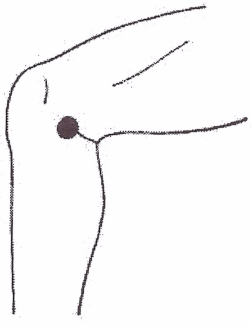


Рис. 54.

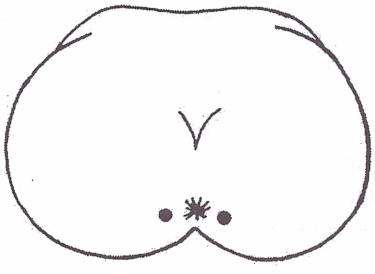


Рис. 55.

*5). **U.B. 23*** Shenshu (Шэнь-шу). Расположение: на 1,5 цуня латеральнее задней срединной линии, между вторым и третьим поясничными позвонками. Интенсивно массажировать точку против часовой стрелки в течение 3—4 минут.

Массаж можно проводить с использованием эфирных бальзамов или же после массажа точки наклеить на нее перцовый пластырь.

*6). **U.B. 31*** Shangliao (Шан-ляо). Расположение: уровень первого заднего крестцового отверстия. Легко массировать точку по часовой стрелке в течение 30 секунд.

*7). **Ren 3*** Zhongji (Чжун-цзи). Расположение: на 1 цунь выше симфиза. Легко поглаживать точку в течение минуты.

Учащенное мочеиспускание:

*1). **Hand 17*** Wei-Niao-Dian (Вэй-няо-дянь). Расположение: на ладонной поверхности кисти, в середине дистального межфалангового сустава мизинц. Массировать точку по часовой стрелке 2—3 минуты.

*2). **AP. 92*** Pang-Guang (Пань-гуань). Расположение: в верхней раковине, рядом с углом, образованным завитком и нижней ножкой противозавитка. Сильно надавливать на точку.

Как воздействовать на точки. Необходима стимуляция всех четырех точек утром и вечером. Хорошо, если появится онемение на уровне мочевого пузыря. Так можно облегчить приступ и избежать его повторения, особенно при цистите.

3.8.4. БОЛЕЗНИ ПРОСТАТЫ

ДЕЛИКАТНАЯ ЖЕЛЕЗА. Речь идет о предстательной железе, или простате. Сколько страданий может доставить этот небольшой, весом около 20 граммов, орган, располагающийся в малом тазу мужчины!

Заболеваниями простаты страдает не менее половины мужчин в Америке. В СНГ же этот процент гораздо выше.

Железистая часть выделяет секрет простаты, мышечная же обеспечивает его эвакуацию. У молодых людей сила эвакуации свидетельствует о здоровье простаты. С возрастом извержение становится вялым. Причем наибольшая потеря физической силы наблюдается в конце третьего десятилетия жизни.

Для лечения простаты жизненно важно восстановление нормальной функции железистой части и тренировка мышечных волокон. Функция железы не восстановится, пока мы не найдем способа повысить содержание жизненно важного микроэлемента - цинка.

По содержанию цинка нормальная простата - рекордсмен, а при простатите этот противовоспалительный микроэлемент практически исчезает.

Попытки нормализовать уровень цинка посредством диеты малоуспешны. Хотя включение в пищу морепродуктов, в особенности устриц, чечевицы и корнеплодов не навредит.

Потенциально *опасная идея - применение мужского полового гормона, тестостерона.* Если у молодых людей, без патологии простаты, этот гормон может улучшить и функционирование половой сферы, и силу полового влечения, и крепость мышц, то применение его *у зрелых мужчин приводит к разрастанию ткани простаты, задержке мочеиспускания, усилению боли и повышает риск рака этой железы.* Более того, при применении тестостерона необходимо ежемесячно проверять уровень специфического антигена, а также функцию печени.

При простатите возникает порочный круг. Необходимо постоянно избавляться от секрета простаты, иначе не уменьшится отек. Но обычным половым путем сделать это не получается, так как опухшая простата ведет к импотенции. В прошлом веке эта проблема решалась при помощи вибромассажа. Это негигиеничная и даже унизительная для больного процедура. Эффективность электрофореза и «амплипульса» невелика.

ПРОГРАММА «999» предлагает мужские трусы с турмалином для предотвращения застойных явлений в малом тазе, улучшения обменных процессов и снятия воспалений.

Описание. Простата расположена под мочевым пузырем, который словно «закреплен» на нем, как лампа на патроне. Через него проходит

часть каналов мочеточника, по которым моча из мочевого пузыря выводится наружу. Это дополнительная половая железа, питающая сперму, но «вмешательство» в мочевыделительную деятельность заставляет рассматривать ее влияние на болезни этих органов.

Симптомы и признаки. Патология простаты выражается главным образом через нарушения с мочевыведением.

Болезни ее можно разделить на три группы: простатит, аденома и рак.

Простатит — инфекционное заболевание, вызванное микробами, которые «приходят» из мочевых путей либо из более отдаленных источников: фурункулов или пораженных туберкулезом легких. Недуг проявляется внезапно, сопровождается ознобом, повышенной температурой, болями внизу живота. Если не вмешаться, очень быстро развивается абсцесс, который прорывается в мочеточник и заражает яичко. При энергичном лечении можно ликвидировать и сам абсцесс, и его последствия. В противном случае болезнь переходит в хроническую стадию с периодами спокойствия и вспышками, приводя больного практически в состояние инвалидности.

Аденома простаты пожилых мужчин, — нечто совершенно иное. Тут речь идет об увеличении объема железы и уплотнении ее части. К сожалению, она направлена кверху и выступает в мочевой пузырь, в результате у него образуется дно, откуда моча не может выйти. Следовательно, симптомы болезни: поначалу частые позывы к мочеиспусканию, так как мочевой пузырь стремится силой справиться с препятствием, затем растяжение мочевого пузыря, когда он больше не в силах бороться; нередко наблюдается удержание мочи в канале мочеточника, зажатом аденомой.

Симптоматика *рака простаты* напоминает аденому, только течение болезни гораздо быстрее. Могут, увы, появиться метастазы в костях и легких. Этого следует остерегаться, но рак простаты легко обнаружить, так как он имеет специфическую биологическую «подпись» (повышенная концентрация в крови химических маркеров).

Причины. Простатит вызывается разнообразными микробами: кишечной палочкой, стафилококком. Причины аденомы в определенной степени «симметричны» женской фиброме и ее возникновение зависит от гормонального дисбаланса. Рак тоже связан с гормонами.

Традиционное лечение. При простатитах необходимо интенсивное применение антибиотиков, а также большая осторожность, чтобы болезнь не перешла в хроническую. Вопрос с аденомой решает хирургия. Но когда наступает момент для вмешательства? Это решается индивидуально, заболевание очень капризное. Некоторые пациенты так и живут с ней до конца своих дней, не ощущая особого дискомфорта. У них случаются приступы вследствие усталости (автомобильное путешествие, например), но все налаживается с помощью лекарств на натуральной основе.

Рак, весьма чувствителен к женским гормонам, но еще более — к препаратам, подавляющим выработку мужских.

Основными направлениями биокоррекции гиперплазии простаты являются:

- нормализация эндокринных нарушений (гипофиз, семенники);
- предотвращение токсического воздействия дигидротестостерона на ткань железы;
- снижение количества рецепторов андрогенов в железе;
- лизис пролиферирующей ткани.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

При простатитах и раке акупунктурное воздействие играет лишь вспомогательную роль. Но при аденоме она представляет большой интерес, так как снимает приступы, восстанавливая приближенный к нормальному ход мочи.

Точки.

1). Первая — на животе, посередине между пупком и лобком (Рис. 56-1. Точка VC4 «ГУАНЬ-ЮАНЬ»).

2). Вторая — по обе стороны от лобка, на маленькой лобковой кости (рис. 56-2).

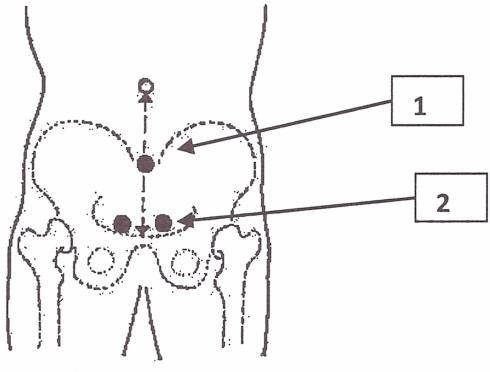


Рис. 56.

Как воздействовать на точки. При задержке мочи стимулировать точки следует в течение 10 минут, пока не наступит облегчение. Для лечения хронического простатита надо воздействовать более длительно — по 15 минут утром и вечером.

3.8.5. ИМПОТЕНЦИЯ

Импотенцией называют неспособность к частичной или полной эрекции, несмотря на наличие сексуального желания. Согласно традиционной китайской медицине, импотенция чаще всего вызывается чрезмерной половой активностью, или мастурбацией, либо тревожностью, робостью, подверженностью страху и испугу, что в конечном итоге нарушает работу почек. Поскольку почки управляют функцией

воспроизведения, нарушение их работы может привести к импотенции. Причинами импотенции также могут стать врожденная слабость организма, истощение вследствие продолжительной болезни. Таким образом, лечение импотенции должно быть сосредоточено на ее первичных причинах, при этом следует избегать использования тонизирующих препаратов теплой природы.

К числу типичных симптомов импотенции относятся отсутствие интереса к сексу и неспособность пениса к частичной или полной эрекции во время полового акта, что нередко сопровождается головокружением, бессонницей, апатией, ноющей болью и слабостью в пояснице и коленях. Временная импотенция, вызванная перенапряжением или злоупотреблением спиртным, не считается серьезным нарушением; лишь длительная импотенция рассматривается как заболевание.

Симптомы и формы. Обобщая, можно говорить о трех вариантах проявления недуга:

- у человека вообще не возникает сексуального желания;
- пенис остается мягким, возникает проблема с эрекцией;
- эякуляция наступает слишком рано, не давая довести дело до конца.

Причины. Соблазнительно в связи с импотенцией «привлечь» в качестве «виновного» нарушение выработки мужских половых гормонов, которое на самом деле, как правило, ни при чем.

Весьма часто причина импотенции — психологическая. Почти всегда это справедливо при отсутствии желания или преждевременной эякуляции, лишь иногда — при нарушении эрекции. Кроме того, причиной импотенции может быть поражение кровеносных сосудов, ведущих к пенису, так как от них, особенно от артерий, зависит механизм эрекции. В нужный момент сосуды расширяются и наполняют орган кровью. Если работа сосудов недостаточна или по каким-то причинам они и вовсе закупорены, процесс блокируется.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Надо быть настойчивым, тем более что воздействие прибором — хорошее подспорье любой другой терапии.

1). U.B. 23 Shenshu (Шэнь-шу). Расположение: на 1,5 цуня латеральнее задней срединной линии, между вторым и третьим поясничными позвонками. Легко массировать точку по часовой стрелке в течение 30 секунд. Курс —10—12 сеансов.

2). Ren 3 Zhongji (Чжун-цзи). Расположение: на 1 цунь выше симфиза. Легко поглаживать точку в течение минуты.

3). Du 4 Mingmen (Мин-мэнь). Расположение: между остистыми отростками второго и третьего поясничных позвонков. Массировать точку ежедневно 30—40 секунд.

4). Liv. 3 Taichong (Тай-чун). Расположение: у проксимального конца ямки между первой и второй плюсневыми костями. Легко массировать точку против часовой стрелки 1—2 минуты.

5). K. 7 Fuliu (Фу-лю). Расположение: на 2 цуня выше внутренней лодыжки, в маленькой ямке на 1 цунь кзади от медиального края большеберцовой кости. Легко поглаживать точку 20—30 секунд.

Как воздействовать на точки. Точки следует стимулировать одну за другой утром и вечером. Продолжительность курса — 10 дней. После недельного перерыва лечение следует начать вновь и проводить такие курсы постоянно.

3.8.6. УДЕРЖАНИЕ И НЕДЕРЖАНИЕ МОЧИ

Описание. Удержание и недержание мочи — два противоположных состояния. Действительно, удержание означает невозможность освободиться от мочи, недержание — невозможность задержать ее.

Почему же мы рассматриваем их лечение в одной главе? Потому что им соответствуют одинаковые точки, что служит еще одним доказательством их (точек) регуляторной деятельности.

Симптомы и формы. Удержание мочи может протекать весьма остро: полная остановка мочеиспускания неожиданно настигает человека, у которого до сих пор с этим либо вообще не было никаких проблем, либо случались небольшие затруднения. Но позывы к мочеиспусканию никуда не исчезают, напоминают о себе, однако, несмотря на все усилия, ничего не получается. Очень быстро приходит боль, которая со временем превращается в настоящую пытку.

Удержание может быть и неполным, когда пациент наведывается в туалет очень часто, но при этом полного опорожнения мочевого пузыря не происходит. Иногда моча сочится по капле беспрерывно.

В обоих случаях есть общий симптом: появление внизу живота «луковицы», которая есть не что иное, как мочевой пузырь, раздувшийся из-за скопления мочи. При нажатии на него пациент ощущает острую боль.

Недержание мочи — другая форма заболевания. В этом случае нет никакой возможности задержать мочу, которая вытекает постоянно либо периодически, нередко при каком-то усилии: кашле, приступе смеха и т. п.— или при толчке, например. В первом случае недержание трудно отличить от удержания.

Причины. Все, что препятствует выводу мочи, создает удержание. Вот наиболее частые причины:

1) у мужчин: сужение мочеточника вследствие инфекции, даже застарелой; плохая работа мочевого пузыря; и особенно — аденома, «простата» пожилых мужчин.

2) у женщин: сжатие чем-то, расположенным в брюшной полости, чаще всего — фибромой.

3) у детей: неправильное развитие мочевых путей.

Недержание связано с последствиями хирургических операций или родов.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Акупунктурное воздействие на активные точки с помощью прибора эффективна главным образом в двух случаях:

• при острой форме удержания стимуляция точек снимает спазм, дает возможность моче вытечь, оттянув тем самым манипуляцию с катетером;

• регулярное воздействие на точки при недержании существенно улучшает состояние больного.

Точки. Две основные, две вспомогательные.

Основные. Первая — в трех пальцах по обе стороны от ануса (рис. 57). Вторая — снаружи на мизинце ноги, в уголке ногтя (рис. 58).

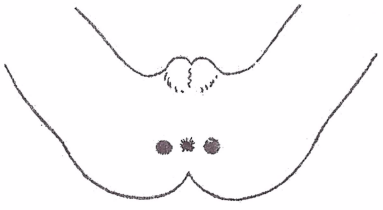


Рис. 57.

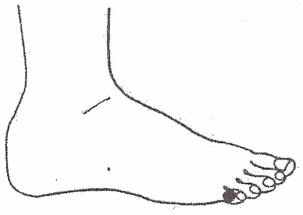


Рис. 58.

Вспомогательные. Первая — на границе лобка, на средней линии (рис. 59-1). Вторая — на самой лобковой кости, на палец ниже предыдущей точки и на таком же расстоянии от нее в сторону от центра (рис. 59-2).

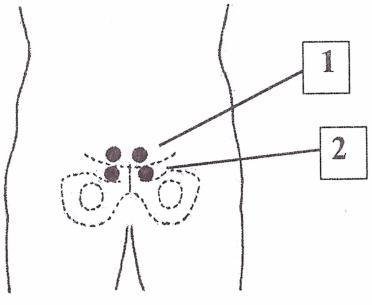


Рис. 59.

Как воздействовать на точки. При удержании мочи следует стимулировать точки, пока не начнется мочевыделение. Не надо повторять процедуру слишком часто, но, воспользовавшись облегчением, лучше заняться обследованием. При недержании точки следует стимулировать в течение 10 минут, 2-3 раза в день. Воздействие на точки легко сочетать с несложными упражнениями в области промежности, сжимая и расслабляя ее; хорошо также сжимать и разжимать ягодицы раз по десять утром и вечером.

3.8.7. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОЧЕК И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ.
2. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ».

3. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды.

4. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе.

5. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

6. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, шапка, накладка на глаза, напульсники, нательное белье и др.

7. ПЛАСТЫРИ: «УРОЛОГИЧЕСКИЙ ПЛАСТЫРЬ».

8. ВОЗДЕЙСТВИЕ С ПОМОЩЬЮ «МАССАЖНОГО ПРИБОРА» ВДОЛЬ МЕРИДИАНОВ И АКУПУНКТУРНЫХ ТОЧЕК.

10. БИОПРЕПАРАТЫ

Первый этап – *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. «ЛИНЧЖИ», (КАПСУЛЫ) - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

7. «КОРДИЦЕПС», (КАПСУЛЫ) - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

8. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

10. «УРОЛОГИЧЕСКИЙ ПЛАСТЫРЬ» - наклеивается на пуп, пластырь использовать 72 часа; через 24 часа процедуру нужно повторить. Курс лечения - минимум 6 штук. Для достижения наилучшего результата, рекомендовано 2 курса.

11. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

12. «ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ».

Курсовая доза – 1 месяц.

Второй этап – *восстановление Ци крови в урогенитальной системе.*

1. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

2. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

3. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

4. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

5. «СКВАЛЕН» - по 2 капсулы 2 раза в сутки за 30 минут до еды, запивая водой.

6. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 2 капсулы 2 раза в день до еды.

7. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

8. «ЗОЛОТОЙ ЛАРЕЦ» - по 8 пилюль 3 раза в день до еды, запивать теплой кипяченой водой.

Курсовая доза – 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции – 2 месяца.

В году принимать 3 курса.

Глава 3.9. ПРОГРАММА «ЖИЗНЬ БЕЗ РАКА»

Злокачественные новообразования часто являются причиной смерти людей не только в пожилом, но и сравнительно молодом возрасте. В этом отношении они занимают второе место после сердечно-сосудистых заболеваний.

Ежегодно в мире заболевают раком свыше 9 млн. человек, а всего болеют около 30 млн., умирают ежегодно 7 млн.

По структуре заболеваемости наиболее частыми формами рака у мужчин являются: рак легкого, желудка, толстой кишки, полости рта и предстательной железы (более 55%). У женщин: рак молочной железы, шейки матки, толстой кишки, желудка и тела матки (65%).

В человеческом организме существует около 150 разновидностей раковых клеток, из которых 80% развивается из эпителиальной ткани, 15% – из соединительной и 5% - из кроветворной.

Причиной возникновения опухолей могут быть вирусы, химические вещества (канцерогены), радиация, наследственные факторы и др. Способствуют развитию злокачественных опухолей курение, алкоголизм, действие токсических продуктов на производстве, хронические заболевания, вирусы, простейшие, грибы, ухудшение общей и региональной экологической обстановки.

Онкологические заболевания представляют труднейшую и нерешенную до настоящего времени проблему медицины. Исследования в области онкологии - одно из самых приоритетных направлений медицинской науки.

Известная истина - «болезнь легче предотвратить, чем лечить» относится к онкологии в большей степени, чем к любым другим заболеваниям.

Профилактический комплекс имеет различный характер в зависимости от конкретной ситуации, то есть состояния здоровья и/или стадии заболевания и лечебных мероприятий.

При этом следует выделить *первичную профилактику* - предотвращение заболевания и *вторичную профилактику* - предупреждение (в случаях предопухолевых заболеваний) или замедление развития опухолевого процесса.

Еще одно направление — *третичная противорецидивная профилактика* представляет комплекс мероприятий, следующих за удалением опухоли, и направлена на предотвращение возобновления болезни (ее рецидива, метастазирования).

В последнее десятилетие получил распространение термин - *хемопрофилактика,* обозначающий длительное (постоянное или курсами) использование различных биопрепаратов, в частности, иммунокорректоров, биофлаваноидов, витаминов, микроэлементов с целью направленного усиления противоопухолевой защиты организма.

РАК И ВОПРОСЫ ПИТАНИЯ

Эксперты, изучающие причины рака, считают, что многие случаи смерти от рака можно предотвратить посредством соответствующей коррекции диеты. Действительно, многие ученые полагают, что до 70 процентов случаев рака обусловлены причинами, связанными с питанием.

Исследования подтвердили, что в местностях, где почва богата нитрозаминами и подобными соединениями азота, среди населения распространен рак.

Так, в одном из районов Китая - Линсиене любимыми и часто единственными овощами были соленые огурцы. Бочки с ними хранились в земле, в которой всегда есть грибки и плесень. Плесень в сочетании с нитрозаминами становится очень опасной. Населению стали давать таблетки витамина С, который, как известно, является сильным антиоксидантом (противоокислителем), блокирующим нитрозамины. После 6 дней такого лечения содержание соединений азота в моче снизилось до нормы, а сразу после прекращения приема витаминов повысилось вновь. Болели не только люди, но и птицы.

В очаге распространения рака содержание микроэлементов в продуктах питания было ничтожным: недоставало солей магния, железа, селена, молибдена, бария, титана, марганца, алюминия, а главное — в пище недоставало витамина С.

После того как в Линсиене изменили питание людей, добавили в почву соответствующие искусственные микроэлементы, а соленые огурцы дополнили свежими овощами, увеличили ежедневный прием витамина С, начался резкий спад заболеваний раком.

Противораковые продукты

Известно, что пищевые антиоксиданты, такие, как витамины А, С, Е и минеральное вещество селен, защищают от рака, поскольку препятствуют протеканию всех процессов, провоцирующих рак, и одновременно стимулируют иммунную систему разрушать раковые клетки. Естественно, чем больше антиоксидантов присутствует в организме, тем меньше вероятность развития рака. Таким образом, уменьшение риска развития рака в действительности означает поддержание высокой «боевой готовности» нашей антиоксидантной защиты.

На нашем столе должны быть продукты, богатые витамином С (зелень, овощи, фрукты), витамином Е (ростки пшеницы), бета-каротином (все желтые овощи и фрукты, зеленые листья овощей и съедобных трав), витаминами группы В, микроэлементами. Не следует забывать о таком простом, но необходимом средстве, как клетчатка (отруби, овсянка, гречка). Очищению крови способствуют: свекла, морковь, огурцы и их соки в смеси.

Надо употреблять пищу, богатую клетчаткой (овощи, отруби, фрукты твердые) и бедную жирами. Чем больше жира потребляет человек, тем больше эстрогена вырабатывают надпочечники и тем больше риск заболевания раком молочной железы.

От избытка эстрогена наш организм освобождает печень. Однако печени для этого необходимы метионин (его много в бразильском орехе), инозол (он содержится в тыквенных семечках), холин - его много в красном винограде. И конечно, хорошо помогает диета, богатая клетчаткой. Она способствует более частому опорожнению кишечника, а значит, и выведению большего количества эстрогена.

Из пищи необходимо исключить метилксантины - химические вещества, которые входят в состав кофе, чая, кока-колы, шоколада, какао и медикаментов, содержащих кофеин. Эти вещества стимулируют секрецию жидкостей в полостях и провоцируют разрастание рубцовой ткани.

Ежедневно включайте в свой рацион отруби, овсянку, дикий черный рис, семечки подсолнечника и тыквы, финики, орехи, миндаль, огурцы, перец, редис, брокколи, проросшую пшеницу, водоросли, соевые бобы.

План действий против рака.

Опухоль нуждается в четырех соединениях:

1. Холестерин.
2. Половые гормоны (сами паразиты бесполы, но для размножения им нужны половые гормоны).
3. Стеролы (гормоны роста, которые содержатся в мясе животных).
4. Сахар. Через 20-30 минут после употребления сахара в крови снижается комплекс витаминов группы В, который является и противоопухолевым.

Питание должно быть без мяса, яиц, животных жиров, молочных продуктов, сахара и изделий из рафинированной муки. Никаких консервов и копченостей!

Всемирный фонд изучения рака рекомендует следующие меры для снижения риска заболевания раком.

- Не употреблять животный жир и белок в любом мясе и молочных продуктах, рыбу использовать только маринованную, со специями, 100 гр, 1 раз в неделю.
- Увеличить потребление фруктов, овощей, цельнозерновых продуктов, растительного нерафинированного масла.
- Ежедневно не менее литра зеленых коктейлей.
- Исключить потребление маринадов и копченостей.
- Исключить алкогольные напитки, сахар, кофе.

Ключевые противораковые пищевые вещества

Витамины и минеральные вещества играют важную роль и в борьбе против рака. Многие из них обладают антиоксидантной активностью и помогают контролировать свободные радикалы, участвующие в развитии ракового процесса. Некоторые пищевые вещества, которые, как считается, особенно ценны в этом отношении, указаны в таблице, приведенной ниже.

Таблица 6. Польза и пищевые источники противораковых веществ

Пищевое вещество	Польза	Пищевые источники
Бета-каротин	Превращается в организме в витамин А и, как полагают, защищает от некоторых видов рака, особенно от рака легких	В изобилии содержится в овощах и фруктах, имеющих насыщенную желтую или оранжевую окраску, таких, как красный и желтый перец, морковь, персики, абрикосы и бананы, зеленые коктейли
Витамин А	Защищает от некоторых видов рака, но может быть токсичен, поэтому следует избегать его избыточного приема, особенно во время беременности или в период, когда планируется зачатие. Аптечные формы следует принимать только под медицинским контролем	Те же, что и для бетакаротина, зеленые коктейли
Витамин С	Может защищать от определенных видов рака, рака пищевода и желудка	Хорошими источниками витамина С являются брокколи, цветная капуста, зеленый перец, клубника, киви и цитрусовые, зеленые коктейли

Витамин Е	Может защищать от рака пищевода и желудка	Содержится в цельно-зерновых крупах и ненасыщенных растительных маслах
Селен	Помогает предупредить рак пищевода и желудка	Богаты селеном рыба, бразильский орех и большинство цельнозерновых круп, зеленые коктейли

ВЛИЯНИЕ МИНЕРАЛОВ НА РАЗВИТИЕ РАКА

1. Цинк

В настоящее время цинк найден более чем в 200 металлоферментах, участвующих в самых различных метаболических процессах, включая синтез и распад углеводов, жиров, белков и нуклеиновых кислот. Цинку принадлежит важная роль в синтезе белка и нуклеиновых кислот ДНК и РНК. Цинк играет ключевую роль в иммунных реакциях организма: как в клеточных (активация фагоцитоза, Т-клеточный иммунитет), так и в гуморальных (активация комплемента, В-клеточный иммунный ответ). Он является кофактором тимулина – пептидного гормона эпителиальных клеток тимуса, влияющего на процессы созревания и дифференцировки Т-лимфоцитов в тимусе, стимулирует бластогенез В-клеток, тормозит высвобождение медиаторов воспаления и аллергических реакций (гистамина и др.) (рис. 60).



Рис. 60. Направления иммуномодулирующего действия цинка

Дефицит цинка приводит к атрофии тимуса и нарушениям клеточного иммунитета, подавлению фагоцитоза, лимфопении, снижению активности естественных киллеров, резкому снижению резистентности к инфекциям. Нарушения в лимфоцитарном звене иммунитета,

характерные для таких хронических заболеваний, как рак, аутоиммунные процессы, склонность к инфекциям, быстро корригируются приемом цинка. В особенности отчетливое влияние он оказывает на соотношение Т-хелперов и супрессоров. Цинк обладает выраженным антивирусным действием, блокируя репликацию вирусных нуклеиновых кислот, особенно вируса Herpes simplex и риновирусов.

Кроме того, установлена важная роль цинка в процессах синтеза и секреции инсулина, синтеза транспортных протеинов витамина А, метаболизме жирных кислот, высвобождении нейромедиаторов, образовании металлотионовых энзимов, связывающих токсичные тяжелые металлы (ртуть, свинец, кадмий, олово), стабилизации проницаемости клеточных мембран. Цинк является составной частью фермента супероксиддисмутазы, инактивирующей действие свободных радикалов, и поэтому считается одним из сильнейших антиоксидантов.

В ряде исследований установлено снижение содержания цинка в крови больных лейкемией, лимфомами, раками бронхов и пищевода. Применение цинка способствовало улучшению общего состояния, восстановлению иммунологических показателей.

Благодаря своему иммуномодулирующему действию препараты цинка нашли применение на всех этапах реабилитации онкологических больных, особенно при хирургическом лечении (обеспечение абластики, профилактика гнойных осложнений, стимуляция регенерации), химио- и радиотерапии (иммунореабилитация, профилактика и лечение инфекционных осложнений), противорецидивной реабилитации.

2. Селен

Селен защищает клетки от вирусов-онкогенов и химических канцерогенов. При этом именно нормальный уровень селена способен защитить клетку, не влияя на уровень экспрессии микросомальных энзимов, а повышенное потребление селена не оказывает протективное действие, стимулируя экспрессию микросомальных ферментов. Только адекватный физиологический уровень эндогенного селена способствует антиканцерогенезу.

Механизм антиканцерогенного эффекта селена связывают с антиоксидантным действием. Так, одной из возможных причин считают влияние селена на ксенобиотический обмен в печени. Не исключено, что он подавляет метаболическую активацию проканцерогенов в клетке. Другой причиной антиканцерогенного действия селена может быть уменьшение числа клеток, взаимодействующих с канцерогеном, или же уменьшение скорости пролиферации в ткани-мишени. Наконец, полагают, что селен может стимулировать репаративный синтез ДНК, поврежденной канцерогенами. Селен обладает выраженным токсическим действием на клетки опухоли, что может быть связано с его способностью извращать белковый синтез, замещая серу в серосодержащих аминокислотах, инактивировать некоторые ферменты окислительно-восстановительных процессов, блокируя их активные центры путем простой абсорбции или связывая их сульфгидрильные группы.

Кроме опухолезащитного эффекта селена в экспериментах на животных показано его радиопротекторное действие, в последующем подтвержденное у больных, подвергшихся облучению. Селен снижает побочные проявления радиотерапии у больных раком, способствует их более быстрому восстановлению. Это связано с его выраженной антиоксидантной активностью. Кроме того, его препараты обладают противоопухолевыми эффектами, являются важнейшими средствами противорецидивной терапии.

Таким образом, использование препаратов селена в реабилитации онкологических больных обусловлено его противоопухолевым, опухоле- и радиопротекторным действием по следующим направлениям: иммуномодулирующая активность; нормализация процессов дифференцировки; снижение канцерогенного потенциала за счет снижения канцерогенов; снижение резистентности опухолевых клеток к цитостатикам; уменьшение токсичности цитостатиков по отношению к нормальным тканям; цитотоксическое действие на опухолевые клетки (в высоких дозах); радиопротекторное действие.

С целью эффективной биокоррекции при онкологических заболеваниях необходимо тормозить рост опухоли и укреплять иммунитет.

Таким образом, мы воздействуем на заболевание с двух сторон. С одной стороны, повышая сопротивляемость организма, помогая организму бороться самостоятельно, пробуждая его внутренние резервы. С другой стороны, воздействуем на сами онкоклетки, угнетая их рост.

Кроме того, совместное применение иммуномодуляторов (например, кордицепс, линчжи, пыльца, радиола розовая) с химическими цитостатиками позволяет в целом ряде случаев уменьшить токсичность последних, а стало быть, повысить порог их переносимости организмом, соответственно повышая их противоопухолевый эффект.

3.9.1. ПРОФИЛАКТИКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ онкологических заболеваний

Альтернативное лечение возможно лишь как дополнение к современным методам лечения рака.

Многие пациенты, прошедшие операцию, а затем курс противоопухолевого лечения, совершенно не знают, что им делать дальше, как помочь своему организму победить болезнь.

В терапии онкологических заболеваний очень важно активное участие самого больного, вера в свои возможности, в неисчерпаемые силы своего организма.

Определенные продукты содержат пищевые вещества, в отношении которых известно, что они способны стимулировать иммунитет и защитить организм от свободных радикалов, и это можно использовать для повышения устойчивости к инфекциям и борьбы против онкологических заболеваний.

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ:

Продукты с противораковым действием: фрукты (авокадо, финики, киви, грейпфруты, клубника, апельсины, малина); овощи (все виды капусты, баклажаны, редис, репа, тыква, помидоры, перец болгарский, чеснок, зелень - лук, петрушка, соя, имбирь); орехи (ядра абрикоса, миндаль, фундук, грецкий, бразильский орех, семечки тыквы, подсолнечника, льняное семя); печень; рыба (сельдь, скумбрия, тунец, сардины); морские овощи; зеленый чай; крупы (рис коричневый, гречка); масло (оливковое, льняное).

Пища, блокирующая метастазы: жирная рыба (скумбрия, сельдь, треска); капуста всех видов; чеснок; все ярко-желтые и ярко-зеленые овощи.

Для лечения рака и предупреждения его метастазирования в Китае используют ядра абрикосовых косточек и миндаля.

Нарушение режима питания вызывает рост опухоли, остановить который в дальнейшем не удается. Если после начала биокоррекции кто-то из больных (особенно с метастазированием) съест кусок мяса, выпьет 100 г спиртного или стакан молока, то опухоль идет в рост. При метастазах ее уже не остановить. В первом случае иммунная система кишечника начинает формировать антитела для борьбы с чужеродным белком - куском мяса, но не с опухолью. У метастазов появляется возможность уйти из-под контроля иммунитета. Особенно, если есть боли. Именно болевые зоны контролируются нашим мозгом и телом. По той же причине спиртное блокирует работу нервной системы. Молоко, есть животный белок, который «кормит» опухоль.

Итак, питание без мяса, яиц, животных жиров, молочных продуктов, сахара и изделий из рафинированной муки. При отсутствии мяса, как основного поставщика витамина B_{12}, обязательно съедайте каждый день горсть орехов (любых, кроме кешью).

Никаких консервов и копченостей! Масло только растительное сыродавленое — льняное, оливковое, ореховое, хлопковое. В ежедневном меню должны быть бобы или фасоль. При этом, бобы и фасоль следует замачивать на ночь. Готовьте с фасолью борщи, винегреты.

Из напитков — зеленый чай, узвар из сухофруктов, чай из листьев малины, черной смородины (противовирусные), но не в пакетиках.

Картофель — раз в неделю, и только в виде овощного рагу.

Рыба только с белым мясом — судак, пеленгас, палтус, камбала, хек и т.д. Только не лососевые! Разрешены креветки и ежедневно орехи.

Компоты из сухофруктов — без сахара. Изюм и курага — с кашей и тыквой. Тушеные овощи. Нешлифованнный рис. Салаты из овощей ежедневно перед едой.

Соль — только морская. В каши добавлять лук, морковь, чеснок.

На столе каждый день — рассольник, квашеная капуста, редька, малосольные огурцы и помидоры. Можно иногда яблочный уксус без меда.

Принимать спирулину (по 6 таблеток в день), ламинарию (по 2 ч.л. в день с соками, кашами или запивая водой).

Завтрак. 300 мл фруктового сока (лимон, яблоко, апельсин). Сок лимона снимает блокаду печени от продуктов обмена грибковой опухоли, выводит афлотоксины. Тяжелые больные пьют сок двух лимонов и апельсина.

Салат из пяти овощей и растений (огурец, укроп, петрушка, перец, редька, репа и т.д.). Горсть орехов. Каша.

Обед. Уха или рассольник (или борщ, или суп с фасолью), тушеные овощи, рыба.

Вечер. 300 мл овощного сока (200 мл морковного, 50 мл свекольного). Каша с изюмом или с тыквой, орехи, если нет аппетита — фрукты. Травы, настойки и чай пьются перед едой или через час после нее.

Проблемы со сладким исчезают через 1-2 недели после начала питания кашами.

2. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ:

- *ежедневно употребляйте 1 литр зеленых коктейлей;*
- ешьте ежедневно свежие фрукты (2 яблока) и овощи (салат из свежей капусты, зелени, моркови и др.);
- ежедневно 5-10 грецких орехов или миндаль, кешью, горсть сырых тыквенных семечек.
- 3-4 столовые ложки кедрового, льняного масла, красного пальмового или тыквенного масла (для женщин, дополнительно - 1 ч.л. масла примулы вечерней, для мужчин — облепиховое масло);
- ежедневно 1 столовую ложку размолотого зерна (льняное, конопляное, овсяное) на 1 стакан кипятка, запарить с вечера, утром выпить после еды;
- через день 200 г рыбы или морепродуктов (креветки 100 г);
- сера, которая содержится в яичном желтке, связана с аминокислотами, каждые три дня — одно яйцо;
- *травы:* брусника обыкновенная, крапива двудомная, лен посевной, полынь обыкновенная, просвирник лесной, рябина обыкновенная, сельдерей пахучий, тысячелистник обыкновенный, цикорий обыкновенный, черника, шалфей лекарственный, шиповник коричный;

3. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ».

4. ВОДНЫЙ РЕЖИМ - СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды, в течение дня до еды еще 4-6 стаканов структурированной воды.

5. ОСОБЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:

1). Прекращайте принимать пищу за 4-5 часов до сна.

2). Пережевывайте каждую отправленную в рот порцию пищи 30 раз.

3). Не ешьте между трапезами, за исключением фруктов. Если на голодный желудок никак не заснуть, можно съесть немного фруктов за час до сна, потому что они быстро переварятся.

4). Пейте соки за полчаса-час до еды.

5). Ешьте цельные, неочищенные крупы.

6). Употребляйте больше сырой или слегка бланшированной (на пару) пищи. Помните: нагрев свыше 48 °С разрушает энзимы.

7). Не употребляйте окисленную еду (например, фрукты, которые начали коричневеть).

8). Ешьте ферментированные, прошедшие процесс брожения продукты.

9). Отправляйтесь спать всегда в одно и то же время, выделив для спокойного сна 6-8 часов.

10). Примерный режим дня – см. приложение 6.

6. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе.

7. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрасный душ. 3). «Волшебные» похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика. 7). Энергоинформационные технологии: турмалиновый пояс, шапка, напульсники. 8). Акупунктурное аппаратное воздействие.

8. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап – *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. «ЛИКОПИН» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

7. «АНТИПАРАЗИТАРНАЯ ФОРМУЛА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ» - при весе до 60 кг- 4 пакета, если выше 80 кг- 6-8 пакетов, развести в воде, выпить утром перед едой, (см. описание).

8. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

9. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

10. «ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ» - (см. описание).

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *борьба с вирусами, стимуляция иммунной системы, антимутагенное и антиканцерогенное действие, восполнение антиоксидантов, микроэлементов, витаминов.*

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.
2. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.
3. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 2 капсулы 2 раза в день до еды.
4. «MAX+Q10» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.
5. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.
6. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.
7. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.
8. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.
9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Третий этап — *стимуляция иммунной системы, защита организма от воздействия стресса и успокаивающее действие.*

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.
2. «МОЛОЗИВО» - по 2 таблетки 2 раза в день во время еды.
3. «ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ» - по 2 капсулы 2 раза в день после еды.
4. «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.
5. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.
6. «ДАНГУЙ» - по 10 пилюль 2 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.
7. «ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС» - 1 бут. утром, за 30 мин. до еды.
8. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1 бут. вечером, за 30 мин. до еды.
9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 3 месяца.

В году принимать 2 курса.

3.9.2. ПРОГРАММА, МИНИМИЗИРУЮЩАЯ ОСЛОЖНЕНИЯ ЦИТОСТАТИЧЕСКОЙ И ЛУЧЕВОЙ ТЕРАПИИ РАКА

Тремя главными причинами рака являются курение, неправильное питание и хронические воспаления. Хронические воспаления являются главной причиной рака, по-скольку они приводят к выделению, оксидантов (свободных радикалов), которые стимулируют неконтролируемое деление клеток и являются мутагенами.

Двумя определяющими факторами в процессе образовании мутаций являются нарушения в ДНК (образующиеся при повреждении ДНК) и деление клеток (которое превращает нарушения ДНК в мутации). Агенты (свободные радикалы), которые способствуют таким нарушениям или делению клеток, повышают мутации и, как следствие, повышают вероятность заболевания раком.

В традиционной онкологии существуют научно-обоснованные, утвержденные к применению на практике определенные стандарты, которых необходимо строго придерживаться.

ОСНОВНЫМ МЕТОДОМ ЛЕЧЕНИЯ РАКА ОСТАЕТСЯ ХИРУРГИЧЕСКИЙ МЕТОД, ВСПОМОГАТЕЛЬНЫМИ - ЛУЧЕВАЯ ТЕРАПИЯ, ХИМИОТЕРАПИЯ, БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ПРЕПАРАТЫ И ПИТАНИЕ.

Все эти методы, к сожалению, вызывают множество компликаций. В то же время всем известно, что на сегодняшний день традиционная европейская и мировая медицина еще не в состоянии излечить рак.

Существенным недостатком современных противоопухолевых препаратов является их недостаточная селективность к опухолевым тканям. Эти препараты цитостатически действуют и на нормально пролиферирующие ткани, нарушают кроветворение, кишечную деятельность, замедляют активность иммунной системы, стимулируют реакции пероксидации липидов и ферментов, из-за чего в клетках увеличивается число свободных радикалов, вредно действующих на организм больного.

Большинство применяемых на практике противоопухолевых цитостатиков отличается угнетающим удлиненным действием на систему кроветворения, особенно миелопоэз. Такое удлиненное действие продолжается еще в течение 5-7 дней после окончания курса лечения цитостатиками. Результат такого действия - лейкоцитопения, особенно за счет уменьшения количества гранулоцитов, тромбоцитопения и снижение количества гемоглобина. Это может стать серьезной помехой для продолжения или повторения курса химиотерапии.

Противоопухолевые цитостатики, особенно производные платины и хлорэтиламина, вызывают диспепсические явления - тошноту, рвоту, которые могут отмечаться и после окончания лечебного курса.

При развитии опухолевого процесса в организме больного увеличивается число свободных радикалов. Противоопухолевые цитостатики их число еще больше увеличивают и активизируют деятельность,

соответственно увеличивая и раковую интоксикацию организма. Поэтому очень важно стимулировать деятельность антиоксидантных систем организма. С этой целью онкологическим больным необходимо назначать антиоксиданты.

На состояние иммунной системы действует не только онкологический процесс, но и химиотерапия и лучевая терапия. Более всего страдают натуральные киллеры - «клетки-убийцы», борющиеся с раковыми клетками. Однако стимулирование клеточного иммунитета может привести к нежелательному результату - стимулированию роста молодых измененных раковых клеток.

Поэтому в последнее время для коррекции иммуносупрессии у онкологических больных применяются биологические модуляторы иммунной системы.

Адьювантная химиотерапия, лучевая терапия и хирургическое лечение вызывают множество органических и функциональных нарушений органов и систем:

НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ВСТРЕЧАЮЩИЕСЯ НАРУШЕНИЯ ПОСЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ХИМИОТЕРАПИИ

1. Супрессия иммунной системы:

- уменьшение Т-лимфоцитов - натуральных киллеров;
- замедление миграции макрофагов и их способности к захвату раковых клеток;
- потеря наружных сигнальных антигенов опухолевыми клетками.

2. Нарушения в системе кроветворения: лейкоцитопения; тромбоцитопения; панцитопения; миелофиброз.

3. Мукозиты - воспаления слизистых: полости рта; пищевода; желудка; кишечника; урогенитальной системы.

4. Офтальмологические заболевания: катаракта (в т.ч. и стероидная); глаукома.

5. Кардиомиопатии: миокардит; миокардиофиброз; аритмия.

6. Нарушения в сосудистой системе: синдром Рейно; нарушение проходимости сосудов; тромбоэмболия.

7. Пневмофиброз.

8. Нарушение функции печени: дистрофия; фиброз; цирроз.

9. Нарушение функции почек: гломерулосклероз; интерстициальный фиброз; нефроз.

10. Эндокринные нарушения: андрогенные нарушения; дисфункция яичников; гипофункция надпочечников.

11. Остеопороз (стероидный).

НАИБОЛЕЕ ЧАСТЫЕ НАРУШЕНИЯ - ПОСЛЕДСТВИЯ ЛУЧЕВОЙ ТЕРАПИИ

1. Нервная система: миелит, атрофия глазного нерва, периферические невриты и невропатии.

2. Кожа: язвы, телеангиэктазии, фиброз, морщинистость.

3. Органы зрения: глаукома, катаракта, воспаления слизистых.

4. Область лица и шеи: сухость во рту, стоматит, грибковая инфекция, нарушение функции слюнных желез.

5. Зубы: кариес, остеомиелит.

6. Опорно-двигательная система: некроз костной ткани, нарушение функции движения, замедление роста

7. Сердце: перикардит, миокардит, миокардиофиброз.

8. Кровеносные сосуды: атероматоз поражение эндотелия, нарушение проницаемости сосудов.

9. Дыхательная система: пневмонит.

10. Пищеварительная система: синдром малабсорбции, ректоколит, мукозиты.

11. Мочеполовая система: нефрит, нефрогенная гипертензия, азооспермия, ранняя менопауза.

12. Эндокринная система: гипотиреоз, дисфункция яичников.

13. Система кроветворения: лейкопения, тромбоцитопения, панцитопения.

14. Иммунная система: супрессия иммунной системы, склонность к инфекциям.

Компликации могут быть кратковременными и долговременными. После комплексного традиционного лечения они могут быть очень тяжелыми.

При наличии увеличенного количества свободных радикалов очень важно поддержать деятельность ферментных и неферментных систем организма. «КОРДИЦЕПС» совместно с «ХИТОЗАНОМ», «ЛИКОПИНОМ» в состоянии полностью справиться с избытком свободных радикалов, замедлить процессы супероксидации и тем самым защитить здоровые клетки организма от вредного на них воздействия.

Чаще всего мишенью токсического действия химиопрепаратов становится костный мозг, поскольку данные препараты в основном поражают быстро размножающиеся клетки. Чаще это проявляется возникающей нейтропенией. Тромбоцитопения наблюдается реже и позже, поскольку продолжительность жизни тромбоцитов более длительная (до 10 дней), чем гранулоцитов (6-12 часов). При развитии нейтропении, (как и тромбоцитопении), возникает необходимость уменьшения дозы химиопрепаратов.

Действующие субстанции КОРДИЦЕПСА индуцируют синтез регулирующих пептидов и эндогенных факторов гемопоэза. Это гарантирует регулируемую активизацию иммунной системы. Так, например, установлено влияние полисахаридов кордицепса на продукцию факторов гемопоэза в иммунокомпетентных клетках. Такое регулирование приводит к активизации пролиферации клеток костного мозга и теоретически обосновывает целесообразность применения полисахаридов в случаях синдрома цитопении.

Мукозиты - это воспаления слизистой пищеварительного тракта, возникающие по причине токсического воздействия химиопрепаратов. Поскольку, как уже указывалось, химиопрепараты токсически

воздействуют на быстро размножающиеся клетки, они действуют и на клетки эпителия пищеварительного тракта, так как этим клеткам, как и клеткам крови, характерна большая митозная активность. Мукозиты осложняются изъязвлениями, вторичной инфекцией, позже и сепсисом. Часто развивается дисбактериоз, отмечается рост патогенной флоры.

Для профилактики и лечения мукозитов большое значение имеет восстановление состояния регионального иммунитета. Использование препарата помогает в лечении мукозитов и их компликаций за счет находящихся в составе препарата высокой концентрации полисахаридов.

При лечении компликаций, вызванных использованием лучевой терапии, также имеется ряд работ, подтверждающих целесообразность применения кордицепса.

Опухолевые клетки используют множество механизмов, чтобы выйти из-под контроля иммунной системы. Так, опухолевые клетки могут избавляться от поверхностных антигенов и препятствовать миграции макрофагов и захвату ими злокачественных клеток.

Опухолевые клетки являются незрелыми и характеризуются различной степенью потери дифференцировки, что в некоторой степени коррелирует с агрессивностью течения и чувствительностью к химиотерапии. При увеличении степени дифференцировки их злокачественные свойства становятся все менее выраженными.

При спонтанном течении заболевания, а тем более при химиотерапевтическом воздействии дифференцировка опухолевых клеток снижается, что играет большую роль в «ускользании» процесса из-под иммунологического и медикаментозного контроля и определяет опухолевую прогрессию. В одном из исследований воздействия препарата на лейкемические клетки человека было отмечено, что 50 процентов опухолевых клеток превратились в зрелые моноциты и макрофаги.

Результаты клинических и экспериментальных исследований свидетельствуют, что препарат «КОРДИЦЕПС» обладает противоопухолевой и «антиметастатической» активностью. Ряд публикаций свидетельствует о том, что противоопухолевая активность препарата реализуется не вследствие прямого цитопатического воздействия на опухолевые клетки, а в результате иммуномодулирующего действия.

При воздействии кордицепса в опухолевых клетках увеличивается число поверхностных антигенов, что делает злокачественные клетки более «различимыми» для иммунной системы.

Кордицепс является основным источником бета-глюканов. Вот как Хеннен (2001) описывает предполагаемый механизм действия бета-глюканов: «Для того, чтобы клетки-киллеры смогли реализовать свой поражающий потенциал, они должны получить специальный двойной сигнал. Во-первых, это один из белков комплемента НК-клетки прикрепляются только к тем раковым клеткам, которые оказываются «помеченными» этим белком. Во-вторых, это специальная сигнальная молекула, которая должна находиться на поверхности «помеченной»

раковой клетки. Если присутствуют оба сигнала, НК-клетки активизируются и разрушают опухолевую клетку. По всей видимости, бета-глюканы исполняют роль второй сигнальной молекулы, необходимой для полной активации НК-клеток. Как только НК-клетки распознают раковую клетку с помощью сигнальных белков комплемента и получают второй «подтверждающий» сигнал, они начинают уничтожать злокачественные клетки».

Кордицепс является мощным индуктором эндогенных антиоксидантных систем (супероксиддисмутазы, глутатионпероксидазы), что определяет его цитопротективное воздействие.

Кроме влияния на процессы свободнорадикального окисления кордицепс инициировал повышение активности антиоксидантных систем.

Влияние компонентов препарата на ключевые процессы клеточной жизнедеятельности увеличивает адаптационные возможности и переносимость экстремальных воздействий. У пациентов с лучевой болезнью терапия КОРДИЦЕПСОМ корригировала лейкопению, улучшала клинические параметры. Кроме того, препарат повышал переносимость недостатка кислорода и низких температур. Все вышеперечисленное свидетельствует, что терапия препаратом улучшает течение периода после лучевой терапии.

Кордицепс способствует реставрации специфического противоопухолевого иммунитета, что обеспечивает новый уровень иммунологического и цитопротективного сопровождения химио- и лучевой терапии.

Отсутствие побочных эффектов и наличие системного цитопротективного эффекта позволяет применять Кордицепс у любой категории больных с различной сопутствующей патологией.

Результаты клинических и экспериментальных исследований свидетельствуют, что ряд других биопрепаратов корпорации «999» с антиоксидантной активностью («ЛИКОПИН», «ПЫЛЬЦА СОСНЫ», «СПИРУЛИНА», «ЦИНК», «КОЭНЗИМ Q_{10}»)обладают противоопухолевой и «антиметастатической» активностью. Препараты улучшают результаты стандартной химиотерапии, уменьшают выраженность ее побочных эффектов.

Применение комплекса биопрепаратов корпорации «999» обеспечивает:

- системный цитопротективный эффект, который позволяет снизить органотоксические эффекты химиотерапии;
- предупреждение и коррекция иммунодефицитного состояния;
- улучшение числа функционально активных клеточных элементов крови;
- повышение качества жизни пациентов;
- замедление темпов опухолевой прогрессии;
- улучшение «переносимости» операции, уменьшение числа интра- и послеоперационных осложнений.

БАЗОВАЯ ПРОГРАММА ПОДДЕРЖКИ ПРИ ЦИТОСТАТИЧЕСКОЙ И ЛУЧЕВОЙ ТЕРАПИИ РАКА

Первый этап — *восстановление и стимулирование деятельности иммунной системы.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС» - 1 бут. утром, за 30 мин. до еды.

6. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1 бут. вечером, за 30 мин. до еды.

7. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

8. «ЛИКОПИН» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

10. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *восстановление нарушенной иммунной системы и поддержка печени.*

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

3. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 2 капсулы 2 раза в день до еды.

4. «MAX+Q10» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

5. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

6. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

7. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

8. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

9. «ШУ ГАНЬ ВАНЬ» - по 6 пилюль 3 раза в день за 30 мин. до еды, запивать теплой кипяченой водой.

10. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Глава 3.10. ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ ИММУННОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНИЗМА

Под иммунитетом подразумевают комплексную реакцию организма, направленную на защиту его от внедрения генетически чужеродного материала. К такому генетически чужеродному материалу относятся бактерии и их токсины, вирусы, простейшие, паразиты, донорские ткани, включая кровь, измененные собственные клетки (например, раковые) и т.п.

При этом *иммунная защита* может протекать по разным механизмам. Сначала организм нейтрализует чужеродную субстанцию (антиген) путем выработки специальных химически активных молекул, нейтрализующих эффект антигенов - антител.

За выработку антител ответственны важнейшие клетки иммунной системы - *лимфоциты*. Различают две основные популяции лимфоцитов, обеспечивающих при совместном функционировании все формы иммунного ответа: *Т (тимусзависимые) и В (бурсозависимые)* лимфоциты.

Первые, при сенсибилизации чужеродным белком непосредственно участвуют в иммунных реакциях (разрушают чужеродные клетки опухолевых или донорских трансплантированных тканей). Это - *клеточное звено* иммунитета.

Т-клетки существуют во множестве форм, из которых наиболее важными являются Т-хелперы. Хелперные клетки ответственны за выбор тактики иммунной защиты и сообщают В-клеткам информацию для выработки антител.

В-клетки - вырабатывают антитела, особые белки, которые помогают устранять вирусы из клеток и способствуют нейтрализации бактерий, т.е. осуществляют эффективное обезвреживание чужеродных частиц на расстоянии, путем выработки специальных биологически активных молекул - иммуноглобулинов. Это - *гуморальное звено* иммунитета.

В- и Т-клетки обнаруживаются в кровотоке и лимфатической системе. Иммунная система имеет участки, где иммунные клетки накапливаются; это лимфатические узлы. Если в организм проникла инфекция, В- и Т-клетки активируются и начинают размножаться - вот почему гланды (нёбные миндалины) могут увеличиваться в размерах при инфекционных заболеваниях.

Т-лимфоциты участвуют в иммунных реакциях по двум направлениям, с одной стороны, помогают В-лимфоцитам опознать чужеродный фактор (антиген) и стимулировать их к выработке сложных молекул антител, а с другой стороны, Т-лимфоциты после антигенной активации способны сами растворять или уничтожать другие субстанции напрямую.

Такой сенсибилизированный Т-лимфоцит разрушает чужеродную клетку при непосредственном контакте, за что и получил название *клетки «убийцы»* или (клетка-киллер).

Сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям связана и со способностью специальных клеток крови и тканей организма

захватывать и переваривать возбудителей инфекций. Это явление получило название *фагоцитоза,* а активные клетки, «охотящиеся» за чужеродным веществом назвали фагоцитами.

К особым факторам защиты относят *интерферон* - противовирусный белок, вырабатываемый зараженной клеткой. Распространяясь по межклеточной жидкости и оседая на мембранах здоровых клеток, интерферон защищает здоровую клетку от проникновения в неё вирусных частиц.

Таким образом, иммунитет - это многоуровневая защита организма. Известно, что иммунитет может быть снижен вследствие воздействия ряда неблагоприятных факторов. При ожоге, переохлаждении, кровопотере, голодании, травме страдают целостность кожных покровов, объем циркулирующих антител, механизмы выведения токсинов и другие обезвреживающие факторы. В этом случае организм становится более чувствительным к инфекциям, механизмы регенерации (заживления) затягиваются, приобретают хроническую направленность.

Иммунная система запрограммирована реагировать на все, что может угрожать организму: бактерии, вирусы, паразиты и раковые клетки. Другая задача иммунной системы - распознавать и разрушать раковые клетки. Однако ослабленная иммунная система может оказаться неспособной эффективно распознавать или разрушать раковые клетки, в связи с чем со временем повышается риск развития рака.

Питание и здоровая иммунная система

Исследования последних лет показывают, что как недостаточная, так и избыточная активность иммунной системы может быть скорректирована посредством правильного питания.

Эффективная работа иммунной системы до некоторой степени определяется тем, какое «топливо» мы ей предоставляем. Определенные продукты содержат пищевые вещества способные стимулировать иммунитет, и это можно использовать для повышения устойчивости к инфекциям и борьбы против онкологических заболеваний. У некоторых людей определенные продукты могут провоцировать неадекватный иммунный ответ; это состояние называется пищевой чувствительностью.

Чрезмерные реакции на продукты со стороны иммунной системы могут быть разделены на две категории: пищевая аллергия и непереносимость продуктов. Пищевая аллергия, при которой обычно развиваются видимые реакции на конкретную пищу вскоре после ее употребления, - относительно редкое явление. В некоторых случаях отмечаются вполне безобидные симптомы, например сыпь, которая бывает у некоторых людей после употребления клубники. В тяжелых случаях пищевая аллергия может привести к угрожающему жизни анафилактическому шоку, но страдающим пищевой аллергией обычно бывает легко установить, какой именно продукт вызывает аллергию, и затем избегать его.

Непереносимость продуктов совершенно отлична от пищевой аллергии и встречается значительно чаще. При непереносимости

продуктов симптомы могут развиваться спустя несколько часов или даже дней после употребления продукта и носить более неопределенный или системный (генерализованный) характер. Из-за таких неспецифических и отсроченных реакций непереносимость продуктов часто остается нераспознанной, и некоторые люди могут страдать от нее в течение многих лет. Предменструальный синдром, увеличение массы тела, задержка жидкости в организме, мигрень, утомляемость, астма, экзема, синдром раздраженной толстой кишки, ревматоидный артрит и повышенная возбудимость у детей - вот лишь некоторые состояния, связанные с непереносимостью продуктов.

Пищевые вещества, усиливающие иммунитет

*1. **Витамин С.*** К настоящему времени выявлено много иммуностимулирующих эффектов витамина С, включая способность увеличивать выработку антител и скорость созревания иммунных клеток. В самых высоких концентрациях витамин С присутствует в бананах, цитрусовых, киви и зеленых овощах.

*2. **Цинк*** жизненно необходим для образования и функционирования иммунных клеток. Научные исследования показали, что низкий уровень цинка в организме может привести к ослаблению иммунной системы. Наиболее богаты цинком морепродукты, рыба и цельнозерновые продукты.

*3. **Бета-каротин*** превращается в организме в витамин А. Он помогает защищать клетки иммунной системы от повреждающего действия свободных радикалов и также, обладает значительными иммуностимулирующими возможностями. Много бета-каротина в зеленых и желтых фруктах и овощах.

*4. **Пыльца сосны*** обладает противоинфекционным противовирусным и иммунностимулирующим действием.

Факторы питания, снижающие устойчивость к инфекции

Важно не только позаботиться о том, чтобы в вашем рационе содержались пищевые вещества, положительно влияющие на способность организма противостоять инфекциям. Необходимо также исключить те пищевые факторы, которые могут угнетать нормальное функционирование иммунной системы или усугублять симптомы инфекции.

- Избегайте обильных приемов пищи. Если организму приходится справляться с большим количеством пищи, его способность бороться с инфекциями снижается. Чтобы оптимизировать защитные возможности организма, избегайте блюд, содержащих большое количество «тяжелых» или жирных продуктов (мясо, сливочное масло, сыр).
- Сократите потребление сахара. По мере повышения уровня сахара в крови эффективность функционирования иммунной системы снижается. Чтобы дать организму наилучшую возможность побороть инфекцию, следует сократить потребление сахара, сладких напитков и сахаросодержащих продуктов, например бисквитов и пирожных.
- Избегайте продуктов, образующих слизь. Если у вас простуда или вы чувствуете ее приближение, полезно сократить потребление

продуктов, способствующих образованию слизи в пищеварительной системе. Важнее всего избегать употребления молока и молочных продуктов, например сыра.

3.10.1. БАЗОВАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ ИММУННОЙ ЗАЩИТЫ У ВЗРОСЛЫХ

Питание:

Фрукты, ягоды, орехи: апельсин, лимон, слива, грецкий орех, шелковица белая.

Овощи, зелень, злаки: морская капуста, гречиха, соевая мука, белокочанная капуста, имбирь, кабачок, помидор, петрушка, сельдерей, фасоль, оливковое масло, льняное масло, масло грецких орехов.

Мясо-молочные, рыба и др. продукты: кумыс, перепелиное яйцо, брынза козья.

Первый этап — *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. **«КЛЕТЧАТКА»** - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.
2. **«ЛИДАН»** - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.
3. **«ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы)** - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.
4. **«ЦИНК» в капсулах** - по 1-2 капсулы 2 раза в день.
5. **«СПИРУЛИНА»** - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.
6. **«ЛИКОПИН»** - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.
7. **«АНТИПАРАЗИТАРНАЯ ФОРМУЛА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ»** - при весе до 60 кг- 4 пакета, если выше 80 кг- 6-8 пакетов, развести в воде, выпить утром перед едой, (см. описание).
8. **«ХИТОЗАН»** - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.
9. **ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС».** Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.
10. **«ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ»** - (см. описание).

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *борьба с вирусами, стимуляция иммунной системы, антимутагенное и антиканцерогенное действие, восполнение антиоксидантов, микроэлементов, витаминов.*

1. **«ПЫЛЬЦА СОСНЫ»** - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

3. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 2 капсулы 2 раза в день до еды.

4. «MAX+Q10» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

5. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

6. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

7. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

8. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Третий этап — *стимуляция иммунной системы, защита организма от воздействия стресса и успокаивающее действие.*

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «МОЛОЗИВО» - по 2 таблетки 2 раза в день во время еды.

3. «ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ» - по 2 капсулы 2 раза в день после еды.

4. «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

5. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

6. «ДАНГУЙ» - по 10 пилюль 2 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

7. «ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС» - 1 бут. утром, за 30 мин. до еды.

8. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1 бут. вечером, за 30 мин. до еды.

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Общая продолжительность базовой программы биокоррекции —3 месяца.

В год проводится 2 цикла - весной и осенью.

3.10.2. ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ ИММУННОЙ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ

Ребёнок рождается стерильным. Весь период внутриутробного созревания он находится под надёжной защитой материнской иммунной системы. С первым вдохом, с первым глотком пищи, с первым касанием его нежной кожи к детскому белью в его организм проникают сотни тысяч микроорганизмов.

И это - один из первых серьезнейших экзаменов на жизнеспособность новорожденного. Если период беременности у матери ребенка протекал неблагоприятно или она подвергалась вредным воздействиям (ионизирующему облучению, контакту с токсическими химическими веществами или рядом медикаментов, нарушающих кроветворение), то в ряде случаев возможно появление ребенка, чья иммунная система не сможет в полной мере защитить его от этого первого столкновения с окружающим миром.

Иммунная система, как указывалось выше, многокомпонентная и слабость или отсутствие какого-либо звена грозит тяжелыми последствиями.

Недоразвитие вилочковой железы (тимуса) или лимфоидной системы приводит к ранней смерти от заражения крови (сепсиса новорожденных) или частым гнойничковым поражениям кожи, грибковым заболеваниям слизистой рта, кишечника, к частым лихорадочным состояниям, поражению почек (пиелонефрит) и органов дыхания (затяжные бронхиты, пневмонии, осложняющиеся гнойными отитами, сепсисом, остеомиелитами и т.д.).

У таких детей, несмотря на их малый возраст, высок риск онкологических заболеваний. Чаще всего поражаются система кроветворения (лейкозы, лимфогранулематоз), нервная система (нейробластома).

Помимо подобных драматических форм, отражающих грубую неполноценность иммунитета, у детей чаще встречаются проявления неполной зрелости иммунной системы.

Эта незрелость связана с задержкой её внутриутробного развития из-за различных неблагоприятных факторов. И если генетические дефекты иммунной системы тяжело корректировать (таких детей теоретически можно спасти, если поместить в совершенно стерильные условия), то детям с незрелой иммунной системой необходимо помогать до тех пор, пока не наступит её запоздалое созревание, после чего ребенок становится вполне адаптированным к окружающему миру.

Защитные факторы детского организма включают как *неспецифические:* непроницаемость и бактерицидность кожных покровов, обусловленная органическими кислотами (молочной, олеиновой и др.), вырабатываемыми потовыми и сальными железами; кислая среда желудка, растворяющая микроорганизмы; лизоцим слюны и слез и др., так и *специфические* (что однозначно понятию иммунологические).

Среди специфических факторов иммунитета только иммуноглобулин IgG содержит большинство антител ко многим инфекционным болезням и обладает такой уникальной способностью, как проникновение через трансплацентарный барьер. Именно он один защищает ребенка от внутриутробного инфицирования и некоторое время - после рождения.

Другой иммуноглобулин IgA - играет важную роль в формировании местного иммунитета. Присоединяясь к бактериям, он мешает им проникнуть через кожу или слизистую оболочку носа, рта, кишечника.

Однако новорожденный ребенок рождается без этого иммуноглобулина, поскольку он не проникает через плаценту. Вот почему так важно раннее прикладывание ребенка к груди матери. Именно в первых порциях грудного молока содержится огромное количество IgA.

При сосании этот ценный компонент молока распределяется по слизистой рта, кишечника, проникает в начальные отделы дыхательной системы и надежно защищает ребенка от проникновения инфекции внутрь.

Искусственные молочные смеси, сделанные на основе стерилизованного коровьего или соевого молока таким качеством не обладают, что повышает риск инфицирования у детей, находящихся на искусственном вскармливании.

Ко второму или третьему году жизни, под влиянием профилактических прививок, уровень иммуноглобулинов в организме детей достигает необходимого уровня, гарантирующего надёжную защиту от большинства инфекций.

Тем не менее, по классификации педиатров, имеется определенный процент детей, которые, несмотря на хороший уход за ними, являются частыми посетителями детских консультаций или больниц. Это - группа «часто болеющих» детей. У подобного контингента пациентов созревание иммунной системы задерживается во времени на 2-4 года и посещение ими детских учреждений (детские сады, подготовительные классы) приводит к неминуемому инфицированию вирусами или бактериями от других детей. Возникают затяжные респираторные инфекции, осложняющиеся гайморитами, гнойными ангинами, бронхитами, отитами, пневмониями и т. д.

Как на ранних этапах заподозрить нарушения иммунитета у детей и своевременно принять меры?

Среди детских врачей глубоко укоренилось представление о так называемых аномалиях конституции. Под ними подразумеваются врожденные особенности детского организма, закономерно приводящие к патологическим реакциям на внешние вредности.

С нарушениями в иммунной системе ребенка тесно связаны две достаточно распространённые аномалии конституции: *экссудативно-катаральный и аллергический диатезы.*

Первый из них связан с нарушениями в клеточном звене иммунитета, с низким уровнем IgA на поверхности слизистой кишечника и с повышенной проницаемостью (т.е. сниженной барьерной функцией) слизистой кишечника.

Второй (аллергический диатез) связан с нарушениями в продукции IgE и врожденной извращенной чувствительностью рецепторов клеточных мембран к норадреналину - сильнейшему регулятору энергетических процессов в организме.

При *экссудативно-катаральном* диатезе у детей в раннем возрасте наблюдают стойкие опрелости в кожных складках, сухость и бледность кожи, образование трудно удаляемых корочек на волосистой части

головы, склонность детей к различным кожным заболеваниям, сопровождаемым зудящей сыпью и расчёсами.

Такие дети быстро прибавляют в весе, но они рыхлые и пастозные. Врачи отмечают у них «географический язык», часто диагностируют катары дыхательных путей с астматическим компонентом. Подобные дети страдают неустойчивым стулом, анемией.

Научные исследования выявили у таких детей склонность к избыточной задержке воды в организме при нормальных условиях и быстрой её потере с обезвоживанием при малейших заболеваниях.

Особенностью обмена веществ таких детей является:

- их склонность к метаболическому ацидозу (закислению крови);
- чрезмерную активацию перекисного окисления липидов, приводящую к накоплению свободных радикалов;
- тенденции к гипергликемии (повышение содержания сахара в крови);
- гиперлипидемии (повышение содержания жиров в крови) из-за нарушенной работы печени;
- склонность к дефициту витаминов: A, D, E, C, B_1, B_6 и микроэлементов: селена - Se, меди - Cu, цинка - Zn, железа - Fe, кальция - Ca.

Только организацией правильного питания этих детей можно предотвратить обострения экссудативного диатеза. Необходимо ограничивать сладкую пищу, а из диеты матери, кормящей ребенка грудью, необходимо исключить: яйца, клубнику, кофе, острые сыры, консервы, колбасы, шоколад.

Детям ограничивают поступление коровьего молока. Каши и овощные пюре лучше готовить на воде или овощных отварах. Вместо молока рекомендуется кефир. Необходимы биопрепараты, содержащие кальций, витамины A, B_6, E.

При *аллергическом диатезе* у детей отмечается повышенная нервная возбудимость, плохой сон, крикливость, капризность, снижение аппетита, плохое нарастание в весе. Как правило, у них находят увеличение печени, селезенки и лимфатических узлов шеи, паховых областей.

Они страдают метеоризмом (скоплениями газов в кишечнике), болями в животе, частыми необоснованными повышениями температуры тела.

Таким детям врачи ставят диагноз «дисбактериоз» или дискинезию желчевыводящих путей. Течение респираторных инфекций часто принимает затяжной характер. В дошкольном возрасте у таких детей часты диагнозы респираторных аллергозов, бронхиальной астмы или бронхитов с астматическим компонентом.

В школьном возрасте - экземы, нейродермиты, дерматореспираторные аллергозы. У этой группы детей часто отмечают выраженные аллергические реакции на профилактические прививки, а в крови обнаруживают чрезмерно высокое содержание IgE.

Для данных детей рекомендуется максимально длительное кормление материнским грудным молоком, а соки и прикормы с потенциально аллергизирующим эффектом должны быть исключены из пищевого рациона.

Для дошкольников с большой осторожностью необходимо включать яйцо, рыбу, шоколад, цитрусовые, ананасы, бананы, малину, мед, орехи, бульоны, пряности. Показано в предпрививочное время провести предварительную подготовку, включающую глутаминовую кислоту, пиридоксин, препараты кальция, витамины B_1, B_6, С.

БАЗОВАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ ИММУННОЙ ЗАЩИТЫ У ДЕТЕЙ

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 1 капс 1-2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «МОЛОЗИВО» - по 2 таблетки 1-2 раза в день во время еды.

3. «ЖИДКИЙ КОРДИЦЕПС» - 1/2 бут. утром, за 30 мин. до еды.

4. «ЛИНЧЖИ ЖИДКИЙ» - 1/2 бут. вечером, за 30 мин. до еды.

5. «MAX+SEABUCKTHORN» - 1/2 флакон (50 мл) вечером после еды.

6. «СПИРУЛИНА» - по 1 таблетки 1-2 раза в день во время еды.

7. «ЖИР МОРСКОГО КОТИКА» - по 1 капсулы 1-2 раза в день во время еды.

8. «ЖЕЛЕ С АКТИВНЫМ ЦИНКОМ» - по 4-6 желейные таблетки 1-2 раза в день.

9. «КАЛЬЦИЙ ДЕТСКИЙ С ВИТАМИНАМИ», желе с активным кальцием, - по 1-2 таблетке 1-2 раза в день.

10. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 1 капсулы 1-2 раза в день до еды.

Курсовая доза – 2 месяца.

В год проводится 2 цикла - весной и осенью.

Глава. 3.11. ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ»

3.11.1. МЕТАБОЛИЧЕСКИЙ СИНДРОМ (МС).

Наиболее частые «подводные» камни, разбивающие здоровье в возрасте старше 40-50 лет - это нарушения, связанные с развитием так называемого ***метаболического синдрома.***

Синдром представляет собой комплекс многочисленных взаимосвязанных патологических факторов, обуславливающих чрезвычайно высокий суммарный риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, а также сахарного диабета 2 типа.

Приоритет в описании данного синдрома принадлежит G. Reaven, который в 1988 г. описал так называемый синдром X («смертельный

квартет»), или синдром инсулинорезистентности, объединяющий по механизмам возникновения (рис. 61):

- артериальную гипертонию (АГ);
- инсулиннезависимый сахарный диабет (ИНСД);
- дислипидемию;
- атеросклероз.

Именно инсулинорезистентность (ИР) и гиперинсулинизм (ГИ) являются основным патогенетическим звеном развития МС.

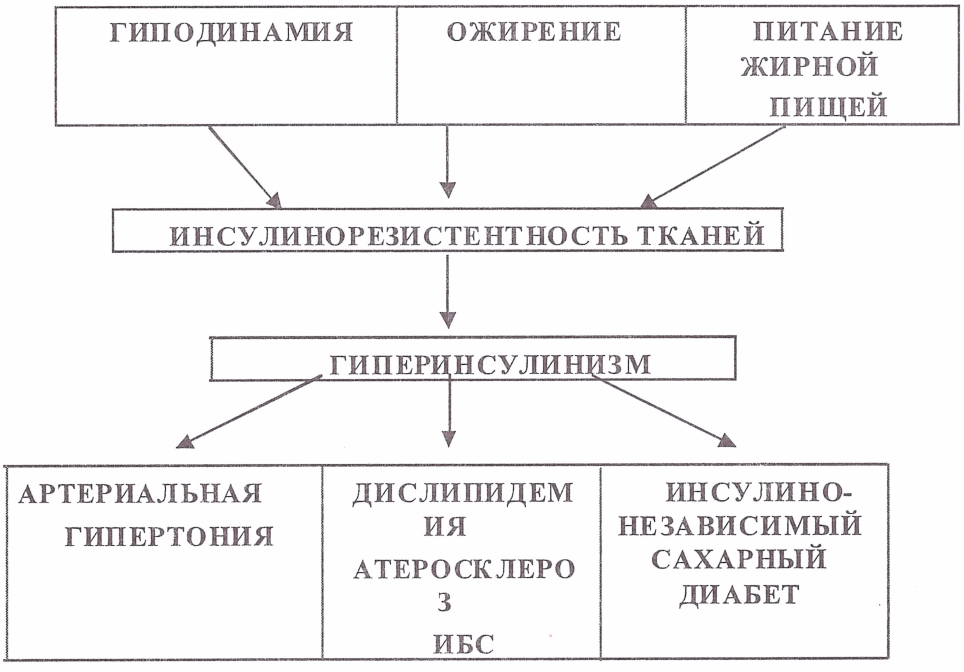


Рис. 61. Механизм развития метаболического синдрома

Снижение чувствительности тканей к инсулину – ИР следует рассматривать с точки зрения избытка жира в организме, при котором снижается инсулинзависимый транспорт глюкозы и развивается гиперинсулинизм.

Установлено, что степень выраженности данных метаболических нарушений прямо зависит от массы жира. По мере увеличения массы жировой ткани увеличиваются размеры жировых клеток. Чем больше адипоцит (жировая клетка), тем менее он чувствителен к инсулину. Соответственно, меньше и сдерживающее влияние инсулина на процессы липолиза. Как результат - *тенденция к повышению уровня неэстрифицированных жирных кислот* (НЭЖК) в крови.

Согласно закономерностям взаимодействия метаболитов – глюкозы и жирных кислот мышечные клетки и клетки печени усиливают захват и окисление НЭЖК и, как следствие, снижают инсулинзависимый транспорт глюкозы – развивается ***инсулинорезистентность.*** Компенсируя данные нарушения, поджелудочная железа увеличивает продукцию инсулина, что приводит к развитию ***гиперинсуленизма.***

Накопленные сведения свидетельствуют, что МС играет существенную роль в ускорении развития сердечно-сосудистых заболеваний, а также сахарного диабета 2 типа, обуславливая их чрезвычайно высокий суммарный риск.

Заболеваемость МС составляет около 20% среди популяции среднего и пожилого возраста.

Основные маркеры МС: абдоминальное ожирение, артериальная гипертония, гиперлипидемия, в подавляющем большинстве случаев сопряжены с инсулинорезистентностью тканей и гиперинсулинемией.

В международной практике выделяют следующие компоненты МС:

1. Артериальная гипертензия >160/90 мм.рт.ст.
2. Дислипидемия: повышение уровня триглицеридов плазмы (>=1,7 ммоль/л) и/или низкий уровень ЛПВП - <0,9 ммоль/л для мужчин и < 1,0 ммоль/л для женщин.
3. Ожирение: индекс массы тела >30 кг/м^2 и/или соотношение окружности талии к окружности бедер >0,90 у мужчин и >0,85 у женщин.
4. Гиперальбуминурия (скорость экскреции альбуминов с мочой 20 мкг\мл).
5. Сахарный диабет II типа и нарушение толерантности к глюкозе.

3.11.2. ИЗБЫТОЧНАЯ МАССА ТЕЛА И ОЖИРЕНИЕ

Ожирение – это хроническое, рецидивирующее заболевание, характеризующееся избыточным накоплением жировой ткани в организме.

Согласно теоретическим положениям китайской медицины, данное заболевание вызывается недостаточностью селезенки, что приводит к накоплению сырости и слизи в организме.

Всемирная Организация Здравоохранения рассматривает ожирение, как эпидемию, охватившую миллионы людей. В мире зарегистрировано 250 миллионов больных ожирением, что составляет 7% взрослого населения земного шара.

В большинстве стран Западной Европы от 9 до 20% взрослого населения имеют ожирение (индекс массы тела > 30) и более четверти – избыточную массу тела (ИМТ > 25). На Украине 30% лиц трудоспособного возраста имеют ожирение и 25% - избыточную массу тела. Растет ожирение и среди детей, потому введен диагноз: «сахарный диабет 2 типа у детей».

Ожирение развивается в результате длительного нарушения энергетического баланса, когда поступление энергии с пищей превышает энергетические затраты организма.

Важной составляющей механизмов развития ожирения является сама жировая ткань, обладающая эндо-, ауто- и паракринной функциями. Вещества, выделяемые жировой тканью, обладают разнообразным биологическим действием и могут влиять на активность метаболических

процессов в тканях и различных системах организма либо непосредственно, либо опосредованно через нейроэндокринную систему.

Большое значение в регуляции энергетического обмена имеет центральная нервная система - гипоталамус – жировая ткань. Ключевым ее звеном является гормон лептин, секретируемый жировой клеткой (адипоцит), который способствует рациональной утилизации энергоресурсов и их использованию.

Ожирение часто сопровождается сопутствующей патологией:

- сахарным диабетом 2 типа;
- артериальной гипертензией (повышенное артериальное давление);
- дислипидемией (нарушение нормального соотношения липопротеидов в крови);
- атеросклерозом;
- ишемической болезнью сердца;
- некоторыми формами рака;
- заболеваниями опорно-двигательного аппарата;
- желчекаменной болезнью;
- хронической венозной недостаточностью нижних конечностей (варикозное расширение вен).

По данным исследований, сахарный диабет 2 типа и артериальная гипертензия у лиц с ожирением встречаются в 2,9 раза чаще, чем среди населения в целом. Не зря «Союз» сахарного диабета и ожирения называют «сладкой парочкой», так как 90% больных сахарным диабетом имеют ожирение. Причина – инсулинорезистентность, которая является основой сахарного диабета 2 типа.

Ожирение приводит к сокращению продолжительности и ухудшению качества жизни и требует значительных экономических затрат общества: в развитых странах мира расходы на лечение ожирения и сопутствующих ожирению заболеваний составляют от 8 до 10% всех затрат на здравоохранение.

Основным признаком ожирения является накопление жировой ткани в организме: у мужчин более 10-15%, у женщин более 20-25% от массы тела. Для диагностики ожирения и определения его степени применяется ***индекс массы тела*** (ИМТ).

$$\text{ИМТ} = \frac{\text{масса тела (кг)}}{(\text{рост в м})^2}$$

Например, у пациента с массой тела 92 кг при росте 1,75 м ИМТ равен 30. ИМТ = 92 : (1,75 х 1,75) = 30.

ИМТ в пределах 18,5 – 24,9 соответствует нормальной массе тела.

Избыточная масса тела (предожирение)	– 25,0-29,9.
Ожирение 1 степени	– 30,0-34,9.
Ожирение 2 степени	– 35,0-39,9.
Ожирение 3 степени	– больше 40.

Уже у больных с ИМТ 27-28 кг/м*2*, которые находятся в предожирении, сопутствующая патология наблюдается в 72% случаях.

Наиболее неблагоприятным является абдоминальный (в области живота) тип ожирения, сочетающийся с комплексом гормональных и метаболических факторов риска.

Для определения характера распределения жира в организме используется ***показатель соотношения окружности талии и окружности бедер*** (ОТ/ОБ).

Ожирение считается абдоминальным, если у женщин величина ОТ/ОБ больше 0, 85, а у мужчин больше 1,0.

Окружность талии измеряется в положении стоя, на середине расстояния между нижним краем грудной клетки и гребнем подвздошной кости по среднеподмышечной линии, окружность бедер – в самой широкой их области на уровне большого вертела.

При окружности талии у мужчин более 94 см, у женщин больше 80 см риск развития осложнений ожирения (сахарный диабет 2 типа, артериальная гипертензия, сердечно-сосудистые заболевания) становятся повышенными, а при 102 и 88 см соответственно – высоким.

При наличии ожирения необходимо провести следующие обследования: уровни холестерина, триглицеридов, сахара, ЛПВП, ЛПНП. В большинстве случаев повышенная ИМТ является следствием накопления избытка энергии, получаемой из пищи в виде жировых запасов в подкожной клетчатке. Причем, поставляют организму больше всего энергии – ЖИРЫ (55-60% всех калорий).

Развитие ожирения во многом связано с образом жизни и привычками человека.

Важной составляющей лечения является наличие у больного мотивации и силы воли, твердого желания сбросить ненавистные килограммы.

Основной задачей борьбы с ожирением является, прежде всего, не достижение снижения массы тела, а длительное поддержание достигнутого эффекта.

Опыт показывает, что снижение массы тела на 5-15 % от исходной (5-10 кг) снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний на 9%, диабета – на 44%, всех сопутствующих заболеваний на 20%. Также снижается риск смертности от диабета более чем на 30%, онкологических заболеваний – 40%.

Основу лечения ожирения составляет сбалансированное естественное макробиотическое гипокалорийное питание. Рекомендуется постепенное, длительное изменение характера питания, пищевых привычек, а не временное ограничение употребления определенных продуктов.

Уменьшение поступления энергии можно достичь:

- снижением калорийности суточного рациона на 20% (в среднем на 500-1000 ккал), но не менее чем до 1200 ккал в сутки;
- уменьшением потребления «плохих» жиров (насыщенных, Омега-6, трансжиров);

- использованием зеленых коктейлей;
- снижением потребления алкоголя.

Начать надо с анализа питания путем записей в дневник питания все, что он ест и пьет за неделю. Это позволит проводить контроль врачом и самоконтроль больным для последующей разработки программы собственного стиля здорового питания.

Основой такой программы должна служить вводная - снижение массы тела на 0,5 кг в неделю.

Важным фактором уменьшения массы тела и поддержания ее на достигнутом уровне является повышение физической активности. В то же время необходимо перестать думать о «физической нагрузке» и начать думать о том, как стать более активным.

Самый простой, доступный и эффективный вид физической нагрузки – ходьба. По 10 минут в день, постепенно увеличивая продолжительность до 30-40 мин., вначале 3-4 раза в неделю, а затем – ежедневно. Главное – регулярно!

В соответствии с международными рекомендациями больные МС относятся к группе высокого риска возникновения осложнений со стороны сердечно-сосудистой системы и почек.

Такие пациенты нуждаются в изменении программы образа жизни и применении средств биокоррекции.

Следует подчеркнуть, что синтетические лекарственные средства, которые наиболее часто применяют для воздействия на АГ (тиазидные диуретики, b-адреноблокаторы) в данной ситуации не показаны, т.к. они усиливают метаболические нарушения, вызывают прогрессирование нефропатии и инсулинорезистентности.

Современные достижения в области исследования метаболизма на молекулярном уровне и возможности его коррекции в условиях патологии определяют все возрастающий интерес к использованию различные комплексные программы воздействия на меридианы и БАТ, применение биологически активных веществ: биофлаваноиды, антиоксиданты, ферменты, энзимы, нуклеиновые кислоты и др.

В этой связи особое значение представляют биопрепараты программы «999»: КАПСУЛЫ «ЛИКОПЕН», «СОСНОВАЯ ПЫЛЬЦА», «КОРДИЦЕПС», «ЛИНЧЖИ», на основе которых в организме строятся молекулы важнейших регуляторов гомеостаза: биофлавоноиды, ферменты, энзимы, пептиды, РНК, ДНК и др.

3.11.3. КОМПЛЕКСНОАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ МЕТАБОЛИЧЕСКОГО СИНДРОМА И ПОВЫШЕННОЙ МАССЫ ТЕЛА

Эта программа направлена на:

- устранение и подавление механизмов по образованию бляшек (склероз);

- восстановление иммунитета и препятствие аутоиммунным реакциям;
- снижение повышенной свертываемости крови (тромбозы);
- подавление воспалительных процессов в суставах и органах;
- снижение выработки гистаминов (аллергия);
- восстановление функциональной активности микроциркуляторной сосудистой системы и нарушений клеточного питания;
- снижение гипертонии;
- блокада патологических механизмов по избыточной выработке инсулина (гиперинсулинемия);
- снятие спазма бронхов (астма);
- снижение веса тела.

СОСТАВЛЯЮЩИЕ ПРОГРАММЫ:

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ:

2. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ».

3. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды

4. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе.

5. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

6. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, шапочка, накладка на глаза, напульсники и др.

7. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап – *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. **«КЛЕТЧАТКА»** - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. **«ЛИДАН»** - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. **«ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы)** - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. **«ЦИНК» в капсулах** - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. **«СПИРУЛИНА»** - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. **«СЯО КЭ ВАНЬ»** - по 8 пилюль 3 раза в день, до еды за 15-20 минут, запивать теплой кипяченой водой.

7. **«ГОРЬКИЙ ОГУРЕЦ»** - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

8. **«ХИТОЗАН»** - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

9. «АНТИПАРАЗИТАРНАЯ ФОРМУЛА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ» - при весе до 60 кг- 4 пакета, если выше 80 кг- 6-8 пакетов, развести в воде, выпить утром перед едой, (см. описание).

10. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *восстановление функции печени, поджелудочной и щитовидной железы*

1. «MAX+Q10» - 1 флакон (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

2. «MAX+COLLAGEN» - 1 флакон (50 мл) вечером после еды.

3. «MAX+LYCIUM» - 1 флакон (50 мл) утром после еды.

4. «MAX+SEABUCKTHORN» - 1 флакон (50 мл) вечером после еды.

5. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

6. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

7. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 2 капсулы 2 раза в день до еды.

8. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

9. «ГОРЬКИЙ ОГУРЕЦ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

10. «СЯО КЭ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, до еды за 15-20 минут, запивать теплой кипяченой водой.

11. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

12. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза — 1 месяц.

Третий этап — *стимуляция иммунной системы, защита организма от воздействия стресса и успокаивающее действие.*

1. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «МОЛОЗИВО» - по 2 таблетки 2 раза в день во время еды.

3. «ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ» - по 2 капсулы 2 раза в день после еды.

4. «КАПСУЛЫ С ЭКСТРАКТОМ КОРНЯ РОДИОЛЫ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

5. «БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

6. «ДАНГУЙ» - по 10 пилюль 2 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

7. «MAX+Q10» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром за 15 минут перед едой.

8. «MAX+COLLAGEN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

9. «MAX+LYCIUM» - $^1/_2$ флакона (50 мл) утром после еды.

10. «MAX+SEABUCKTHORN» - $^1/_2$ флакона (50 мл) вечером после еды.

11. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 3 месяца.

В году принимать 2 курса.

3.11.4. ЗОБ И ГИПЕРТИРЕОЗ

Все знают, где располагается щитовидная железа. Многие знают, что эта железа выделяет гормон, жизненно важный для регулирования метаболизма - гормон тироксин. К числу его эффектов относится ускорение производства энергии в организме - тем самым сжигаются лишние калории, органы и ткани организма получают жизненно важную энергию.

Помимо регулировки производства энергии, тироксин контролирует и работу сердечно-сосудистой системы, накопление и выведение воды, а также температурный баланс. Больше тироксина - больше энергии, более быстрый пульс, более активно выводится излишняя вода, слегка повышается температура.

Меньше тироксина - все наоборот: энергия не производится, съеденные калории превращаются в жир, пульс может замедлиться, в тканях накапливается вода, они становятся пастозными, отекают, плохо регенерируют, растут и заживают. При недостатке тироксина люди становятся чувствительны к холоду и часто не могут согреться, даже завернувшись в одеяло и обложившись грелками. У таких людей обычно проблемы с кожей (тонкая, сухая, плохо заживает и похожа на пергамент), и с волосами (ломкие, редкие). Они часто находятся в состоянии депрессии, никак не могут уснуть, а утром - проснуться. Порой они теряют интерес к жизни, сокращают круг общения.

При недостаточности тироксина ткани хуже регенерируют, значит, быстрее изнашиваются, сокращая тем самым общую продолжительность жизни, сопротивляемость организма инфекциям понижается, а накапливающаяся в тканях жидкость, помимо отеков, вызывает локальное нарушение микроциркуляции.

Если иммунная система неправомочно активирована, как например, при хронических инфекциях, то по ошибке может воспринять собственную щитовидную железу как врага. Разовьется аутоиммунный гипотиреоз, также известный как болезнь Хашимото - воспаление щитовидной железы, вызванное атакой собственной иммунной системы, при этом может развиться зоб (увеличение объема железы, при котором, однако, ее продуктивность резко падает).

В США это самое распространенное аутоиммунное заболевание, им болеет более 40% женщин в возрасте менопаузы. К счастью, болезнь

Хашимото можно предупредить, и даже если она разовьется, ее можно затормозить, а недостаточность гормона - восполнить.

Конечно, не все симптомы будут присутствовать. Ведь генетика у всех разная.

С целью биокоррекции если болезнь удалось застать на ранних стадиях используем следующий подход. Во-первых, нужно снабдить организм нужным количеством йода. А во-вторых, нужно исключить из диеты пищевые вещества, препятствующие нормальному всасыванию йода и одновременно являющиеся токсичными для щитовидной железы.

Начнем с более простой части. Где найти йод? ЗЕЛЕНЫЕ КОКТЕЙЛИ!!! и морепродукты в т.ч. морская капуста (ламинария).

Следует помнить, что бобовые культуры - фасоль и в особенности соевый белок, связывают йод, препятствуют нормальному всасыванию и, согласно некоторым научным публикациям, изменяют физико-химические свойства коллоидной среды щитовидной железы.

Избыток тироксина, это тоже болезнь - гипертиреоз, или болезнь Грэвса, или де Кервёна. Основные симптомы: раздражительность, сердцебиение, потливость, потеря веса, тошнота, разрастание некоторых тканей, в особенности жировой клетчатки глазных орбит, что вызывает выпучивание глаз.

"Накладка на шею" - способен, вступив в резонанс с энергией клеток щитовидной железы, как камертон, настроить железу на здоровый ритм выработки гормонов, снять воспаление и улучшить обменные процесы. «Пища богов» - пыльца сосны - лучшее питание для этого больного органа. Спирулина с йодом и селеном в данном случае работает как лекарство.

ЗОБ, ГИПЕРТИРЕОЗ (БАЗЕДОВА БОЛЕЗНЬ)

Описание. Под зобом понимают любое увеличение щитовидной железы. Когда эта железа работает чересчур активно, она становится токсичной, что влечет за собой немалые бедствия для организма. Тогда говорят о гипертиреозе.

Симптомы. Нормальная щитовидная железа выглядит небольшим утолщением на горле. Но иногда она выступает чрезвычайно сильно.

Напротив, токсичная щитовидка скорее невелика и двигается в такт биению шейной артерии, но ей сопутствуют:

- потеря веса;
- сердцебиение;
- повышенная нервозность;
- выпученные, чересчур блестящие глазные яблоки (научный термин — «экзофтальм»).

Формы. *Обычный зоб* деформирует шею, иногда с одной стороны, иногда он сползает на грудную клетку под грудной костью.

Диффузный токсический зоб имеет две разновидности:

- когда щитовидная железа в целом работает, «закусив удила», — это базедова болезнь;

- когда часть ее, «шишка», выпирает или прощупывается в нормальной железе, — это токсичный узелок.

Обследование позволяет достаточно точно диагностировать обе разновидности заболевания щитовидной железы. При обычном зобе в организме внешне все в порядке.

При токсическом:

- в крови: понижен уровень холестерина; повышена концентрация йода и гормонов щитовидной железы;
- внешний осмотр: ахиллов рефлекс — слишком быстрая реакция на постукивание молоточком;
- на уровне железы: заставив ее «съесть» небольшое количество радиоактивного йода, можно увидеть ее «портрет». Если она удерживает слишком много йода, значит, работает чересчур активно в целом или в какой-то своей части.

Развитие. Обычный зоб может оставаться неизменным в течение всей жизни. Но иногда он медленно растет и, в конце концов, зажимает дыхательные пути. Если позволить развиваться токсическому зобу, это приведет к сердечной недостаточности, могут также появиться проблемы с глазами из-за экзофтальма.

Причины. Причины появления обычного зоба - следствие недостатка в организме йода. Мнение врачей относительно причин возникновения диффузного токсического зоба изменилось: раньше в его появлении винили гипофиз, теперь полагают, что здесь не обходится без вируса, при участии которого щитовидная железа становится чересчур активной.

Традиционное лечение. С обычным зобом лучше всего справляются хирурги. Для лечения токсического зоба вначале применяли йод, затем предложили хирургическое вмешательство.

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ:

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ.

2. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ».

3. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды.

4. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе..

5. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

6. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, шапка и др

7. ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Точки. Первая расположена посередине запястья, со стороны ладони, на расстоянии десяти пальцев от локтевого сгиба (Рис. 62. Точка МС6 «НЭЙ-ГУАНЬ»).

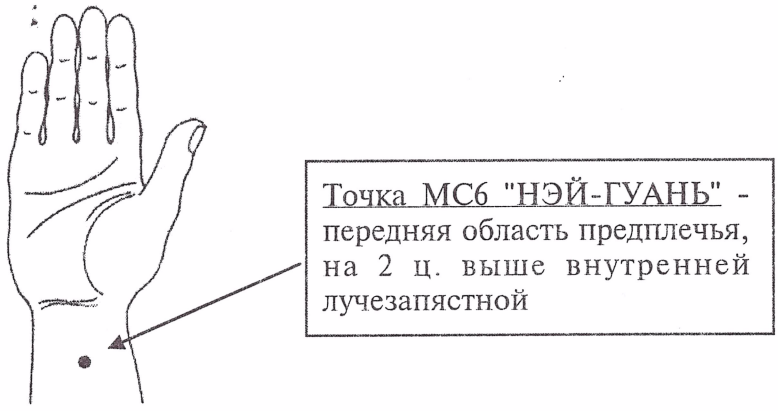


Рис. 62.

Вторая

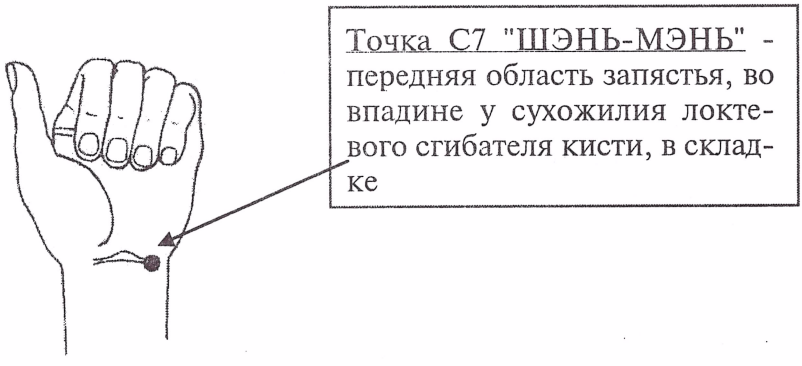


Рис. 63.

Третья - у основания черепа, в трех пальцах от середины (Рис. 64. Точка VB20 «ФЭН-ЧИ»).

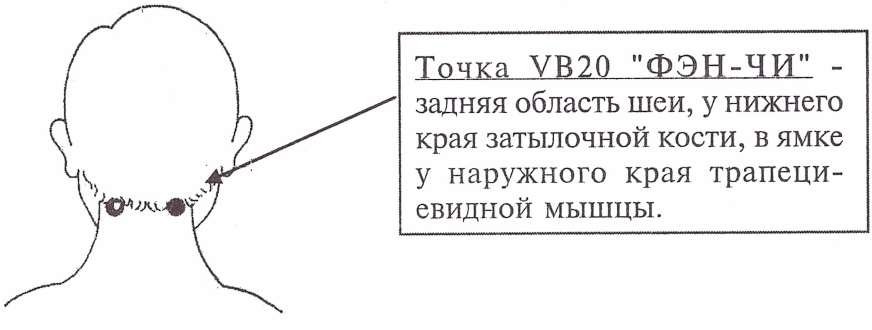


Рис. 64.

Как воздействовать на точки. Так как мы имеем дело с хроническим заболеванием, необходима стимуляция 3 раза в день по 7-10 минут пятнадцать дней в месяц.

8. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап — *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. «НЭЙ СЯО ЛО ЛИ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, до еды.

7. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

8. «АНТИПАРАЗИТАРНАЯ ФОРМУЛА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ» - при весе до 60 кг- 4 пакета, если выше 80 кг- 6-8 пакетов, развести в воде, выпить утром перед едой, (см. описанис).

9. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

10. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

11. «ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ТАМПОНЫ» - (см. описание).

12. ТУРМАЛИНОВАЯ НАКЛАДКА НА ШЕЮ.

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *восстановление функции щитовидной железы*

1. «MAX+Q10» - 1 флакон (50мл) утром за 15 минут перед едой.

2. «MAX+COLLAGEN» - 1 флакон (50мл) вечером после еды.

3. «MAX+LYCIUM» - 1 флакон (50мл) утром после еды.

4. «MAX+SEABUCKTHORN» - 1 флакон (50мл) вечером после еды.

5. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

6. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

7. «НЭЙ СЯО ЛО ЛИ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, до еды.

8. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

9. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

10. «ГОРЬКИЙ ОГУРЕЦ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

11. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

12. ТУРМАЛИНОВАЯ НАКЛАДКА НА ШЕЮ.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 2 месяца.

В году принимать 3 курса.

3.11.5. САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Описание. Болезнь заключается в избыточном содержании сахара в крови и моче; научный термин — «гипергликемия».

Симптомы. Постоянное чувство голода, жажды и позывы к мочеиспусканию, менно на эту комбинацию следует обратить внимание.

Формы. Их две, а точнее говоря, это две разные болезни:

- сахарное мочеизнурение (сахарная болезнь), связанное с исхуданием, развивается в основном у молодых;
- сахарное мочеизнурение, связанное с ожирением, появляется в зрелые годы.

Причины. Виновник обеих разновидностей сахарного диабета один — это поджелудочная железа, которая секретирует вещество, регулирующее содержание сахара в крови, — инсулин.

А точнее, при сахарном мочеизнурении, связанном с исхуданием, поджелудочная железа инсулин не секретирует вовсе, во втором случае этот продукт плохого качества и использовать его невозможно.

В последние годы в изучении сахарного диабета достигнут значительный прогресс:

1. Теперь известно, что сахарное мочеизнурение, связанное с исхуданием возникает вследствие разрушения поджелудочной железы вирусом, например тем, что вызывает свинку.

2. Сахарному мочеизнурению, связанному с ожирением, часто предшествует продолжительная фаза предиабета. Разработан тест, позволяющий распознать болезнь: небольшое количество алкоголя и химического вещества хлопропамида вызывает у будущего диабетика, и только у него, приступы жара. Вероятно, эта смесь способствует высвобождению эндорфинов, естественных аналогов морфина; аналогичного эффекта позволяют добиться и акупунктурные методы.

Развитие. Сахарный диабет сопровождается многочисленными осложнениями.

Конечно, тот, кто находится под наблюдением врача и следит за собой, не впадает теперь в кому, но под угрозой все равно оказываются глазные артерии, сосуды сердца, ног, почки.

Традиционное лечение

1. При сахарном мочеизнурении, связанном с исхуданием, это ежедневные инъекции инсулина по строгому графику.

2. При сахарном мочеизнурении, связанном с ожирением, прежде всего, следует похудеть. Если и после этого больному не становится легче, принимают препараты, понижающие содержание сахара.

3. В перспективе лечение первой болезни будет, скорее всего, связано с пересадкой поджелудочной железы или имплантацией «инсулинового насоса».

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ:

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ.

2. ONE DAY LIGHT- «ДИЕТА ОДНОГО ДНЯ».

3. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды

4. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе.

5. ВНЕШНИЕ ПРОЦЕДУРЫ (РАБОТА С ТЕЛОМ): 1). Сухой лимфодренажный массаж. 2). Контрастный душ. 3). «Волшебные похлопывания. 4). Масляный самомассаж. 5). Дыхательная гимнастика. 6). Энергетическая гимнастика.

6. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, шапка и др.

7. ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА

Акупунктура — всего лишь вспомогательное средство, но она не бесполезна, так как позволяет снизить дозы лекарственных препаратов, уравновешивающих состояние больного.

Точки. Их три.

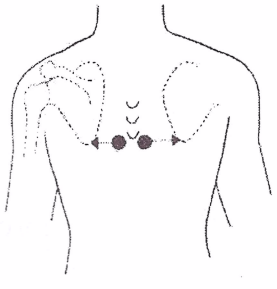


Рис. 65.

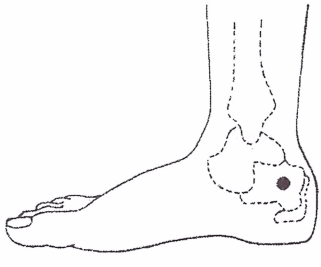


Рис. 66.

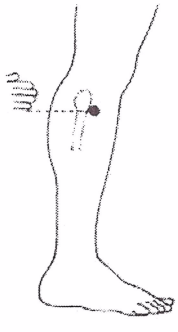


Рис. 67.

Первая — по обе стороны позвоночного столба, на палец от него, на линии, соединяющей нижние окончания обеих лопаток (рис. 65). Вторая — на внешней стороне лодыжки, на палец ниже края пяточной кости (рис. 66). Третья — на внешней стороне ноги, на ладонь ниже коленного сгиба (рис. 67).

Как воздействовать на точки. Когда речь идет о хроническом заболевании, необходима длительная и постоянная стимуляция точек: массаж в течение десяти минут два-три раза в день.

8. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап — *детоксикация, восстановление нарушенных обменных процессов, очищение кишечника, сосудов, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. «СЯО КЭ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, до еды за 15-20 минут, запивать теплой кипяченой водой.

7. «ХИТОЗАН» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

8. ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС». Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза — 1 месяц.

Второй этап — *восстановление функции поджелудочной железы*

1. «MAX+Q10» - 1 флакон (50мл) утром за 15 минут перед едой.

2. «MAX+COLLAGEN» - 1 флакон (50мл) вечером после еды.

3. «MAX+LYCIUM» - 1 флакон (50мл) утром после еды.

4. «MAX+SEABUCKTHORN» - 1 флакон (50мл) вечером после еды.

5. «КОРДИЦЕПС» - по 2 капсулы 2 раза в день, за 30 мин до еды.

6. «ПЫЛЬЦА СОСНЫ» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

7. «КАПСУЛЫ АКУЛИЙ ХРЯЩ» - по 2 капсулы 2 раза в день до еды.

8. «ШЕСТЬ ТРАВ» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

9. «ГОРЬКИЙ ОГУРЕЦ» - по 2 капсулы 2 раза в день, до еды.

10. «СЯО КЭ ВАНЬ» - по 8 пилюль 3 раза в день, до еды за 15-20 минут, запивать теплой кипяченой водой.

Курсовая доза — 1 месяц.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 2 месяца.

В году принимать 3 курса.

Глава 3.12. ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ И СЛУХА»

3.12.1. БОЛЕЗНИ СЕТЧАТКИ

Сетчатка, это внутренняя оболочка глаза, иными словами «коврик», который выстилает дно глаза. Так как глаз наш — «шарик», дно его имеет форму полусферы, вогнутая часть которой «смотрит» вперед. Именно эту вогнутую часть и устилает сетчатка, являясь разветвлением зрительного нерва.

На ней формируется изображение предметов окружающего мира, которое передается в мозг. Для этого сетчатка располагает двумя типами клеток: палочками и колбочками; первые отвечают за восприятие формы, вторые - за восприятие цвета.

Сетчатка омывается кровью благодаря артерии, питающей зрительный нерв. В результате мы имеем дело с весьма сложной структурой. Эта артерия приходит из мозга, а потому ее вид свидетельствует о состоянии других мозговых артерий, давая возможность судить о мозговом кровообращении.

Многими исследователями глаз рассматривается как орган, находящийся в тесном единстве с организмом, имеющий энергетические и гуморальные взаимосвязи с внутренними органами и физиологическими системами. На основе изучения особенностей межорганных и межмеридиональных взаимодействий разработаны взаимосвязи структур глаза с внутренними органами.

Структуры глаза	**Органы и системы**
Склера	Лимфоглоточное кольцо
Сетчатка	Тонкая кишка, эндокринная система
Сосудистая оболочка	Сердечно-сосудистая система
Желтое пятно	Легкие
Стекловидное тело	Толстая кишка
Хрусталик	Желудок
Ресничное тело со шлеммовым каналом	Селезенка, поджелудочная железа
Радужка	Желчный пузырь
Роговица	Печень
Конъюнктива	Мочевой пузырь
Веки	Почки

Все это необходимо учитывать при терапии заболеваний глаз. Например, при лечении:

- катаракты необходимо проводить биокоррекцию болезней желудка (хронического гастрита, язвы и др.);

- помутнения стекловидного тела (ощущения плавающих тел) - болезней толстой кишки (колит, дисбактериоз);
- ретинита - болезней тонкой кишки (кишечная аутоинтоксикация, пищевая аллергия, дисбактериоз, энтерит);
- воспалений склеры - патологии лимфоглоточного кольца (небная миндалина влияет на склеру правого глаза, язычная - левого);
- блефарита и конъюнктивита - заболеваний почек и мочевыводящих путей;
- увеита, когда в воспалительный процесс вовлекаются склера, ресничное тело, сосудистая оболочка — болезней гепатобилиарной системы, поджелудочной железы, зубов.

На состояние зрения могут оказывать влияние очаговые процессы в зубо-челюстной области. Так, очаги в 1 и 2 зубах влияют на веки и конъюнктиву, в 4-5-м верхних и 6-7-м нижних зубах - на желтое пятно и стекловидное тело, в 6-7-м верхних и 4-5-м нижних зубах - на ресничное тело и хрусталик, в 8-х зубах - на сосудистую оболочку и сетчатку. Причем на склеру могут оказывать токсическое воздействие правые 8-е зубы.

Не случайно в народе 3-й зуб характеризуется как глазной зуб, поскольку верхние клыки (3-й зубы) взаимосвязаны с задним участком глаза (сетчатка, сосудистая оболочка, сосок зрительного нерва), нижние - с передним (конъюнктива, роговица, радужка, хрусталик, передняя и задняя камеры глаза, стекловидное тело).

Кроме того, причиной ряда глазных заболеваний (конъюнктивита, кератоконъюнктивита, особенно аллергических, ирита, иридоциклита, жжения глаз, периокулярных отеков, слезотечения, ретинопатии и др.) могут быть несовместимые стоматологические материалы или их компоненты. Так, причиной сухого кератоконъюнктивита у 83% обследуемых являлись интоксикации тяжелыми металлами медью, палладием, оловом, ртутью, которые входят в состав амальгамовых пломб. Наряду с кератоконъюнктвитом, у них обнаруживались энтерокандидоз и пищевая аллергия.

Таким образом, заболевания внутренних органов, лимфоглоточного кольца, придаточных пазух носа и очаговые зубы в ряде случаев могут существенно влиять на состояние глаза, вызывая функциональные расстройства, в некоторых случаях - патологию его структур.

Дегенеративные поражения роговицы встречаются при хронических полиартритах, гиперпаратиреоидизме, гипервитаминозе D, передозировке ультрафиолета. Кератит встречается при язвенном колите, болезни Крона, синдроме Рейтера, псориазе, склеродермии.

Симптомы, формы и причины поражений сетчатки. Существуют анатомическое, нервное и сосудистое поражения сетчатки. Следствием первого чаще всего бывает отслоение сетчатки. Речь идет о ее разрыве, к счастью, частичном. Сигнал тревоги — непрерывно мерцающие точки и вспышки. Реагировать нужно немедленно, так как при частичном

отслоении сетчатки сужается поле зрения и возникает риск более тяжелого поражения.

Наиболее частая, но не единственная причина отслоения сетчатки — сильная миопия (близорукость). Воспаление сетчатой оболочки глаза носит название «ретинит». Предметы кажутся размытыми, полустертыми, деформированными. Причина ретинитов — токсическая, главные источники токсинов — алкоголь и табак или их комбинация.

Способствуют болезни плохие сосуды сетчатки: закупорка центральной артерии или одного из ее ответвлений — временная (при спазме) или постоянная (вследствие сгустка). В первом случае перед глазами все время мелькают маленькие черные «мушки», во втором, увы, пациента ждет полная или частичная слепота.

Традиционное лечение. При отслоении сетчатки — это операционное вмешательство, если поражения значительны. Большим прогрессом офтальмология обязана лазерному лучу, который «сваривает» небольшие разрывы и останавливает нежелательное развитие процесса отслоения сетчатки.

Сосудистые нарушения требуют особого внимания. Иногда, достаточно правильного терапевтического вмешательства, чтобы снять спазм, расширить сосуды, избавиться от сгустка и тем самым защитить себя от значительного поражения глаз, а то и потери зрения!

В надежде «оживить» зрительный нерв прибегают к витаминам B_1, B_6, B_{12} и др.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА И СУПЕРМАССАЖОРА «ИДЕАЛЬНАЯ КОЖА»

Точки. Две основные, три вспомогательные.

Основные. Первая — во внутреннем уголке глаза, откуда вытекают слезы. Электроакупунктурный массаж этой точки дает великолепные результаты (рис. 65).

Вторая — снизу на глазной впадине, на треть от ее внешнего края. Точку эту обнаружили недавно, она оказалась очень важна: по данным китайских специалистов, воздействие на нее весьма эффективно даже при полной слепоте (рис. 66).

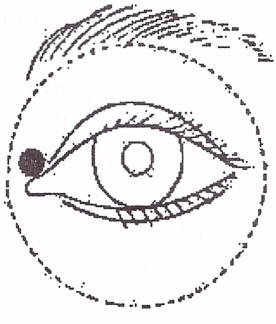


Рис. 65.

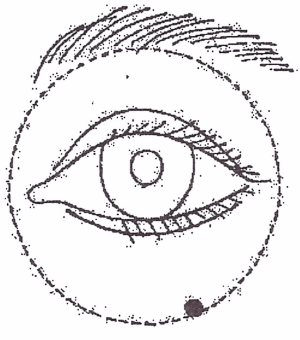


Рис. 66.

Вспомогательные.

1). U.B. 2 Zanzhu (Цуань-чжу). Расположение: на медиальном конце брови. Регулярно массировать точку в течение 30—40 секунд.

2). AP. 5 Shang-He (Шань-гэ). Расположение: в центре верхнее-наружного квадранта мочки. Зажать мочку большим и указательным пальцами и интенсивно растирать несколько раз в день.

3). **Taiyang** (Тай-ян). Расположение: на 1 цунь кзади от латерального края глаза, в ямке у верхнего края скуловой кости. Точка вместе с наружным концом глаза и наружным концом брови образует равносторонний треугольник. Массировать точку против часовой стрелки в течение 3—4 минут.

Как воздействовать на точки. Воздействие существенно различается при хронических поражениях и в острых случаях, как, например, при внезапной потере зрения. Но стимуляция массажем может дать благоприятный эффект.

Если заболевание хроническое, например ретинит, стимуляция продолжительностью в 5 минут два-три раза в день способствует восстановлению зрения и выздоровлению.

3.12.2. БЛИЗОРУКОСТЬ И ДАЛЬНОЗОРКОСТЬ

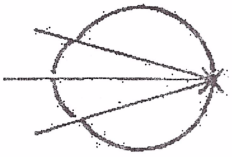
Описание. Эти нарушения зрения — связаны с плохой фокусировкой изображения на сетчатке.

Что значит слово «фокусировка», которое нам привычно слышать применительно к фотографии? Говоря о зрении, мы имеем в виду уменьшенное, но точное отображение предметов внешнего мира на сетчатке. Следует отметить, что картинка оказывается перевернутой, человек, например, стоит вверх ногами, но мозг вернет все на свои места. За четкость изображения отвечает сам глаз.

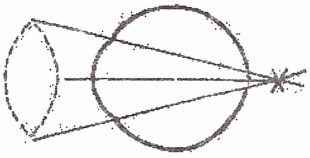
Все школьники проводят опыт, фокусируя солнечные лучи на бумаге с помощью линзы или часового стекла. Хорошо известно, что только на определенном расстоянии, на листе появится точка и бумага может загореться. То же происходит с нашим глазом, который состоит из прозрачных эквивалентов часового стекла или линзы: роговицы, внутриглазной жидкости, стекловидного тела и хрусталика.

Если это «часовое стекло» окажется слишком выпуклым или чересчур плоским, четкое изображение сформируется либо впереди, либо позади сетчатки, то есть возникает близорукость или дальнозоркость. И в том и в другом случае реальное изображение окажется размытым.

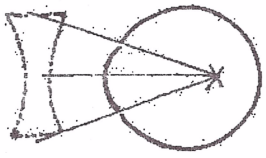
Старческая дальнозоркость, как понятно из ее названия, связана с возрастом. Как правило, к пятидесяти годам прозрачные среды глаза, особенно роговица, отвердевают, кривизна «линзы» уменьшается, приводя к дальнозоркости.



*1. **Нормальный глаз:** изображение правильно воспроизводится*



*2. **Дальнозоркость:** изображение формируется позади сетчатки*



*3. **Близорукость:** изображение формируется перед сетчаткой*

Симптомы. Главный признак близорукости или дальнозоркости — нарушение зрения, в том числе поля зрения. Близорукий человек хорошо видит вблизи, но плохо вдаль, дальнозоркий — наоборот. Старческая дальнозоркость приводит к тому же, первый сигнал ее прихода — это момент, когда при чтении газеты вы отодвигаете ее все дальше от глаз.

Причины. В подавляющем большинстве случаев эти нарушения зрения передаются по наследству, часто они проявляются сразу после рождения. Школьные годы, когда ребенок постоянно переводит глаза с тетради на доску и обратно, вносят существенный вклад в развитие близорукости. Только дети не всегда понимают, что плохо видят,— они жалуются на головные боли, страдает их успеваемость. На самом же деле у многих «лентяев» просто плохое зрение.

Нарушение фокусировки редко имеет тенденцию к улучшению. Напротив, оно может стать причиной серьезных заболеваний. Сильная близорукость приводит к отслоению сетчатки, что, в свою очередь, вызывает потерю зрения.

Традиционное лечение. Давно известно, что очки искусственно восстанавливают фокусировку: вогнутыми линзами при близорукости, выпуклыми — при дальнозоркости или старческой дальнозоркости. Таким образом, очки становятся частью нашей жизни.

С некоторых пор в ходу контактные линзы — поначалу глаза плохо переносили их, были определенные трудности в обращении с ними, теперь этих проблем практически не существует. Ясно, что будущее именно за контактными линзами: наука пойдет по пути совершенствования материалов, из которых они сделаны (пластик, силикон), их формы, благодаря чему станет возможным корректировать малейшие отклонения от нормы.

Началось наступление и на саму природу нарушений — хирурги корректируют форму глаза, что когда-нибудь позволит окончательно избавиться от очков, которые греются, запотевают, раздражают являясь, в сущности, разновидностью протеза.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА И СУПЕРМАССАЖОРА «ИДЕАЛЬНАЯ КОЖА»

Точки. *Основная* — во внутреннем уголке глаза, откуда вытекают слезы (рис. 67).

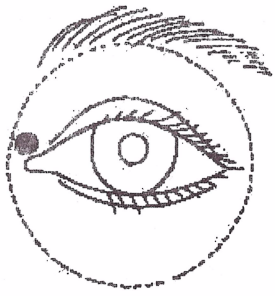


Рис. 67.

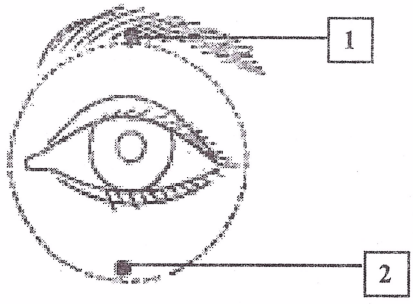


Рис. 68.

Вспомогательные. Первая — в середине брови (рис. 68-1). Вторая — симметрична первой, посередине нижней границы глазной впадины (рис. 68-2).

Как воздействовать на точки. Речь не идет об остром заболевании, поэтому достаточно стимулировать основные точки, например, в течение 5 минут утром и вечером. Признаком эффективного воздействия служит чувство онемения глаза. Результат позволяет замедлить и даже уменьшить деформацию глазного яблока.

3.12.3. КОНЪЮНКТИВИТ

Описание. Все воспаления конъюнктивы, соединительной оболочки глаза, контактирующей с внешней средой. Конъюнктива выстилает внутреннюю сторону век и переднюю часть глаза.

Симптомы. Основной признак конъюнктивита — покраснение глаза. Не все «красные» глаза — свидетельство конъюнктивита. Более серьезные заболевания — глаукома, ирит (воспаление радужной оболочки глаза), кератит (воспаление роговой оболочки глаза) и другие — также приводят к покраснению глаз.

Из глаза вытекает гнойная жидкость, желтая или зеленоватая. Как правило, свет не раздражает страдающего конъюнктивитом, он не пытается закрыть глаза от яркого света, то есть почти или совсем нет фотофобии, а это позволяет сразу исключить более серьезные причины покраснения.

Формы. Все конъюнктивиты похожи друг на друга. В некоторых довольно редких случаях на слизистой образуются шарики, тогда говорят о фликтенулезном конъюнктивите, одном из симптомов аллергии.

Причины. Три главные:

- микробная инфекция — раньше это была практически единственная причина. Она и теперь не исчезла полностью, но случаи микробной инфекции сейчас редки;
- аллергия — это причина очень распространенная. Аллергический конъюнктивит часто, но не всегда, дает о себе знать весной и сопровождается сенной лихорадкой;

- вирусная инфекция также очень распространена. В частности, ее может вызывать герпес: во время разных болезней на губе появляется «лихорадка», не остается в стороне и конъюнктива, — лечение в этом случае может оказаться довольно сложным.

Развитие. Кратко можно сформулировать так: инфекция проходит быстро, аллергия затягивается, герпес же — состояние вялотекущее.

Традиционное лечение. Оно зависит от причины: наружные антибиотики быстро справляются с инфекционными конъюнктивитами, кортизон — с аллергическим. Лечение вирусных конъюнктивитов представляет немало трудностей; применение средств типа кортизона в этом случае — настоящая катастрофа, приводящая к изъязвлению роговицы.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА И СУПЕРМАССАЖОРА «ИДЕАЛЬНАЯ КОЖА»

Возможности акупунктурного воздействия прибором ограничены при инфекционных конъюнктивитах, с которыми прекрасно справляются антибиотики. Но в двух других случаях его регулярное применение дает результаты, превосходящие любое лечение, и что важно, акупунктурное воздействие лишено побочных эффектов и потому не может навредить больному.

Точки. Две основные, две вспомогательные.

Основные. Во внутреннем уголке глаза, откуда вытекают слезы (рис. 69).

Вспомогательные. Первая — в двух пальцах позади уха, у основания черепа, в небольшой впадине (Точка VB20 «ФЭН-ЧИ»). Вторая — посередине брови (рис. 70).

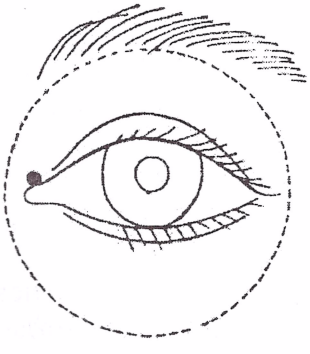


Рис. 69.

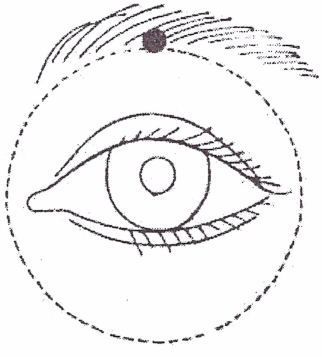


Рис. 70.

Как воздействовать на точки. В острых случаях необходима кратковременная стимуляция (в течение 3-5 минут). Когда болезнь повторяется или никак не уходит, следует повторять стимуляцию два-три раза в день.

3.12.4. ГЛАУКОМА

Описание. Глаукома — следствие повышения внутриглазного давления. Чтобы объяснить ее происхождение, надо представить строение глаза.

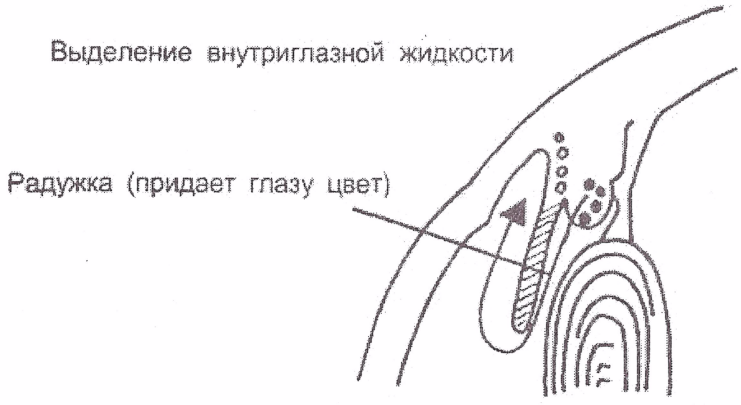


Рис. 71. Выделение внутриглазной жидкости

Есть две разновидности внутриглазной жидкости: стекловидное тело позади хрусталика, которое по консистенции напоминает прозрачное желе, и внутриглазная жидкость, похожая на воду или, скорее, на подсоленную сыворотку. Глаукому вызывает увеличение давления этой жидкости. Следует отметить распространенную ошибку: глазное и артериальное давление — разные вещи, между которыми нет никакой связи.

Симптомы и формы. Существуют две разновидности глаукомы: острая и хроническая.

Острая глаукома развивается драматически: она появляется внезапно, сопровождается острой, похожей на удар ножом болью в глазу; глаз краснеет, становится напряженным и твердым, как камень. В этом случае, чтобы спасти зрение, требуется немедленное вмешательство врача.

Хроническая глаукома гораздо коварнее: глаз слегка розовеет, кажется, будто в нем что-то мешает, боли как таковой не ощущается, зрение постоянно или периодически затуманивается. В этом случае угроза зрению не столь очевидна, но от этого не менее реальна. Симптомы необходимо устранить, начав лечение как можно быстрее.

Причины. Есть два вида глаукомы: закрытоугольная и открытоугольная. Что это означает? Внутриглазная жидкость не имеет постоянного объема, она непрестанно выделяется и, следовательно, также непрестанно должна отводиться; все это похоже на источник, питающий реку. Поэтому рост давления может произойти по двум причинам: если образуется преграда, мешающая оттоку жидкости (закрытоугольная глаукома, протекающая особенно остро), или источник внутриглазной

жидкости слишком обильный и жидкость не успевает утекать (открытоугольная глаукома, как правило, хроническая).

Развитие. Любая глаукома, если ее не лечить, приведет к потере зрения.

Традиционное лечение. Необходимо снизить внутриглазное давление. В серьезных случаях для этого потребуется хирургическое вмешательство, хотя обычно достаточно лекарственных препаратов — капель или инъекций. Наряду с классическими средствами, такими, как пилокарпин, теперь применяют бетаблокирующие. В любом случае лечение глаукомы требует терпения, так как надо ежедневно капать в глаза препараты, иногда вызывающие раздражение.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА И СУПЕРМАССАЖОРА «ИДЕАЛЬНАЯ КОЖА»

Акупунктурное воздействие прибором не в состоянии ни излечить глаукому, ни заменить собой классические методы. Но ее использование позволяет облегчить состояние.

Точки. Две основные, две вспомогательные.

Основные. Первая — во внутреннем уголке глаза, откуда вытекают слезы (рис. 72-1). Вторая — на лбу, на два пальца выше середины брови (рис. 72-2).

Вспомогательные. С внутренней стороны стопы, на пяточной кости, на палец ниже основания лодыжки (рис. 73).

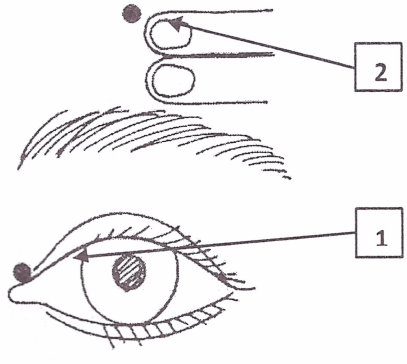


Рис. 72.

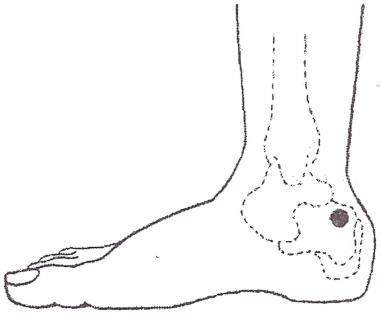


Рис. 73.

Как воздействовать на точки. При острой глаукоме надо поспешить к доктору, по дороге непрерывно массируя глазные точки. Это облегчит боль и в некоторых случаях позволит избежать повреждения сетчатки.

При хронической глаукоме необходимо несколько раз в день массировать точки с помощью прибора по 3-5 минут, например, когда приходит время закапать в глаза лекарство.

3.12.5. ШУМ В УШАХ

Описание. Шумом в ушах называют слуховые ощущения, возникающие без внешнего раздражителя. ***Симптомы и формы.*** Они могут быть разнообразны: больной слышит скрежет металла, взрывы, журчание воды и т. п. Но чаще всего это именно шум, звук, напоминающий шипение кипящего чайника или скороварки.

Шум может быть продолжительным и не слишком, нередко усиливаясь ночью. Довольно часто шум сопровождается потерей слуха, иногда — головокружениями. Он настолько мешает, что может стать причиной социальной изоляции.

Шум в ушах возникает внезапно, например после головокружения, или развивается постепенно, так что пациент не в состоянии указать точное время начала своего недуга.

Причины. Речь идет о раздражении слухового нерва, но оно не может возникнуть ни на уровне нервных волокон, ни в лабиринте и полукружных каналах самого уха. В болезни винят и вирус, и воспаление нерва, и небольшой сгусток в артерии, питающей этот нерв.

Порой шум в ушах становится следствием постоянного неблагоприятного воздействия на орган слуха. Это касается и тех, кто имеет дело с компрессорами, моторами и т. п.

Развитие. Незнание причин болезни приводит к тому, что полностью избавиться от шума в ушах или хотя бы смягчить его удается редко. Как правило, симптомы сохраняются неизменными до конца жизни. Часто они усугубляются, делая жизнь человека невыносимой.

Традиционное лечение. Охарактеризовать его можно очень просто — никакого. Используются препараты и расширяющие сосуды, и воздействующие на нервную систему. Но вряд ли что-то может принести длительное облегчение.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА И СУПЕРМАССАЖОРА «ИДЕАЛЬНАЯ КОЖА»

При симптомах шума в ушах применение акупунктурного воздействия прибором часто дает очень неплохие результаты, приводя в отдельных случаях к полному исчезновению шума или хотя бы существенно снижая его уровень. Хорошие данные получают при систематическом применении акупунктурного воздействия, тем более что лечение это безвредно и неопасно.

Точки. Две основные, две вспомогательные.

Основные. Первая точка, воздействие на которую также способствует борьбе с глухотой, расположена на два пальца ниже основания черепа, на линии позвоночника (рис. 74). Вторая — на сосцевидном отростке, за ушной раковиной (рис. 75).

Как воздействовать на точки. Так как шум в ушах — заболевание хроническое, воздействие следует проводить в течение 5-7 минут два-три раза в день.

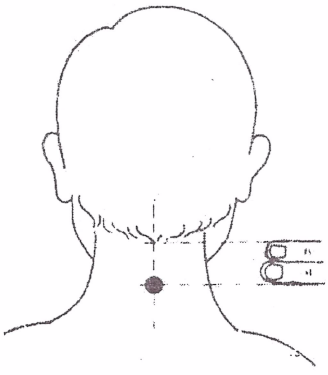


Рис. 74.

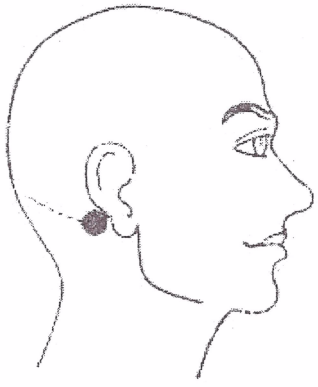


Рис. 75.

3.12.6. ГЛУХОТА

Определение. Снижение или полная утрата звукового восприятия.

Формы и причины. Звуковые ощущения, как и любые другие, обрабатываются мозгом, поэтому глухота — это следствие нарушения проводящих путей, соединяющих органы слуха с соответствующими областями мозга.

Отосклероз поражает проводящие звук слуховые косточки, которые, несмотря на свою миниатюрность, связаны друг с другом настоящими суставами. Иногда один из них перестает действовать, две косточки соединяются намертво, звук перестает проходить.

Но сколь бы разными причинами ни была вызвана глухота, о которой рассказано выше, это так называемая кондуктивная глухота, поскольку вызвана она нарушением прохождения звука.

Перцептивная глухота, напротив, является следствием поражения слухового нерва или внутреннего уха. Причиной ее могут быть микробная инфекция, вирус или небольшое кровоизлияние.

Не исключен и дефект слухового нерва — неправильное развитие, или дегенерация, вызванная возрастными изменениями (часто пожилые люди становятся «туги на ухо»). Существуют также наследственные заболевания, настигающие молодежь.

Наконец, глухота бывает врожденной, вследствие пороков развития или инфекции, перенесенной матерью во время беременности. Ребенок в этом случае не только глух, но и нем, так как не в состоянии повторять звуки, которых не слышит.

Традиционное лечение. Если для избавления от ушной пробки достаточно струи воды то заболевания среднего уха, отиты, усыхание барабанной перепонки — прерогатива хирургов. Внезапная глухота, вызванная нарушением кровообращения, требует немедленного вмешательства, расширения сосудов. Когда поражен слуховой нерв, остается надеяться только на слуховые аппараты, которые становятся

все миниатюрнее и обретают при этом все большую мощность, но все же самые совершенные аппараты никогда не смогут заменить неработающее ухо.

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖНОГО ПРИБОРА И СУПЕРМАССАЖОРА «ИДЕАЛЬНАЯ КОЖА»

Стимуляция точек прибором помогает не только при кондуктивной глухоте, но и при более серьезной — перцептивной.

Настоящий виртуоз традиционной китайской медицины Чао Пу Ю смог, стимулируя изо дня в день точки заставить глухонемых детей слышать.

Точки. Две основные, две вспомогательные.

Основные. Первая — та самая волшебная «точка глухоты» — расположена на затылке, на два пальца ниже основания черепа (рис. 76). Вторая — на конце сосцевидного отростка, позади уха (рис. 77).

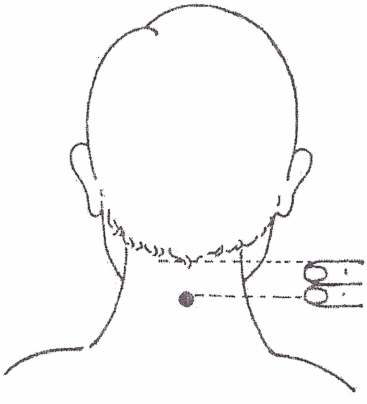


Рис. 76.

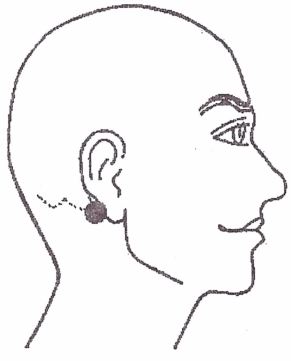


Рис. 77.

Вспомогательные

Первая — непосредственно перед мочкой уха. Чтобы ее обнаружить, надо открыть рот (рис. 78). Вторая — под нижней челюстью, на полпути между ее углами (рис. 79).

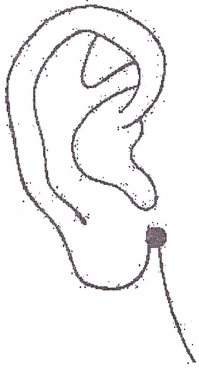


Рис. 78.

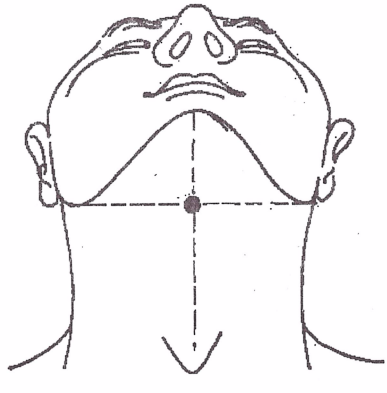


Рис. 79.

Как воздействовать на точки. Поскольку глухота — поражение хроническое, работать с точками следует регулярно, 3-5 раз в день по 7-10 минут, чтобы добиться улучшения или стабилизировать состояние больного.

3.12.7. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА БИОКОРРЕКЦИИ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ И СЛУХА

Эта программа направлена на:

- улучшение процесса световосприятия в зрительных клетках сетчатки;
- защиту клеток сетчатки от разрушительного действия ультрафиолетовых лучей, особенно в области «желтого пятна» - области наилучшего видения;
- защиту хрусталика от повреждения и помутнения, неизбежно вызываемого тьтрафиолетовыми лучами;
- укрепление сосудов сетчатки и улучшение кровоснабжения зрительных клеток;
- восстановление передачи звуковых волн по слуховому нерву.

1. МАКРОБИОТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ.
Обратить внимание на зеленые коктейли.

2. ВОДНЫЙ РЕЖИМ – СТРУКТУРИРОВАННАЯ ВОДА И НАСАДКА ДЛЯ ДУША: Утром натощак 2-4 стакана структурированной теплой (42-45° С) воды.

3. ПРОГРАММА «ДЕТОКС»: касторовое и оливковое масло с лимонным соком на 1 этапе.

4. ПРИМЕНЕНИЕ ИЗДЕЛИЙ С ТУРМАЛИНОМ: пояс, шапка, накладка на глаза, напульсники.

5. БИОПРЕПАРАТЫ:

Первый этап – *очищение кишечника, желчного пузыря, сосудов, антиоксиданты, восполнение дефицита основных макро- и микроэлементов.*

1. «КЛЕТЧАТКА» - 2 таблетки растворить в 1/2 стакана теплой воды с лимонным соком, дать настояться 5 минут и выпить утром за 30 мин. до еды.

2. «ЛИДАН» - по 3 таблетки 2 раза в день (утром и в обед), запивая 250-300 мл. теплой воды, после еды через 30 мин.

3. «ЖИДКИЙ КАЛЬЦИЙ», (капсулы) - принимать по 1 капсуле 1 раз в день, утром за 30 мин до приема пищи.

4. «ЦИНК» в капсулах - по 1-2 капсулы 2 раза в день.

5. «СПИРУЛИНА» - по 2 таблетки 3 раза в день во время еды.

6. «КАПСУЛЫ ГИНКГО БИЛОБА». Принимать до еды, запивая теплой кипяченой водой, по 1 капсулы 2 раза в день.

7. «**БОЛЮСЫ ХУАТО**» - по 1 дозирующих ложечек 2 раза в день до еды.

8. «**ЦИ ЦЗЮЙ ДИ ХУАН ВАНЬ**» - при заболевании глаз по 8 пилюль 3 раза в день.

9. «**КАПЛИ ДЛЯ ГЛАЗ**» - 2-3 раза в день по 1-2 капли, после применения препарата, рекомендуется полежать с закрытыми глазами или «**КАПЛИ ОТ КАТАРАКТЫ И ГЛАУКОМЫ 999**» - утром и вечером, при непременном условии не напрягать зрение после закапывания в течение 2-х часов.

10. «**ХИТОЗАН**» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

11. **ПЛАСТЫРЬ СТОПНЫЙ - «ДЕТОКС»**. Один курс применения составляет 15 дней. После этого, клеить пластыри 1 раз в 3 дня.

Курсовая доза — 2 недели.

Второй этап — *восстановление нарушенного обмена жиров, регуляция процессов перекисного окисления липидов, восполнение антиоксидантов, микроэлементов, витаминов.*

1. «**ПЫЛЬЦА СОСНЫ**» - по 2 капс 2 раза в день за полчаса перед приемом пищи.

2. «**ЛУНДАН**» - **(ДЕРМАСАН)** - по 8 пилюль 3 раза в день за 30 минут до или через 1 час после еды.

3. «**ЖИР МОРСКОГО КОТИКА**» - по 2 капсулы 2 раза в день во время еды.

4. «**MAX+Q10**» - $^1/_2$ флакона (50мл) утром за 15 минут перед едой.

5. «**MAX+COLLAGEN**» - $^1/_2$ флакона (50мл) вечером после еды.

6. «**MAX+LYCIUM**» - $^1/_2$ флакона (50мл) утром после еды.

7. «**MAX+SEABUCKTHORN**» - $^1/_2$ флакона (50мл) вечером после еды.

8. «**БА ЧЖЭНЬ ВАНЬ**» - по 8 пилюль 3 раза в день, за 30 минут до еды, запивать теплой кипяченой водой.

9. «**БОЛЮСЫ ХУАТО**» - по 1 дозирующих ложечек 2 раза в день до еды.

10. «**ЦИ ЦЗЮЙ ДИ ХУАН ВАНЬ**» - при заболевании глаз по 8 пилюль 3 раза в день.

11. «**КАПЛИ ДЛЯ ГЛАЗ**» - 2-3 раза в день по 1-2 капли, после применения препарата, рекомендуется полежать с закрытыми глазами или «**КАПЛИ ОТ КАТАРАКТЫ И ГЛАУКОМЫ 999**» - утром и вечером, при непременном условии не напрягать зрение после закапывания в течение 2-х часов.

12. «**ХИТОЗАН**» - 3 капсулы 1 раза в день с 5 до 7 утра и (или) с 21 до 23 часов, или однократно на ночь. Запить не менее 1 стаканом воды, т.к. может вызвать или усилить запор.

Курсовая доза — 1,5 месяца.

Продолжительность базовой программы биокоррекции — 2 месяца.

В году принимать 3 курса.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Абаев Н. В.* Чань-буддизм и культурно-психологические традиции в средневековом Китае. Новосибирск, 1989.

2. *Амоголонова Д. Д.* К вопросу об изучении психологических аспектов аюрведы. Новосибирск, 1986.

3. *Ахмеров Н.У.* Механизмы лечебных эффектов восточной акупунктуры. — Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1991. — 304 с.

4. *Баскаков В. Ю.* Минимальные по силе и амплитуде воздействия. Телесно-ориентированная психотерапия. Хрестоматия. СПб., 2000.

5. *Баскаков В. Ю.* Русское тело (к постановке проблемы телесно-ориентированного анализа национального характера). «Психологическая консультация», 1998, № 1.

6. *Белоусов П. В.* Теоретические основы китайской медицины. - Алматы, 2004.

7. *Бессонов А.Е.* Информационная медицина / [А.Е.Бессонов, Е.А.Калмыкова, Б.А.Конягин]. — М.: ИИС «Парус», 1999. — 592 с.

8. *Вильям Чеун.* Вин Чун Кунг-фу. Развитие энергии Ци. М., 1995.

9. *Востоков В. Ф.* Искусство Здоровой Сексуальной Жизни. М., 1987.

10. *Востоков В. Ф.* «Скрижали тибетского ламы». М., 1985.

11. *Востоков В.* Тайны тибетской медицины. Д.:Сталкер.-1999.-320с.

12. *Готовский Ю.В.* Структурно-резонансная терапия /[Ю.В.Готовский, И.Л.Блинков]. — М., «Имедис», 1999. — 256 с.

13. *Гриффит Винтер.* Витамины, травы, минералы и пищевые добавки. Справочник. (Пер. с англ. К.Ткаченко). - М.:ФАИР - Пресс.-2000.- 1056с.

14. *Дао* и даосизм в Китае. М., 1982.

15. *Зилов В.Г.* Элементы информационной биологии и медицины / [В.Г.Зилов, К.В.Судаков, О.И.Эпштейн]. — М.: «Материя Медика», 2000. — 248 с.

16. *Игнатьев И. П.* Как стать Буддой. Л., 1991.

17. *Кульберг А.Л.* Экологический кризис: стратегия выживания. (Цит. по А.М.Василенко. Акупунктура и рефлексотерапия: эволюция методологии и теории. — Таганрог, 1998.— 110 с).

18. *Лувсан Гаава.* Традиционные и современные аспекты восточной рефлексотерапии.— М.: Наука, 1986. — 575 с.

19. *Марголина А.А., Эрнандес Е.И.* Новая косметология. Том 1,2. М.: ООО «Фирма КЛАВЕЛЬ», 2005 г, 2007 г.

20. *Мачерет Е.Л.* Атлас акупунктурных зон / [Е.Л.Мачерет, В.П.Лысенюк, И.З.Самосюк]. — Киев: Вища школа, 1986. — 255 с.

21. *Начатой В. Г.* Дифференциальная диагностика внутренних болезней. - Новосибирск, 2003.

22. *Нгуен Ван Нги.* Традиционная китайская медицина. Патогенез заболеваний. Диагностика. Терапия. – М.: Техарт-плаз, 2000. – 512 с.

23. *Российская энциклопедия биологически активных добавок к пище:* Учебное пособие. Под общей редакцией В.И. Петрова, А.А. Спасова. – М.: «ГЭОТАР-Медиа», 2007. – 1056 с.

24. *Сердюк В.В.* Магнитотерапия: прошлое, настоящее, будущее. Справочное пособие. – К.: «Азимут-Украина», 2004. – 536 с.

25. *Табеева Д.М.* Руководство по иглорефлексотералии. 2-е изд. — М., «Медицина», 2006.— 751 с.

26. *Теппервайн К.* Лицо - зеркало здоровья. - Москва, 2004.

27. *У Вэйсинь.* Школа красоты. - СПб., 2000.

28. *Упор Х,.Начатой В.Г.* Секреты китайской медицины.-СПб ЗАО Весь.-1992.-375с.

29. *Чжу Лянь.* Руководство по современной чжень-цзю терапии.— М., 1959.


999