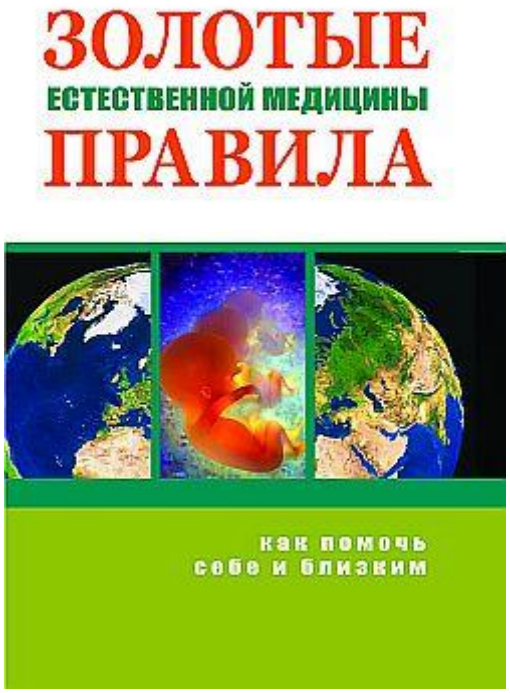
Марва Оганян

Золотые правила естественной медицины

Annotation

Эта книга адресована людям всех возрастов, всех национальностей, любой специальности, социального и политического статуса. Она написана с целью ликвидации нашей неосведомленности и заблуждений в медицине, педагогике и в повседневной жизни.Медицина отличается от других специальностей тем, что это не специальность, а человеческое знание самого себя, которое позволяет адаптировать свою жизнь и жизнь своих детей к биоритмам земной Природы и Космоса.Это знание позволяет правильно ориентироваться в социуме и Природе, быть счастливым и здоровым, а в случае болезни знать ее закономерности и исправлять нарушенное равновесие.Книга адресована также врачам, агрономам и педагогам, бизнесменам, банкирам и политикам. Человеческое здоровье давно уже вышло из компетенции медицины и зависит теперь целиком от социального устройства в государстве и, вообще, на Планете – ее сельского хозяйства, информационного поля, уровня экологии производства, городского хозяйства, способов утилизации отходов и степени экологической чистоты энергетических ресурсов. А прежде всего этого, человеческое здоровье зависит от уровня нравственности социума, его морального или аморального состояния. Мораль нации и государства определяется наличием в нем экологического сознания или его элементов.Все это требует пристального внимания и совместных усилий всего общества и, особенно, его интеллектуальной и правящей элиты для оптимизации среды обитания людей и предотвращения глобальной техногенной катастрофы.



Марва В. Оганян

Золотые правила естественной медицины

Мы попытаемся дать читателям основные сведения и понятия о том, что такое здоровье и болезнь, в чем кроются причины самых различных болезней, и как можно их предотвратить, ликвидировав эти причины. «Ваше здоровье – в ваших руках» – это так на самом деле. Умейте не болеть и не быть зависимым от врачей, лекарств, аптек. В настоящее время в условиях рынка и платных услуг усиленно насаждается противоположное мнение – на вагонах троллейбусов краснодарцы читают по нескольку раз в день надпись: «Ваше здоровье – в наших руках». Что выгоднее и лучше – знать о самом себе и уметь исправить нарушенное равновесие организма или зависеть от тех, кто знает или делает вид, что знает, – судите сами.

Естественное лечение или натуропатия, рассматривает человека, как неотделимую часть природы и ясно показывает, что наша болезнь возникает только от нарушения законов природы и здоровье может восстановиться при соблюдении этих законов. А законы природы вовсе не предусматривают питье лекарств. Естественное лечение или еще лучше – сохранение здоровья с самого рождения и даже до рождения, предполагает использование человеком для сохранения и исправления своего здоровья, только природных факторов и сил самого организма.

Что такое природа? Это – солнце, воздух, вода, земля и растения – это наша экология, наша биосфера. Так научимся же извлекать из нее то, что она нам дает – жить в согласии с природой, а не воевать с ней.

Что дает нам солнце? Свет и тепло своих лучей. Но мы не приспособлены напрямую усваивать солнечный свет и питаться им. Это делают за нас растения. В процессе роста и вызревания плодов, они, используя фотосинтез, т. е. синтез своих органических веществ с помощью солнечного света, дают нам готовую пищу в виде плодов, орехов, зерна, корнеплодов и т. п. Постараемся использовать эти продукты так, чтобы они приносили нам максимальную пользу.

А ведь уже появилось очень много детей и взрослых, которые годами лишены клубники, моркови, помидоров, красных яблок, тыквы, меда, апельсинов и других полезнейших фруктов и овощей, потому что они становятся причиной тяжелейшего диатеза или удушья.

Или, наступает весна, зацветают деревья и травы, и огромная масса людей начинает чихать, кашлять и задыхаться. Орех, подсолнечник, тополь, амброзия – вот наши «злейшие враги», как выражаются больные люди и объявляют войну этим «врагам». И начинается – плакаты на дорогах: «Амброзия – злейший враг человека, уничтожь ее!» А тополь, орех, фруктовые деревья, полевые травы, подсолнечник… Это тоже злейшие враги? И все это надо уничтожить? А заодно и красные фрукты и овощи, и мед и цитрусовые – тоже ведь проявляют «вражеские» свойства, т. е. вызывают аллергию. Так начинается абсурд – самоубийственная война с природой. Сознательно или бессознательно человек губит и природу и себя, вместо того, чтобы познать законы природы и не нарушать их в течение своей жизни, начиная от того, что он есть, и кончая своим поведением на этой планете, т.е. хозяйственными, экономическими, социальными, экологическими, этическими и эстетическими действиями или антидействиями.

И все-таки, что же делать жителям Краснодарского края, страдающим аллергией к

амброзии или каким-то другим видом аллергии? Убегать от амброзии? Куда и насколько?! И можно ли таким путем вылечить болезень? Или только можно превратить ее в новое заболевание, гораздо более опасное?

Нужно, очевидно, постараться понять, почему амброзия и все остальные продукты вызывающие аллергию, ее вызывают. Являются ли они причиной этого заболевания или только поводом, проявляющим истинное болезненное состояние организма, которое грозит в будущем гораздо худшим злом в виде инфаркта или рака? А какая может быть связь между амброзией и раком? – спросите вы. Связь такая: амброзия, подсолнечник и все растения – их пыльца или плоды, а также мед – продукт цветочного нектара, только очищают организм от шлаков, ядов, отбросов обмена веществ, копившихся в нем годами и таким образом предупреждают нас о необходимости принять меры для полного и основательного очищения всех внутренних органов – кишечника, печени, почек, легких, для того, чтобы в будущем эти шлаки накопившись где-то не дали начало опухолевому росту, т. е. реакции «рассерженных» клеток на эти же отбросы. Клеток, которые размножаются бесконтрольно и становятся агрессивными с одной целью – уничтожить чужеродную организму грязь в виде гноя, слизи, спаек, камней, песка – чего угодно. И потому не нужно убегать от амброзии, не нужно лишать детей самых полезных для кроветворения красных и оранжевых фруктов и овощей, а нужно научиться правильно очищаться и правильно питаться, и тогда все, что дает природа, пойдет нам на пользу, а не во вред, и нашим естественным состоянием будет здоровье и молодость. И самое главное – не будут болеть наши дети. Необходимо научить детей элементарным правилам гигиены питания, сна, отдыха и труда в соответстви с ритмами природы. Иммунная система детей очень страдает от загрязнения воздуха, воды и пищи, а также от внутреннего загрязнения организма от неправильного питания, лекарств и прививок. Несомненный вред антибиотиков и химиопрепаратов принятых в детском возрасте доказан неоднократно. Все они становятся причиной тяжелейших заболеваний через 5–10–20 лет. Это может быть: эпилепсия, бронхиальная астма, все кожные болезни, в том числе – псориаз, даже менингит или инфаркт миокарда, не говоря уже о воспалении легких, пиелонефрите или опухоли любого органа. Начало всех этих болезней, их корень лежит в детском возрасте, детских болезнях, леченых лекарствами. Детей очень легко вылечить без лекарств, только очищением и правильным питанием. Родители, пожалуйста, не забывайте этого!

Не редко я слышу возражение: а что делать, если ребенок тяжело болен, и его нельзя спасти без антибиотиков? Может быть и такое, и тогда нужно принимать и антибиотики и вреднейшие гормональные препараты и, может быть, хирургию (скажем, при остром аппендиците, тяжелой ангине). Но ведь до всего этого можно *не дойти*, если соблюдать гигиену питания и очищения организа с самого раннего детства, а еще лучше – до рождения ребенка, в период беременности. Ведь вполне вероятно, чтобы дети не болели вообще никогда, чтобы не доводить их не только до пневмонии или аппендицита, но и до лейкоза и лимфогрануломатоза – все это может и умеет естественная медицина и мы вас научим всему этому в нашей книге.

Чем мы болеем, как мы лечимся?

Чем мы болеем? Очень разными болезнями, и, конечно, всякий возраст имеет свои болезни. Ангина и склероз, корь и инфаркт миокарда… Что, казалось бы, между ними общего? Ученые насчитали свыше 2700 наименований болезней человеческого организма, и каждая из них лечится соответствующим ей специфическим способом, которых становится все больше и больше. Есть совсем новые импортные таблетки,

которые больные стараются достать любой ценой, есть иглоукалывание, лечение биополем, таинственными гомеопатическими средствами. Если не помогает ничего и болезнь запущена – последнее средство – хирургия. Удаление… чего? А очень многих частей нашего тела: глоточных миндалин, аппендикса, части желудка, желчного пузыря, части легкого, почки, хрусталика глаза, грудной железы, ноги и т.д. Наконец, дошли до пересадки сердца и объявили это высшим достижением медицины!

А ведь если взглянуть на все это несколько иначе, то станет ясна одна простая истина: нет разных болезней, а есть одна болезнь – нарушение обмена веществ, и есть один способ вылечить любую болезнь: исправить этот нарушенный обмен, ввести человека в русло природы – в экологическую систему планеты и Космоса. Именно так лечила болезни древняя наука врачевания: индийская Аюверда, а на Западе – естественная медицина – натуропатия. Гиппократ утверждал: «Медицина, есть искусство подражать целебному воздействию природы».

Современные врачи-натуропаты: Шелтон, Птоль Брегг, Уокер, Николаев вылечивали больных с результатами, далеко превосходящими все другие методы лечения. А почему? Давайте подумаем так: не лучше ли не развивать так бурно медицину (все равно ведь заболеваемость растет, а не сокращается с развитием медицины), а развивать меры, предупреждающие и не допускающие болезни, ту же ангину, бронхит, аппендицит, и тем самым, может быть, избавимся и от пиелонефрита, бронхиальной астмы, гипертонии, мастопатии, рака, инфаркта, камней желчного пузыря, даже эпилепсии, которые появляются так часто, потому что не лечим, а залечиваем лекарствами болезни у детей подростков и беременных женщин.

А аллергии?! От этого всеобщего бедствия куда бежать?! От амброзии, тополиного пуха, цветущих растений, домашней пыли, холода, меда, красных фруктов… Чем дышать, что кушать детям и взрослым больным аллергией?!

Оглянемся вокруг, а потом посмотрим внутрь себя, может сумеем найти причины наших болезней в такой простой вещи, как грязь – наружная и внутренняя. Загрязнение химией воздуха, воды, почвы, что, увы, не в силах предотвратить больной, и загрязнение нашего организма, которое мы можем просто не допускать. Каким же образом? А просто зная, что есть и что пить, т. е. загрязнять свой организм, свою внутреннюю экологию или держать ее в чистоте.

Ведь пища вызывает очень многие заболевания, начиная от язвы желудка и кончая ангиной и бронхитом и она же их лечит. Но смотря какая пища! А в наших условиях южного региона с изобилем фруктов и овощей, орехов, меда, зерновых культур, людям можно вообще не знать, что такое болезнь, особенно жителям села, где сравнительно чистый воздух, где мало асфальта, а много земли, травы и деревьев, а также фруктов и овощей.

Можно научиться быть здоровым и излечить все болезни. А *инфаркт, рак, диабет, гангрену* конечностей можно *реально предупредить* также, как удаление различных органов, пришедших в негодность.

Как же это сделать? Для этого нужно знать лекарственные свойства нашей повседневной пищи, ее пользу и вред, отличать чужеродную белковую пищу от чистой, углеводистой, знать возможности организма, когда он очищается и сам себя исцеляет. Гиппократ писал: «Наши пищевые вещества должны быть лекарствами».

Ежедневная наша пища, действительно, может стать лекарством, если знать правильное сочетание пищевых продуктов, не вызывающее процессов гниения и брожения (и дисбактериоза) в кишечнике. Пища в зависимости от качества и состава может загрязнять или очищать и исцелять – все это лечение пищей и другими природными факторами – солнцем, воздухом и водой и называется натуропатией или естественным лечением. Именно поэтому центр «Здоровье» созданный в Краснодаре занимается вопросами естественного неспецифического лечения болезней не лекарствами, биополем или иным воздействием на организм больного, а обучением его правилам физиологического, гигиенического питания, способного чудесным образом исцелять организм, обновляя его клетки и ткани и вылечивать болезни, не поддающиеся никаким другим методам лечения.

В первую очередь излечиваются все аллергические заболевания, а также болезни дыхательной системы, печени, почек, кишечника, и особенно быстро и легко лечатся эти болезни у детей без уколов и таблеток, без слез и расстройства мамы и малыша. С огромным удовольствием и радостью лечат дети свои недуги, кушая естественную человеческую пищу, предназначенную нам природой: фрукты, овощи, мед, орехи. И все то, что вызывало у них раньше аллергию, сыпь, удушье, оказывается на самом деле очень полезной и приятной для них едой. С радостью и в огромных количествах (потому что изголодались, буквально, за свою короткую жизнь) едят они и мед и дыни и клубнику и помидоры и вишни, вкуса которых не знали до трех-четырех лет.

Прием и лекции в «Здоровье» ведутся по субботам с 9 часов утра по адресу: г. Краснодар, ул. Лузана, 8 в здании библиотеки. Приходите, учитесь и лечите себя и своих детей. Даже в пожилом возрасте, а не только в молодости, вы имеете возможность быть совершенно здоровыми и трудоспособными людьми, знающими свой организм и не знающими страха перед болезнями.

Оганян Марва Вагаршаковна,

врач, кандидат биологических наук

Проблемы развития гражданского общества и оптимизации управления

Системный подход и реальности очень часто дает автоматическое объяснение многих непонятных явлений. Пользуясь им, нам удалось выяснить причины заболеваний человеческого организма и нарушений в человеческих социумах.

Реальность, в которой мы живем, это по сути сочетание бесконечного множества систем различной степени сложности. Задача человека разумного выделить из этого многообразия системы, определяющие наше существование, анализировать их, изучив законы, управляющие этими системами (законы природы), привести свои представления в соответствие с ними, что позволит оптимизировать, прежде всего, законотворческую деятельность, а жизнь человеческого общества зависит от тех законов, которые им управляют. Для оптимизации управления и социальных отношений необходима оптимизация физического и духовного статуса индивидов, составляющих социум.

Мы говорим об экологическом производстве, экологическом сельском хозяйстве, но ни слова об экологическом лечении болезней. Между тем, по выражению всемирно известного русского физиолога И. Павлова «Организм – это в высшей степени самоорганизующаяся и саморегулирующаяся система».

Если мы рассмотрим организм как «государство клеток» (Вирхов – XIX в.), то мы увидим, что в этом государстве все устроено очень разумно и наряду с четкой иерархичностью клеток существует целесообразное и общеполезное дружественное содружество клеток, органов и систем органов, способное излечить болезнь, если мы не мешаем этому искусственно.

На примере только одного заболевания, уносящего во всем мире миллионы жизней ежегодно, а именно, злокачественных новообразований, мы можем проследить как это происходит.

Как всякое государство, организм имеет: органы управления – мозг, нервную систему; систему снабжения – органы пищеварения; рабочие органы – органы движения и т.д., и обязательно имеет органы ведающие его обороноспособностью – иммунную систему, способную в случае необходимости выпустить (создать и «обучить») миллионы вооруженных клеток-солдат для борьбы с «врагом»-чужаком, вступающим на его территорию и убивающим его граждан – клетки организма. Кто этот враг – это гной, т. е. мертвые, гниющие ткани, выделяющие трупные яды (путресцин, кадаверин и другие ядовитые моноамины), убивающие наши живые клетки и превращающие их в такой же гной. Как можно смириться с подобным явлением? И организм не смиряется. Появляются атипичные клетки с огромной энергией роста, агрессивные, способные пожирать другие клетки. Что же им остается делать? Они обучены убивать, потому что на территории государства – смертельный враг. Когда солдат демобилизуют? Когда враг изгнан, территория очищена. Что делать, чтобы прекратить интенсивный рост недифференцированных опухолевых клеток? Очистить организм от гноя и всех других отходов продуктов обмена, скапливающихся в нем годами и очень токсичных. В начальной стадии любого злокачественного заболевания это удается сделать за 4–12 недель. Больной выздоравливает. Это – опыт мировой естественной медицины и наш собственный.

Что делает современная медицина при лечении рака? Объявив причину его доселе невыясненной, она создала оружие (химиотерапия, радиотерапия), убивающее клетки организма-цитостатики, останавливающие клеточный рост и размножение. Убивая атипичные, агрессивные раковые клетки, оно действует губительно и на остальные клетки иммунной системы. Такая терапия не имеет успеха, поскольку рост агрессивных клеток продолжается, при *наличии* в организме *причины* их вызвавшей.

Очищение внутренней среды, восстановление ее экологического равновесия – понятие неизвестное лекарственной медицине. Ей знакомо только дальнейшее нарушение эндозоологии организма, введением в него лекарственных препаратов до тех пор, пока организм в состоянии компенсировать с их помощью болезнь. Подобный процесс происходит за счет резервов организма. Болезни не излечиваются, а трансформируются в другие через какое-то время. Так аллергический ринит превращается в астму; мигрень – в язву желудка или опять же, в бронхиальную астму; бронхит – в пиелонефрит и гипертонию; хронические гнойные процессы ведут к злокачественному росту тканей.

О системном подходе к организму говорил русский терапевт XVIII века Мудров: «Лечи больного, а не болезнь» – призывал он врача. К чему ведет отсутствие такового? К узкой специализации врачей по нозологиям (кардиолог, пульмонолог, невропатолог и т.д.) и возрастам (микропедиатр, педиатр, подростковый врач, терапевт, геронтолог). Человека на протяжении жизни лечат пять врачей по мере его роста, созревания, старения и, несколько десятков «узких» специалистов, по мере появления различных заболеваний. Но ведь законы физиологии и биохимии

одинаковы во всех возрастах, даже во внутриутробном периоде. А ведь мать и плод, развивающийся в ее организме, это единая система, и для рождения здорового ребенка, матери необходимо иметь не только здоровый (компенсированный), но и *чистый* организм для того, чтобы во внутриутробном периоде плод мог избежать интоксикации ядами и отбросами материнского организма, не замечаемыми ею до поры, до времени.

Мы предлагаем единую систему лечения всех возрастов и всех болезней, основанную на законах Природы, т. е. опирающуюся и оперирующую только силами природы и человеческого организма, как звена экосистемы. Эта система называется естественной медициной и основана на очищении и правильном питании всех клеток и тканей организма. Таким образом вылечиваются внутренние болезни, нервные и все инфекционные заболевания, все, кроме спида. Спид нельзя вылечить, его можно не допускать, т. к. спид, это несостоятельность, дефицит, отсутствие иммунной системы. А создать ее – все равно, что создать человека. Почему же возникло это заболевание во второй половине XIX века? Потому что предыдущие 400 лет лекарственной терапии и 100 лет профилактических прививок против инфекций привели к нарушению иммунофонда человечества, к его несостоятельности. Безусловно, этому способствовало также техногенное нарушение среды обитания человека.

Почему в жарких странах инфекции косили людей? Потому что там нет холода, нет простуды, т. е. нет естественного очищения организма от слизи и гноя. Вирусы и микробы находят прекрасное питание в загрязненном организме.

Чума, холера, оспа, туберкулез уносили наиболее загрязненную часть населения региона, где вспыхивала эпидемия. Против инфекции создали прививки. Не стало оспы и чумы, но появился спид – приобретенный иммуннодефицит. Есть однако и принимает характер эпидемии – туберкулез. Микробы ведь приобретают устойчивость к лекарствам. Такова цена лекарственной терапии, вмешательства во внутреннюю среду организма. Возникает вопрос – как же бороться с инфекциями? Ответ один – очищать внутреннюю среду организма: соблюдать гигиену питания.

Становится очевидным, что организм – это только подсистема большой системы – экосистемы природы. А это – почва, воздух, вода и биоценозы. Только в том случае, если во всех звеньях этой системы протекают экологически ненарушенные природные процессы, возможно истинное здоровье человека.

Человек составляет единую систему, прежде всего, с потребляемой пищей. В этой системе независимой переменной является пища, а качество организма (его здоровье или болезнь) – производное от нее.

Состав пищи является определяющим не только для нашего физического тела, но и для нашей психики, нервной, эмоциональной, интеллектуальной сфер. Оптимизация человеческого питания изменяет коренным образом не только здоровье человека, но и процесс социальной адаптации, управления, законотворчества, межгосударственных отношений, наконец. Прием убойной пищи, несущей информацию насилия, страха и смерти, немедленно ведет к искажению человеческой психики, оставляя в ней место наряду с человеческими, благородными побуждениями побуждениям зла, насилия, убийства.

Беременная женщина, потребляющая продукт убийства, вводит информацию об убийстве в организм плода, в результате рождается человек с заложенной в нем способностью убивать или совершать другие негативные действия (драка, брань,

духовная тирания и т.п.).

При системном подходе к энергетике организма становится ясным, что самая мощная энергетика, служащая сохранению человеческого вида – сексуальная энергия – может быть трансформирована в физическую, творческую, эмоциональную, интеллектуальную – это обогащает человеческую личность, возвращает первозданную многогранность, нравственное богатство, милосердие, любовь к людям, к природе – вот ключ к экологическому обучению и воспитанию личности. Все это вместе взятое называется экологическим сознанием. Невозможно оптимизировать управление обществом, законотворческую работу, обучение и лечение, пока члены социума обладают эгоцентрическим, антропоцентрическим сознанием, лишенным элементов соборности.

Экологическое сознание социума можно сформулировать только в ЭКОПОЛИСе, специльно созданном для этой цели. Это можно сделать сегодня в небольшом поселении – селе, станице, организовав там экологическое лечение в экологически сравнительно сохранной зоне с экологическим производством, сельским хозяйством, экологическими источниками энергии и утилизацией отходов.

Программу экополиса мы готовы предоставить лицам, заинтересованным в создании очагов экологической культуры и экономического сознания.

Оганян Марва Вагаршаковна,

врач-эколог, кандидат биологических наук

Введение

Вопросы экологической медицины до сих пор не обсуждаются и не разрабатываются ни медиками, ни экологами. Между тем, самоочевидно, что без экологических методов лечения заболеваний, все усилия по созданию экологического сельского хозяйства и экологического производства теряют смысл и сводятся на нет.

На самом деле для достижения реальных результатов в экологии необходимо создать и реализовать экологические технологии *одновременно* во всех сферах человеческой жизнедеятельности: это – рождение, воспитание, обучение, сельское хозяйство, лечение, профилактика заболеваний, промышленное производство, энергетическое обеспечение общества, утилизация бытовых, сельскохозяйственных и промышленных отходов.

В настоящее время учеными и практиками-аграриями созданы и успешно осуществляются сельскохозяйственные экологические технологии: органическое земледелие с применением биологических методов удобрения и санации сельскохозяйственных угодий, разумное земледелие, учение о правильной обработке почвы и некоторые другие. Особое место среди них занимает микробиологическая технология обработки почвы и растений культурой эффективных микроорганизмов, уничтожающих патогенную микрофлору почвы и растений, а также человеческого организма, животных.

Эта технология находится на стыке медицины и сельского хозяйства, соединяя в единое целое две эти сферы жизни человека.

Является неоспоримой истиной то обстоятельство, что здоровье человеческого

организма (т. е. качество его тканей и органов) зависит и является производным от качества пищи, съедаемой человеком.

Качество генофонда настоящего и будущих поколений зависит от качества здоровья их родителей. В условиях техногенного (технократического) общества в медицине господствуют тенденции хим-защиты и технизации лечения, что выразилось в изобретении и массовом применении профилактических прививок, антибиотиков, химиопрепаратов и гормональной терапии.

Создана индустрия болезней, медицина потеряла свою просветительскую гуманитарную сущность. Результат – развитие медицины во всем мире сопровождается ростом заболеваемости и появлением новых видов человеческой патологии (СПИД, вирус Эбола, болезнь легионеров, новые геморрагические лихорадки, коровье бешенство – пузырчатая энцефалопатия, атипичная пневмония и т. д„)„ Все это говорит о тупиковом пути развития лекарственной медицины и профилактики. Частным результатом профилактических прививок населения против инфекционных заболеваний являются поствакцинальные осложнения, а глобальным негативным влиянием на иммунофонд человеческой популяции – эпидемии новых и уже известных болезней – СПИДа, геморрагических лихорадок, гриппа, туберкулеза, а также лавинообразный рост аллергических заболеваний, злокачественных новообразований и сердечно-сосудистых болезней. В результате многие из них – бронхиальную астму, псориаз, диабет, гипертонию и ряд других официальная медицина объявила неизлечимыми, ведущими к инвалидиза-ции человека и назвала их «образом жизни». Роль врачей сведена к обучению больных – как «лучше болеть», а иначе «контролировать» болезнь с помощью лекарств, т. е. медицина сведена к безраздельному господству над человечеством фармацевтического производства.

Налицо – абсурдная ситуация! – человеческое невежество, эксплуатируемое в корыстных целях кучкой мировой научной и правящей элиты. Если люди не сумеют скорректировать подобную антиэкологическую реальность, экологическая катастрофа неминуема. Нелишне вспомнить, что подобные катастрофы не раз происходили в истории цивилизации и оскудевшая человеческая популяция вынуждена была начинать все с каменного топора и изобретения огня. Результатом стала значительная моральная и интеллектуальная деградация человечества.

Ныне только благостное обращение к творческим силам Вселенной, соблюдение законов Космоса и земной природы может сохранить и восстановить человеческую цивилизацию и сам биологический вид Homo sapiens вместе с его экологической нишей.

Экологические нормативы в медицине разработаны и реализованы естественной медициной, или натуропатией – гигиеной внутренней среды.

Наука эта насчитывает десятки имен корифеев медицины, создавших теорию лечения болезней, а не только их описание. К ним относятся такие величайшие ученые, как Герберт Шелтон, Норманн Уокер, Поль Брегг, Кеннет Джефри, Бенджамен Харри, Ив Вивини, Юрий Сергеевич Николаев и др.

Реализация принципов естественной медицины не требует сложной аппаратуры и технологий и больших затрат.

Она основана на использовании факторов природы и самого организма как звена экосистемы планеты, в лечении человеческой патологии.

Это методы неспецифической терапии, излечивающие не отдельную болезнь или орган, а весь организм больного. Они приводят к реальному излечению любой болезни, кроме тех состояний, которые привели к разрушению большей части внутренних органов (запущенный рак, цирроз, склероз). Такое лечение осуществляется не в урбанизированных городах с огромным техногенным прессингом, практически лишенных чистого воздуха и воды, а в экологически сохранных зонах. Поэтому любая сельская участковая больница может быть очень быстро преобразована в экологическую здравницу, где будут излечиваться жители и села, и близлежащего города. Такая экологическая здравница неизбежно будет облагораживать окружающую среду, т. к. будет окружена зоной экологического сельского хозяйства, экологического производства. Вокруг нее создается социальная инфраструктура, в которой соответственно и неизбежно вырабатывается экологическая культура и экологическое сознание. В таком микросоциуме и его ближайшем окружении сокращаются, а затем сводятся на нет социальные болезни и пороки (СПИД, наркомания, алкоголизм, преступность и т. п.).

Во втором, третьем и дальнейших поколениях экологическое сознание становится настолько всеобъемлющим, что овладевает руководящей элитой – это путь к всеобщему прекращению конфронтации, конфликтов и войн в обществе, созданию крепкой здоровой семьи, нравственному восхождению наций и народов, путь жизни в согласии с природой при соблюдении ее законов, использовании сил природы для нужд общества, а не хищения природных ресурсов – нефти, газа, угля, леса, воды и т. д. Экологические природные факторы – воздух, вода, солнечная энергия, гравитационное поле, торсионные поля – будут познаны человеком и станут неисчерпаемыми и ненасильственными источниками энергии. Растительная пища: плоды, орехи, овощи и злаки – станет естественным источником здоровья благодаря восстановлению иммунной системы почвы, растений и человеческого организма. Безубойное животноводство даст дополнительные продукты питания – масло, молоко, яйца.

Бесконфликтное существование в природе – единственный путь жизни человека на земле.

Природные факторы юга России – море, предгорная лесная зона, заповедники и заказники – представляют собой резервуары природных факторов, которые при их экологически ориентированном развитии могут превратить природную среду региона в структурирующуюся и самовосстанавливающуюся систему (экосистему), позволяющую восстановить естественное здоровье не только местного населения, но и нуждающихся в оздоровлении детей и взрослых северных регионов.

В книге представлены причины и механизмы развития (патогенез) самых различных заболеваний человека с точки зрения экологии организма и среды. Соответственно представлен механизм излечения различных заболеваний (саногенез), на первый взгляд не имеющих ничего общего (мигрень, астма, СПИД, рак и т. д.) естественными неспецифическими методами натуральной гигиены.

С точки зрения химии организма (биохимии обмена) представлена универсальная причина человеческой патологии и вскрыта связь хронического бронхита и заболеваний щитовидной железы, сердечной патологий и раком грудной железы; остеохондроза и заболеваний внутренних органов.

Развенчан миф о неизлечимости болезней у детей и взрослых и доказана излечимость всех заболеваний силами природы и самого организма как звена экосистемы.

Книга адресована людям всех специальностей, желающим обрести экологическую грамотность относительно своего организма, причин недугов и их предупреждения.

Автор книги – Оганян Марва Вагаршаковна, врач-натуропат, врач и биохимик с 45-летним стажем медицинской лечебной и лабораторной работы. В течение 25 лет работает в области теории и практики натуропатии в Краснодарской библиотеке экологической культуры. Контактный телефон: 53-19-79.

Программа: жизнь человека «Экополис» – естественное лечение

Экологическое, или неспецифическое лечение основано на исцеляющих силах природы и организма. Исключительное по эффективности, оно не имеет аналогов среди известных в настоящее время методов лечения (химиотерапия, гомеопатия, биопольное лечение, кодирование и гипноз) и гарантирует полное излечение, т. к. высвобождает и активизирует способность организма к саморегуляции и самоисцелению. Оно обеспечивает раскрытие резервов вашего организма, экономит средства, затрачиваемые на медицинскую технику и лекарства.

Экологическое лечение гарантирует излечение болезни, оздоровление организма, сохранение молодости, умственной и физической активности, оптимизма и дает установку на жизненный успех.

В течение полутора месяцев в коллективе, нуждающемся в оздоровлении, проводится следующая работа:

1. Излечение острых и простудных заболеваний, исключающее осложнения или превращение острого процесса в хронический.

2. Излечение острых заболеваний желудочно-кишечного тракта, также исключающее превращение болезненного процесса в хронический.

3. Излечение острых заболеваний почек и мочевых путей.

4. Излечение аллергических состояний.

5. Излечение детских простудных, желудочно-кишечных заболеваний, кожных диатезов.

6. Излечение острых радикулитов и периферических невритов.

7. Значительное улучшение хронических заболеваний дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, печени, поджелудочной железы, хронического пиелонефрита, псориаза, других кожных заболеваний, фурункулеза, лейкозов, хронических пояснично-крестцовых радикулитов с гарантией их полного излечения.

8. Профилактика угрожающих жизни состояний, вызывающих инвалидность: инфаркт миокарда, мозговой инсульт, окклюзии артерий и вен конечностей с гангреной, злокачественные процессы, острые и хронические лейкозы.

Все эти заболевания при современном состоянии медицины нельзя вылечить, но можно не допустить, применяя гигиеническую программу самокоррекции организма.

9. Рождение здорового ребенка; предупреждение ДЦП: программа обучения и оздоровления беременных женщин с целью рождения здорового потомства, избавленного от болезней.

Экологическое лечение – это реальное здоровье человека от рождения и до старости и активное творческое долголетие. Экологическое лечение исключает химическое вмешательство в организм, нарушающее протекающие в нем естественные процессы обмена веществ.

Мы достигаем реального здоровья больных и еще не заболевших (группы риска) следующими способами:

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА на основе гигиенических режимов питания с обучением пациента методам дальнейшей самокоррекции на основе знаний патогенеза и саногенеза (механизма заболевания и выздоровления) – выполняет врач-эколог.

Исправление позвоночника, являющееся необходимым звеном в системе естественного лечения (для коррекции системы общего кровообращения и циркуляции биоэнергии в биополе человека).

«ЭКОПОЛИС» предлагает свою помощь по созданию на предприятии, в городе, поселке детского сада с режимом и питанием, исключающим заболевания детей, что обеспечивается профилактической системой питания и ухода за детьми, гарантирующей полное их здоровье.

Экологическое лечение

Основано на реализации механизмов саморегуляции организма и охватывает весь цикл человеческой жизни.

I. Профилактический курс оздоровления беременной женщины с целью рождения здорового ребенка.

II. Излечение без лекарств:

а) всех аллергических состояний у детей и взрослых (диатез, кожные болезни, бронхиальная астма и др.);

б) болезней пищеварительной, дыхательной системы, печени, нарушений обмена (диабет, ожирение);

в) болезней почек, гипертонической болезни;

г) болезней суставов, коллагенозов, ревматизма;

д) некоторых неврозов, пограничных состояний.

III. Реальная профилактика:

а) злокачественного роста, инфаркта миокарда, инсульта, гангрены конечностей (болезнь Рейно, облитерирующий эндартерит), диабета, ожирения, гормональной зависимости;

б) предупреждается нарастающая волна гормональной терапии в мире.

IV. Лечение алкогольной, никотиновой зависимости и других наркоманий.

Используются природные факторы:

1. Чистый воздух.

2. Вода для питья и водных процедур.

3. Пища растительная (преимущественно сырая), мед, орехи, зерновые, фрукты, овощи – это лечебные факторы.

Принцип лечения – очищение организма и последующее восстановление здоровой структуры тканей.

Срок лечения от – 45 до 60 дней.

В «Экополисе» лечатся современные болезни человечества на основе естественных (природных) безлекарственных методов лечения. Это – использование сил природы – чистого воздуха, солнечной инсоляции, целебного воздействия минеральной и морской воды; питание фруктами и овощами южного региона, выращенными в условиях высокой солнечной инсоляции, биологически наиболее полноценных. Энергетически насыщенное питание.

Все эти компоненты среды в сочетании с методами очищения организма больного и здорового, известными человечеству с древнейших времен, дадут вам возможность:

• предотвратить неизлечимое: инфаркт миокарда, «мозговой инсульт, злокачественные процессы, полную утрату органов в результате запущенной болезни (недостаточность сердца, печени, почек);

• вылечить те болезни, которые не поддаются лекарственному лечению: аллергии, коллагенозы, деструктивные процессы внутренних органов и эндокринной системы. Экологическое лечение в «Экополисе» – это сохранение вашей иммунной системы, наращивание, а не подавление ее возможностей, это – стойкая иммунная защита против иммунодефицитных состояний, вызванных фармакотерапией (лекарственное лечение и профилактические прививки).

Исключительно важным обстоятельством, отличающим экологическое лечение больных и еще не заболевших людей от всех остальных методов, является реальное предотвращение грозных заболеваний современности: инфаркта, инсульта, злокачественного роста тканей, болезней крови, СПИДа.

Регулярное подключение человека к экологически здоровой среде очищает организм, восстанавливает иммунную систему, естественными способами ликвидирует возникающие в ней помехи, которые могут стать причиной нарушений питания тканей, злокачественных процессов или иммунодефицитных состояний.

«Экополис» – это также восстановление иммунного фонда живой, природы – почвы и растительного покрова – методами биологического сельского хозяйства, экологической сельскохозяйственной культуры.

Человек и Биосфера – без изъянов, болезней и деградации – вот наш девиз!

Очерки экологической медицины

Предисловие

При естественном подходе к человеческому здоровью непонятное становится понятным…

В предлагаемом вниманию читателей сборнике представлены работы врача-эколога, кандидата биологических наук Марвы Вагаршаковы Оганян, объединенные идеей экологического принципа в медицине и жизни человеческого общества вообще.

Оставаясь на позициях лекарственного лечения и профилактики заболеваний, медицина сегодня, в век химической цивилизации, не выполняет свою роль по сокращению заболеваемости и повышению уровня здоровья людей различного возраста. Имеющиеся факты и создавшаяся ситуация говорят об обратном: заболеваемость растет, появляются новые болезни (СПИД, вирус Эбола, атипичная пневмония и т.д.), сокращается длительность человеческой жизни, смертность в отдельных регионах планеты, в частности в России, начинает превышать рождаемость.

Все это однозначно говорит о необходимости ввести в современную медицину элемент экологии, а вернее, сделать медицину экологической, т.е. основанной на принципах экологии. А это означает отказ от лекарственных методов лечения (поскольку лекарство есть не что иное, как загрязнение внутренней среды организма) и лечение заболеваний природными факторами, в число которых входит способность человеческого организма к самовосстановлению и саморегуляции. В предлагаемом вниманию читателей сборнике изложены механизмы возникновения предупреждения и излечения ряда заболеваний современности, считающихся неизлечимыми и уносящих ежегодно миллионы жизней во всем мире. Это: сердечно-сосудистые заболевания, рак, лейкозы, ДЦП, СПИД, диабет, аллергии, инфекционные заболевания, раскрыта истинная природа этих заболеваний и показаны простейшие пути профилактики рака, инфаркта, инсульта, диабета и др.

Материалы написаны с позиций натуропатии, или естественной гигиены, постулатам которой является: «Лечите болезни, пока их нет». Прочитавшему сборник станет ясно, что рак нужно лечить не тогда, когда онкологический диспансер подтвердил диагноз, а начиная даже не с детства, а с внутриутробного периода. Ясной и понятной становится ошибочность ряда современных медицинских парадигм (положений), а так же расхожих традиционных заблуждений: простуда – причина заболевания, причины рака разнообразны, и точно установить их в каждом конкретном случае невозможно, рак возникает при ослаблении иммунитета, СПИД вызывается вирусом иммунодефицита, повышенное артериальное давление, диабет – это не болезнь, а образ жизни, при котором обязателен постоянный прием лекарственных препаратов и т.п.

Материалы о правильном питании и поведении беременной женщины дают возможность выносить, вскормить и вырастить здорового человека, который

застрахован от тяжелых заболеваний и при любом нарушении внутренней среды организма, т.е. при любом недомогании, умеет корректировать свое состояние, т.е. излечиться с помощью факторов природы, благодаря знаниям и навыкам правильного питания и поведения, полученным еще до рождения и в детском возрасте. Отдельный раздел посвящен болезням детей и их естественному безлекарственному лечению в домашних условиях.

Сборник завершают материалы об экологическом поселении, в котором вся жизнь человека от внутриутробного периода и до старости проходит в экологизированной среде.

Население *экополиса* является не замкнутой элитарной общиной, а постоянно текущим человеческим потоком. Здесь осуществляется лечение и обучение детей и взрослых экологически адаптированному целесообразному поведению в социуме и природе.

Социальная инфраструктура экополиса позволяет реализовать экологическое сельскохозяйственное производство, ремесла, получение и использование экологически чистых видов энергии, экологическую утилизацию отходов. С этой целью к работе в экополисе привлекаются прогрессивные экологические технологии (ЭМ-культура, «Умный сад и огород» и др. – Бурдун А. М., Курдюмов Н. И., Слащинин Ю. И.).

В целом предлагаемые вниманию читателей «Очерки экологической медицины» представляют собой доказательное изложение натуропатии или современной альтернативной медицины, которая единственно способна вывести человечество из глобального экологического кризиса, поразившего как нашу среду, так и нас самих, т.к. болезнь – это экологическая катастрофа организма.

По мнению автора, создание экологических поселений в различных регионах планеты позволит не продолжать ведущий в экологический тупик путь техногенной цивилизации, а осмысленно и разумно экологизировав и облагородив ее, выйти к духовной цивилизации человека, восстановлению утраченной связи с космической энергетикой, о чем писали Циолковский, Вернадский, Федоров, Соловьев, Чижевский и многие другие. Начало этого пути, точка отчета – экологическое лечебное учреждение, где вылечивается, адаптируется, воспитывается новая человеческая личность с обновленным физическим телом, обладающая экологическим сознанием.

Этот сборник адресован как медикам, так и самому широкому кругу читателей, поскольку медицинские знания необходимы каждому человеку.

О создании экологических лечебных учреждений на Кубани (Реабилитация среды и человека)

Оганян Марва Вагаршаковна,

врач-эколог, кандидат биологических наук

Создание подобных учреждений диктуется необходимостью здравоохранного и социального благополучия населения, тесно связанного между собой.

Экологическое лечебное стационарное учреждение должно стать центром экологического поселения (экополис) с соответствующей производственной,

аграрной, педагогической и иной инфраструктурой. Оно будет также образовательным и методическим центром, обеспечивающим экологическое просвещение, воспитывающим экологические навыки в поведении людей, их социальных контактах (также внутрисемейнных) и в отношении к природе. В перспективе экополисы ведут общество по пути ликвидации социальных пороков: болезней, наркомании, алкоголизма, преступности.

Медицинская экологическая программа Кубанского экологического союза

МП «Экополис» организуется с целью осуществления:

1. Экологического лечения заболеваний.

2. Недопущения заболеваний на основе единой экологической стратегии охраны здоровья населения, которая заключается в формировании у населения, проходящего курс экологического лечения и профилактики экологически адаптированных (экологически ориентированных) потребностей и навыков.

Создание подобных потребностей и навыков членов социума обуславливает их дальнейшее поведение в социуме и биосфере, коренным образом отличающееся от поведения людей, лишенных экологического сознания. Экологическое сознание определяет гармоничное поведение человека, изначально не конфликтующего в природе и социуме, живущего по законам природы, создающего гармоничную экологическую цивилизацию, структурированную вокруг центра – человека и его потребностей.

По нашему убеждению, решение экологических проблем возможно только в таком обществе, часть которого (некоторая, критическая масса) обладает экологическим сознанием. В подобном обществе станут невозможными экологически нецелесообразные действия – преступления против природы и человека.

Поэтому целями программы являются:

1. Повышение уровня здоровья всех групп населения края:

а) беременных женщин;

б) новорожденных;

в) детей и подростков;

г) людей молодого и зрелого герминативного возраста;

д) пожилых людей и стариков.

2. Реализация на практике принципов и методов экологически чистого ведения сельского хозяйства в крае, т.к. сельскохозяйственная продукция – это тот материал, от которого зависит первоначально здоровье или болезнь человека.

3. Использование пищевых растений для лечения и массовой профилактики заболеваний.

Первоочередные задачи по реализации поставленных целей

Создание экологического стационарного лечебного учреждения, своеобразной «школы здоровья», в которой лечатся больные и оэдоравливаются еще не заболевшие люди. Подобным лечением достигается:

1. Значительное улучшение или полное излечение при хронических заболеваниях, не поддающихся лекарственному лечению, у людей среднего и пожилого возраста, т.е. людей, заключающих в себе наиболее ценный интеллектуальный и духовный потенциал общества.

2. Полное излечение всех острых заболеваний в детском и молодом возрасте, а не их хронизация или трансформация в другую патологию в дальнейшем, что имеет решающее значение в понижении уровня заболеваемости населения.

3. Предупреждение тяжелых, угрожающих жизни заболеваний, таких, как инфарт миокарда, мозговой инсульт, диабет, онкологические, заболевания.

Экологическое стационарное учреждение состоит из здравницы и профилактория, где реализуется лечение больных и и профилактика будущей патологии. Крайне желательно при этом стационаре иметь детскую здравницу, детский сад и школу, а также «школу здоровья» для будущих матерей, где оздоравляются и обучаются беременные женщины (что обеспечивает рождние здорового поколения).

Для создания подобных здравниц могут быть использованы существующие в крае профилактории и здравницы санаторных зон, а также (в особенности!) сельские участковые больницы, которые должны стать очагами медицинской и экологической культуры, а не лекарственного лечения (к тому же недостаточного и малокомпетентного на уровне участковой больницы). Вокруг экологического лечебного учреждения, расположенного в относительно экологически сохранной зоне, необходимо иметь зону экологически чистого сельского хозяйства, особенно растениеводства. Детские учреждения: детский сад и школа, примыкающие к экологическому комплексу, обеспечивают естественное здоровье детей, достигаемое без лекарственного лечения, исключительно на основе гигиенического питания и образа жизни. «Школа здоровья» беременных женщин оздоравливает будущих матерей и новорожденное поколение.

Этапы выполнения

1. Оборудование экологического медицинского стационара и профилактория в сельской или курортной зоне, с окружающей его зоной экологически чистого сельского хозяйства.

2. Организация детского учебно-оздоровительного комплекса для детей, проживающих в данном регионе и детской здравницы для больных детей.

3. Создание профилактория для беременных женщин в комплексе: «школа здоровья», где оздоровляется будущая мать, и родильный дом, где женщина правильно рожает и обучается уходу за новорожденным.

4. Создание экологически чистой производственной зоны с утилизацией отходов и

получением экологически чистых энергетических ресурсов.

Ожидаемые результаты:

– Резкое сокращение заболеваемости в молодом возрасте, а также в среднем и пожилом.

– Сокращение смертности населения в среднем возрасте.

– Резкое сокращение детской заболеваемости и смертности, в перспективе – ликвидация детской заболеваемости.

– Повышение уровня здоровья человеческой популяции.

– Резкое сокращение и в перспективе – ликвидация таких антисоциальных явлений, как наркомания и преступность, т.к. неправильное социальное поведение определяется также и искаженным химизмом мозга человека.

– Улучшение и облагораживание экологической среды в ноосферном регионе, экологическая реабилитация региона.

Программа социальной (экологической и экономической) оптимизации ограниченной человеческой популяции (село, станица)

Экополис. Возрождение этноса. Восстановление экологической среды обитания

Переориентация сельской участковой больницы на метод естественного неспецифического лечения. Организация гигиенического, физиологического целесообразного питания в детском саду и в школе. Проведение в этих учреждениях лектория для больных, учеников, их родителей в всех желающих о гигиене питания и гигиенических, рациональных способах ведения сельского хозяйства.

В центре – нужды человека

Любая деятельность в экологической зоне оценивается и реализуется в зависимости от того, как она отвечает на вопрос «полезно или вредно?» для физического, психического и социального статуса членов социума, т.е. в социуме господствует категория целесообразности человеческой деятельности, которая *экологически ориентирована*.

Рекультивация земель

Развитие экологически рентабельных, восстанавливающих биосферу отраслей сельского хозяйства: садоводство, севооборот, пчеловодство, огородные культуры, орехоплодные. Исключение химизации сельского хозяйства. Удобрение земель обработанными по специальным методикам травяными смесями. Энтомологическая и фитоцидная защита растений. Животноводство и птицеводство – исключительно

нерентабельная отрасль сельского хозяйства, к тому же сильно загрязняющая среду обитания людей. Содержания ограниченного поголовья коз и коров с целью получения целебного для детей молока и молочных продуктов и яйценоских кур.

Восстановление здоровья человеческой популяции осуществляется

а) в экологически чистых лечебных учреждениях, где лечение проводится без химиопрепаратов, антибиотиков и гормонов, при воздействии на больной организм только природными факторами:

1) чистого воздуха (легкие ионы, озон) – море, высокогорье, лес;

2) бальнеолечение с питьем талой воды, возможно, природные источники талой воды;

3) солнечной инсоляции;

4) фитотерапии, сокотерапии;

5) лечение питанием (свежие фрукты, овощи, орехи, мед, пищевые травы);

6) лечение силами самою организма, восстановление его фармакодинамики путем очищения-реализации принципа саморегуляции. В частности алиментарная депривация – воздержание от пищи и восстановление сырой растительной пищей.

7) просвещением и обучением больного принципам лечения болезни, объясненнем ему механизмов развития болезни.

б) создание профилакториев, где проводится естественная профилактика болезней не больных еще людей вышеуказанными методами;

в) создание профилакториев для беременных женщин. Обучение гигиеническим навыкам очищения собственного организма и питания – с целью рождения здорового ребенка;

г) создание детских садов и школ с питанием, соответствующим физиологическим потребностям человека вообще и в частности детей.

Экологическая зона

1. Экологически чистое сельское хозяйство.

2. Экологически чистое лечебное учреждение – стационар (сельская участковая больница): лечение острых и хронических заболеваний с одновременным обучением методам саногенеза и самокоррекции.

3. Зеленая зона: сад, поле – обеспечит здравницу фруктами, овощами, ягодами, орехами, медом, лечебными травами (люцерна, щавель, зеленая масса пшеницы) и злаками (пшеница, гречиха, овес, ячмень).

Пасека. Парники: свежие овощи.

4. Бальнеолечебница. Библиотека. Фонотека. Художественная мастерская.

5. Цветник-аромотерапия.

6. Профилакторий для групп риска – лечение в стадии предболезни городских контингентов населения.

Избавление от алкогольной и никитиновой зависимости.

7. Школа, детский сад. Физиологическое эклогически целесообразное питание.

8. Профилакторий для беременных: токсикозы беременности и детские болезни. Внутриутробное воспитание здорового плода – осуществление профилактики детских болезней (пренатальная профилактика).

9. Родильный дом с применением прогрессивных методов родовспоможения: роды в воде, обучение плаванию новорожденных.

10. Интернат-пансионат для одиноких пожилых людей, которые могут заняться пчеловодством, садом, обучением народным ремеслам, возрождением песенной народной традиции, народного фольклора и траволечения.

В таком социально-оздоровительном комплексе охвачены все группы населения. Реальна перспектива сокращения заболеваемости в социуме, а также изменение способов и методов хозяйствования с максимальной экологизацией сельского хозяйства.

Подобный комплекс станет методической базой для обучения врачей естественным методам лечения и экологической медицине, оздоровления и воспитания врачей и среднего медперсонала – «учителей здоровья», народных целителей.

Возможна также метод. переориентация агрономов на экологически чистое ведение сельского хозяйства. В целом комплекс – это «ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ», результатом работы которой станет:

1) излечение острых болезней (в т. ч. детских);

2) тем самым, предотвращение хронизации заболевания и трансформация одного патологического состояния в другое. Сокращение заболеваемости в популяции. Снижение смертности населения. Обеспечение естественного прироста населения.

Функции этих учреждений

Лечение донозологических состояний: ожирение, гипертония, аллергическая реакция, всевозможные обменные нарушения, предотвращение инфаркта миокарда, инсультов, диабета, бронхиальной астмы, заболевания почек, пневмонии и т.п. Лечение острых заболеваний без применения медикаментов.

Лечение хронических состояний, их максимальная коррекция:

– хронические заболевания дыхательной системы;

– пищеварительного тракта;

– нервной системы.

Остаточные явления перенесенного вирусного гепатита, гриппа.

Сердечно-сосудистые заболевания.

Гигиенические и практические навыки, полученные будущей матерью в профилактории позволят ей вырастить здорового ребенка.

Функции комплекса

Медицинская (лечебная и профилактическая).

Просветительная (гигиеническая экологическая сельскохозяйственная, медицинская, педагогическая культура).

Рекреационно-оздоровительная – лечебный туризм.

Методическое обучение врачей-натуропатов, агрономов-экологов.

Экологическая: восстановление здоровья популяции и среды.

Результаты работы

Сокращение заболеваемости в популяции, повышение уровня здоровья населения. Избавление от алкогольной, никотиневой и лекарственной зависимости. Улучшение генофона нации. Духовное национальное возрождение (церковь, духовная школа, фольклор, ремесла, живопись-лубок, школы искусств в селе, гончарное дело). Избавление от рабства техногенной цивилизации, ведущей к бездуховности и физической гибели, возвращение к духовности путем создания высокой аграрной цивилизации.

Производственная зона

Перерабатывающие предприятия: минилинии, производство пектина, сушка плодов (ягоды, тыква, дыня, шелковица, инжир, лекарственные травы и т. д.).

Консервирование натуральных фруктовых соков. Выработка растительных масел.

Ветряки – мука и крупы цельного помола, выпечка зернового хлеба.

Художественные промыслы. Конный завод. Методические центры: медицинский, гигиенический, сельскохозяйственный, спортивно-педагогический.

Экологически целесообразная утилизация отходов, получение нетрадиционных, экологически чистых видов энергии.

Детский сад «ЗДОРОВЬЕ»

Дети больные аллергией… Наша боль и полная беспомощность. Как им помочь? Как их вылечить? Как им жить в этом мире, полном цветочной пыльцы, амброзии, сырости, ветра, домашней пыли, красных фруктов и оранжевых овощей? Как им жить, кашляющим и задыхающимся от любой пылинки, не выносящим меда, апельсинов, клубники? Где найти этим больным детям источники здоровья, если не в овощах и фруктах, богатых каротином и красным пигментом, источником гемоглобина крови? Могут ли дать им здоровье лекарства, подавляющие симптомы заболевания: зуд, кашель? Тем более, гормональные мази, широко назначаемые дерматологами? Или наоборот, могут нанести больным детям непоправимый вред? Вызвать нарушения в имунной системе, сделать их через 10–15 лет жертвами СПИДа?

Почему возникает аллергическое состояние у ребенка? Потому что иммунная система реагирует больше, чем нужно, избыточно реагирует на какой-то раздражитель, тот, который вызывает аллергию. Но иммунная система доведена до такого состояния чужеродными белками, попадающими в организм с пищей или лекарствами. Только белковая молекула, введенная в организм, способна вызвать иммунный ответ в виде антитела – другой белковой молекулы или клетки, которая стремится уничтожить «чужака». Любой организм хочет сохранить в чистоте белковую специфичность, как видовую так и индивидуальную. А ведь ребенок ест мясо коровы, свиньи, овцы, курицы, утки, рыбы, ест куриные яйца, пьет коровье молоко – все это белковые продукты, очень сильно отличающиеся по строению молекулы от наших собственных и, потому, вызывающие у нас непрерывно образование новых и новых клеток, призванных их же разрушать.

А иммунные сыворотки, вводимые для профилактики инфекции – специально с целью образования новых антител против микробов-возбудителей кори, коклюша, дифтерии, паротита?

Ох, нелегко перехитрить природу, а говоря по правде – невозможно. Избавляемся от инфекции, приходим к иммуннодефициту; изгнали оспу, получили СПИД.

Так как же нам быть с детьми-аллергиками? Чем их кормить, чтобы не вызывать избыточных тканевых реакций, расцветающих на коже сыпью, диатезом или забивающих дыхательные пути слизью?

Кормить свежими фруктами и овощами круглый год! Тогда нам не стыдно будет смотреть в глаза больным малышам, которых мы лишаем меда, цитрусовых, самых ценных красных и оранжевых фруктов и овощей, зато не лишаем таблеток и уколов.

Тогда мы сможем дать им с пищей – биологическую энергию, запасенную в овощах и фруктах в процессе фотосинтеза, все витамины и микроэлементы, так необходимые для правильного роста и развития ребенка, полноценные углеводы фруктов и овощей, растительные белки орехов и зелени. Добавив к этому обливание водой и облучение солнечными лучами, мы дадим ребенку всю животворящую силу природы, т.е. больной ребенок выздоровеет, а здоровый – не забелеет. Да, не заболеет никогда и ничем, а будет прекрасно расти и перегонит сверстников в физическом и умственном развитии.

Но как же это сделать? Родители работают, а дети ходят в детский сад – и здоровые, и не очень здоровые – ходят. А там их кормят соответственно «натуральным» нормам питания: мясом, макаронами, молочными кашами, чаще, манной и рисовой, компотами, печеньем, сладким чаем, но, отнюдь, не медом, лимонами, орехами и изобилием свежих фруктов и овощей.

То есть при таком питании абсолютно мифической становится возможность избавиться от аллергии, зато очень реальна другая возможность – приобрести ее. И не только аллергию, но ангину, ОРЗ, бронхит, пневмонию, гайморит и даже гастрит и язву желудка, не говоря уже об инфекционном гепатите.

Поэтому мы решили создать частный детский сад для детей, страдающих аллергическими заболеваниями.

Правильное раздельное питание, о котором мы говорили выше, гарантирует излечение этих детей без лекарств. У нас уже много детей, которые избавились от аллергии в течение 3–6 месяцев при физиологически адаптированном питании, детей, прошедших курсы против аллергического лечения и многие другие, вплоть до лечения у экстрасенсов. Излечение же наступило только после очищения организма и правильного питания.

И поэтому мы просим всех заинтересованных в этом родителей прислать свои соображения, советы, предложения, по адресу: г. Краснодар, ул. Лузана. Библиотека им. Крупской, врачу Оганян Марве Вагаршаковне. Тел. 8-918-488-37-78 или 24-38-27. Библиотека, в субботу с 9.00 до 13.00.

У нас пока нет ничего, кроме желания помочь больным детям и врача, который гарантирует их излечение.

Мы нуждаемся в помещении, воспитателях, нянечках! Просим откликнуться!

Умейте болеть

Не за горами осень с первыми заморозками, холодным дождем и ветром. Всем известно, что несут с собой холода: простуду, кашель, иногда с высокой температурой, особенно у детей. За осенью наступает зима с морозами, и тут уже вольготно чувствует себя вирус гриппа. Люди болеют, иногда получая тяжелые осложнения на сердце, почки, легкие. Как же избежать этих бед и болезней? И можно ли уберечься от простуды, полностью обезопасить себя от нее или от контакта с вирусом? Видимо, это невозможно: и холод, и любой микроб существуют повсеместно. А как же все-таки не заболеть?

Давайте подумаем, что происходит с нами во время простуды: начинаются кашель, гнойные выделения из носа, т.е. природа очищает нас. Как вести себя в этом случае? Подавлять симптомы болезни жаропонижающими, пить таблетки против кашля или дать организму очиститься? Наверное, же, лучше очиститься. Ведь гнойная мокрота из легких или выделения из носа не возникают от сырости и холодного ветра. Они уже есть в нас, они образовались в наших органах задолго до того, как мы простудились, а простуда только помогает всему этому хламу выйти наружу. А чтобы ускорить этот процесс и сделать его благотворным, полезным для организма ребенка или взрослого, нужно сразу же начинать очищение организма через главные очистительные пути – печень, кишечник, т.е. пить отвары слабительных трав, делать ежедневно 2–3 раза промывания кишечника, пить отвары трав, очищающих легкие, печень и почки, с медом и обязательно кислыми соками – лимона, граната, калины, облепихи. При этом ничего не есть. Такое 3–5-дневное голодание выводит из организма огромное количество шлаков, усиливаются отхаркивание мокроты из легких, выделение из носа, и через 5–7 дней человек совершенно здоров.

Никаких медикаментов принимать нельзя, особенно – детям, так как лекарства

вызывают аллергические состояния и леченные антибиотиками ангины или бронхиты оборачиваются бронхиальной астмой, экземой, псориазом или даже эпилепсией или лейкозом через месяцы или годы.

Курс естественной профилактики и лечения болезней особенно необходимо пройти беременным женщинам для рождения здорового ребенка. Ведь здоровье ребенка, его подверженность простуде или аллергии зависит на прямую от питания матери во время беременности. Правильное питание и очищения организма беременной женщины гарантирует рождение здорового ребенка, который не заболеет ни ангиной, ни бронхитом, ни даже дифтерией, несмотря на простуду и распространение инфекции. Такие дети не причиняют никаких огорчений родителям своими болезнями, прекрасно растут и развиваются при условии их правильного грудного вскармливания.

Как не заболеть гипертонической болезнью?

Болезнь эта в настоящее время, самое распространенное на планете патологическое состояние. Если раньше она считалась болезнью пожилого возраста, то теперь все чаще у молодых людей возникают так называемые злокачественные формы гипертонической болезни, приводящие через 5–10 лет к почечной недостаточности – склерозированию почек, «первично-сморщенной почке».

Существует множество факторов риска, предрасполагающих к возникновению гипертонии: наследственность, курение, переедание, ожирение, длительные физические и нервные перегрузки. Различают симптоматическую гипертонию и эссенциальную, причину которой невозможно установить. Гипертоническая болезнь в медицине рассматривается уже не как болезнь, а как «образ жизни» с обязательным и постоянным приемом препаратов, снимающих сосудистый спазм – спазмолитиков. Безусловно, за последние 10 лет в мире синтезировано не менее полусотни новых спазмолитиков, среди которых эталоном считается почему-то капотен. К чему ведет подобный путь лечения болезни, знают лучше всех сами больные: к возникновению неизлечимых заболеваний.

Практика лечения больных гипертонией естественными методами в нашей стране и за рубежом проясняет все необъяснимое в возникновении и течении этой болезни и позволяет полностью вылечить ее без приема лекарств. Выясняется, во-первых, что нет гипертонии, возникшей неизвестно откуда, первичной «эссенциальной» (по терминологии акад. Ланга), а всякая гипертония является признаком очень серьезной опасности для организма, а именно: заболевания почек, возникающего уже в детском возрасте и часто текущего бессимптомно. Именно болезнь почек, перенесенная в детстве, может дать в 18–20 лет, «злокачественную» гипертонию, очень трудно поддающуюся лекарственному лечению, что совершенно понятно, ведь лекарства от гипертонии направлены на ликвидацию сосудистого спазма, а в юношеском возрасте сосуды эластичны. Здесь нужна совершенно иная тактика, не введение в организм загрязняющих внутреннюю среду препаратов, а освобождение его от гнойных токсинов, вызвавших в детстве заболевание почек, а теперь вызывающих спазм всего сосудистого русла.

Очищенные ткани, клетки, освобожденные от токсических включений, начинают реализовывать свою собственную фармакологическую активность и приводят к оптимуму все физиологические процессы в организме, а для этого нужно только одно: не мешать заболевшему организму очищаться (прежде всего – не вредить), не вводить лекарства, помогать ему создать условия для реализации процессов

аутолиза – саморастворения и выделения огромного количества токсичных продуктов, накопленных в тканях в основном в виде слизи и гноя. Наличие любого гнойного очага в организме поддерживает болезненное состояние почек и повышенное артериальное давление, хотя заболевание почек может и не обнаруживаться современными методами диагностики.

Когда начинают повреждаться почки? В самом раннем детстве, при первой же ангине или воспалении легких – при первом гнойном процессе в организме. Гнойные токсины поступают в кровь, достигают почек и вызывают первый небольшой сосудистый спазм. В течение жизни этот процесс повторяется неоднократно, иногда незаметно для человека (не всегда болезнь дает о себе знать, более половины заболеваний проходят абротивно, и это обнаруживается при иридодиагностике). Но с течением времени тайное становится явным, и нарушение здоровья проявляется или внезапным ухудшения самочувствия больного, или обнаруживается при профилактическом осмотре повышенным АД.

А поводом к возникновению гипертонической болезни очень часто становятся разнообразные нервные перегрузки, длительные дистрессы. Компенсированное состояние организма превращается в декомпенсированное, нередко артериальное давление повышается до высоких цифр, угрожающих здоровью и жизни. Наступает гипертонический криз не только у тех, кто не лечился или не знал о своем заболевании, но и у тех, кто лечился, и даже находился на диспансерном учете. Такие состояния уже требуют немедленного и активного лекарственного лечения.

Но любой из нас имеет возможность лечиться, пока не заболел, не доводить себя до крайних, опасных для жизни состояний, а регулярно очищать организм от скопляющихся в нем ядов, отбросов, шлаков, чтобы они в один прекрасный день не захлестнули его, не вызвали инсульт, диабет, инфаркт, миокардит, острый ревматизм, бронхиальную астму и тому подобные беды. «Природа проста и не роскошествует причинами», – писал М. Ломоносов.

Итак, мы уяснили, что загрязненные почки повреждаются и ведут к повышению АД. В этом смысле должны насторожить все перенесенные в детстве (и в любом возрасте) заболевания почек и, кроме того, гнойные процессы, обнаруженные у больного, будь то ангина, гнойный бронхит, фурункулез, аппендицит.

Что же делать больному гипертонической болезнью или пока еще здоровому для того, чтобы не заболеть? Очищать организм! Как? Промываниями полостей, периодическим воздержанием от пищи (но принимать травяные настои, цитрусовые соки, фруктово-овощные диеты). Что дают промывания, и воздержание от пищи в течение 3–7 дней? Они дают великолепное очищение тканей в результате саморастворения (аутолиза) и выделения скапливающихся в них отбросов обмена. Очищение идет всеми возможными путями: через кишечник, почки, кожу, легкие. Начинаются кашель и выделение мокроты, выделения из носа. Промывания кишечника помогают вывести из организма основную массу токсинов, питье травяных настоев облегчает очищение желчных и мочевыводящих путей, а также легких и бронхов. Ту же роль выполняют цитрусовые, фруктовые соки. Весь этот процесс очищения стоит организму немалых усилий, и проводить его нужно в благоприятствующей обстановке, т.е. нужно обеспечить больному покой, чистый воздух, обилие фруктов и овощей. Это лучше всего делать вне города, в условиях села, курорта, где в какой-то мере сохранена экология среды, которая помогает восстановлению экологии организма. Можно такое лечение проводить в условиях участковой больницы, которую нужно адаптировать к лечению естественными методами.

Есть еще один вопрос исключительной социальной важности: как избежать повышения артериального давления у беременных женщин? Ведь в дальнейшем это очень часто становится гипертонической болезнью, не дает возможности иметь детей еще молодой женщине. Ответ таков: необходимо отчищать организм беременной женщины полноценной и доброкачественной растительной пищей (сырые фрукты и овощи, свежие соки) в течение 3–6 недель в первой половине беременности. Это позволит ей избежать очень многих неприятностей во время родов и после, гарантирует здоровье матери и ребенку. Подобное очищение нужно проводить под наблюдением врача и, что очень желательно, в экологически чистом стационарном профилактическом учреждении. Расходы на подобные мероприятия окупятся многократно рождением здорового ребенка и сохранят здоровье женщины в репродуктивном возрасте.

Ниже, мы приводим примерный профилактический и лечебный режим при гипертонической болезни: исключить из пищи мясные продукты (птицу, рыбу), резко ограничить молочные продукты, особенно творог, оставить сливки, сметану, сливочное масло.

Дневное меню по сезону: утром – фрукты свежие или сухофрукты размоченные. В летний сезон фруктовая еда может быть принята 2 раза – в 9 и 12 часов.

После часу дня – овощные продукты, обязательно салаты из свежих трав и овощей в разнообразных сочетаниях, в том числе – морковь, петрушка, сельдерей, щавель, крапива, капуста, укроп (и семена), черемша, портулак, салат-латук, пастернак, редис, зеленый лук и т.п. с добавлением орехов, подсолнечного масла, сметаны, затем – овощные рагу, приготовленные с малым количеством воды (на пару), с добавлением масла после готовности, вместо пищевой соли – морская соль или сухая морская капуста – ламинария. Рагу можно заменить любыми печеными овощами с маслом или кашами, приготовленными на воде с добавлением масла после готовности. Молочные каши вызывают нарушение пищеварения и недопустимы при таком питании. Из круп можно применить все, кроме очищенных – манной и рисовой. Необходимо отказаться от макаронных и кондитерских изделий из белой муки и хлеба, выпеченного на пекарских дрожжах, т.е. того, который мы можем купить в магазине, будь то черный или белый хлеб. Допустимы только диабетические булочки «Здоровье» с отрубями.

На таком фоне питания приносят реальную пользу лекарственные травы и мед, применяемые натощак.

Настои трав (спорыш, толокнянка, мята, мелиса, душица, подорожник, шиповник, лавровый лист по 1 столовой ложке на 2,5 литра кипятка), выпиваемые по 6–8 стаканов в течение дня с добавлением меда (1–2 чайные ложки на 1 стакан), и цитрусовых соков (1–2 лимона в день) при полном воздержании от пищи в течение 7 – 14 дней способны нормализовать АД у 95% больных. Обязательны одновременные промывания кишечника раствором питьевой соды (1 чайная ложка на 2 литра теплой воды) и одно– или двукратное питье слабительных, лучше всего сульфата магния, если нет язвенных процессов желудочно-кишечного тракта.

Опять дисбактериоз?

Врачу, профессионально занимающемуся больными людьми – детьми и взрослыми, известно прошлое, настоящее и будущее больного, потому что таких больных разных возрастов он наблюдает великое множество. И он знает, что

пятилетний мальчик, вылечившийся сегодня от дисбактериоза с помощью антибиотиков, в 15–20 лет будет иметь аллергические реакции на пыльцу растений или на красные овощи и фрукты, а тем более на лекарство. Вполне вероятно, что он заработает бронхиальную астму или же если у него достаточно сильная иммунная система и она не даст декомпенсацию в 20 лет, его организм, продолжая «упаковывать» в клетках всякого рода шлаки от свинца, летающего в воздухе в выхлопных газах машин, до пищевых отбросов, даст сбой в 40–45 лет в виде диабета, инфаркта, рака, до мало ли чего.

Увы, таковы законы природы, и невозможно ни бороться с ними (убивать антибиотиками всю микрофлору кишечника, а потом засевать ее с помощью культуры полезных бактерий – бактисубтил, колибактерин и т.д.), ни обойти их.

Природу нельзя обмануть, вернее, обмануть можно на время, потом она обязательно накажет вас за этот обман более жестоко, и только человеческая близорукость не позволяет увидеть этот неизбежный закон жизни. Ни мама, ни врачи не увидят связи между астмой в 15 лет, раком в 45 лет и дисбактериозом в 5 лет. Во-первых, человека в 5, 15 и 45 лет лечат разные врачи – педиатр, подростковый врач и терапевт. Что происходило у одного врача, мало интересует другого, ведь он лечит больного сегодня, ликвидирует симптомы болезни, которая загоняется вглубь. А мама? Через 40 лет это будет совсем другая мама, и сама будет нуждаться в уходе и лечении. Где уж ей поить кефиром свое сорокапятилетнее «дитя», да и поможет ли тут кефир, заквашенный на лактобактерине? Тут поможет только нож хирурга, пусть даже это простейший аппендицит – а кто сказал, что он не связан с перенесенным дисбактериозом?

Необходимо знать и ликвидировать, прежде всего, причину болезни – и изобретать способы лечения в виде фурадомедона и бактисубтила не будет нужно, потому что организм вылечит себя сам, и это будет уже полное выздоровление на всю жизнь, а не ликвидация симптомов.

Итак, уважаемые родители детей, страдающих дисбактериозом! Почему он возник у вашего ребенка? Очевидно, потому, что среда в тонком и толстом кишечнике была неблагоприятной для нормальной кишечной микрофлоры, т.е. кишечной палочки, нашего защитника, которая синтезирует для нас жизненно необходимые витамины (B12, C) и аминокислоты из целлюлозы, т.е. оболочки растительных клеток. Но чтобы она могла это делать, у нее должно быть достаточно этой пищи. Где же она, если мы даем ребенку преимущественно вареную пищу, значительная часть которой – молочные и мясные продукты – белки животного происхождения, без которых ребенок якобы не может вырасти. (Как будто это – не человеческое дитя, а какой-нибудь волчонок или тигренок.) Удивительно, в какие дебри, в какие темные джунгли цивилизации завели нас эти животные белки, а попросту – мясо убитых животных, птиц и рыб, т.е. трупный материал, гниющий в нашем кишечнике. Переварить его человек не в состоянии в силу своего физиологического устройства. Опять же законы природы нарушаются грубо, т.е. человеческий желудочный сок не обладает достаточным количеством кислоты и ферментов, чтобы расщепить белки мяса. Оно не переваренным проходит в кишечник и там, в щелочной среде не может расщепиться до аминокислот, а может только гнить, и так пока не пройдет весь тонкий и толстый кишечник – а это 5–6 часов. За это время, конечно, вдогонку будет послано немало другой еды: хлеб, картофель, молоко, масло, каши, фрукты – и все (или почти все) проваренное и прожаренное, т.е. лишенное биологической энергии, мертвое. Вся эта пищевая смесь создает в кишечнике массу, подверженную гниению и одновременно брожению, ведь в ней есть и сахар (сладости, фрукты), и крахмал (хлеб, крупа, картофель), и белки. В такой среде кишечная палочка существовать не

может, тем более размножаться и готовить для организма нужные ему витамины и белки. Она может только кое-как прозябать и погибать, удушенная гнилостной и бродильной микрофлорой. Кстати, гниение, которому подвержены в кишечнике белковые продукты (мясо, молоко), и есть единственная причина любого аппендицита – от катарального до гнойного с перитонитом.

Теперь давайте подумаем, поможет ли при этой ситуации, возникшей в кишечнике, антибиотик фуразомедон? Он убьет (это уж точно!) всю микрофлору, тем более при длительном применении (3 курса по 10 дней), а процессы гниения и брожения в кишечнике будут продолжаться и даже усугубляться, так как организм, особенно детский, при приеме антибиотиков ослабляет свои собственные возможности синтезировать ферменты, необходимые ему для пищеварения. Антибиотики, принятые по любому поводу, ничего, кроме дисбактериоза и ослабления иммунной системы организма, вызвать не могут, хотя убивают микробы, вызвавшие болезнь, спору нет. Например, вылечивают ангину, воспаление легких. Но это только если организм достаточно силен, чтобы скомпенсировать их вредное действие. Но ведь иммунная система наших детей подорвана из-за загрязнения среды уже в материнском организме, в котором они вынашивались, и потому теперь, после 200 лет загрязнения среды обитания человека химией и лекарствами, давать детям какие-либо лекарства, тем более антибиотики, нельзя ни в коем случае. Теперь они не способны вылечить, и потому вместе с ними стали применять очень часто гормональные препараты – сильно действующие, очень агрессивные, подавляющие болезнь и разрушающие организм.

А кто сказал, что ту же ангину или пневмонию у ребенка (да и у взрослого) нельзя вылечить очищением организма, голоданием с включением питья лечебных трав и меда и промыванием кишечника? Можно вылечить значительно быстрее – за 4–7 дней, и вылечить реально, без последующих осложнений в виде лимфогранулематоза, бронхиальной астмы, экземы, диатеза, псориаза.

А как же все-таки быть с дисбактериозом? Мыть кишечник как можно тщательнее (клизмы с отварами трав по 3 раза подряд в течение 7–10 дней), не принимать пищи никакой, чтобы не загрязнять некоторое время кишечник. Дети прекрасно переносят 3–4-дневные голодания с питьем отваров трав с медом и соком лимона, граната, калины и т.п. Затем, продолжая промывание кишечника (через день или через два дня), пить свежевыжатые фруктовые и овощные соки в определенных сочетаниях. Лучше всего это делать по книге Н. Уокера «Сырые овощные соки». Кушать так: первую неделю – только фрукты, затем 4–8 недель – питье отвара лечебных трав, соков, еда – свежие сочные фрукты в 11 и в 15 часов, а в 19 – протертые через пластмассовую терку овощи: морковь, свеклу, болгарский перец (лучше красный), чеснок, лук, помидоры, огурцы, кабачки, мелко нарезанную зелень, особенно щавель, укроп, реган, кинзу. Овощи можно сочетать по вкусу ребенка. В салаты и соки можно добавлять по 1–2 сырых яичных желтка, в салаты добавлять проросшие перемолотые зерна пшеницы, пшеничные отруби, овсяные хлопья, грецкие орехи. Только таким образом можно создать истинное питание для тканей организма и нормальную среду в кишечнике. В этой среде очень успешно будет развиваться собственная, а не заселенная кишечная палочка, она будет жизнеспособна и не потребуется повторных пересевов. Организм ребенка получит все необходимые ему витамины и аминокислоты для синтеза собственного человеческого белка из натуральных растительных продуктов, а не из мяса свиньи, коровы или курицы, которое чужеродно для человека. И вдобавок ко всему нарушает его иммунную систему, как всякий чужеродный белок – микроб, вакцина и т.д.

Промывания кишечника не вымывают кишечную палочку. Они только удаляют

гниющие массы, нагноившуюся слизистую стенок толстого кишечника и создают условия для успешного роста и питания нормальной микрофлоры. К тому же способствуют очищению дыхательных органов – бронхов, придаточных пазух носа, т.е. одновременно с дисбактериозом вы вылечиваете у ребенка или взрослого ангину, бронхит, бронхиальную астму, гайморит; боли вобласти сердца (ИБС, стенокардия) – предохраняете себя от будущего инфаркта. Вылечивая обменные нарушения, избавляетесь от диабета, от угрозы рака или псориаза, и т.д.

Иными словами, нельзя лечить одну болезнь (дисбактериоз). В организме все органы связаны воедино кровью, питающей их, и при заболевании одного органа (кишечник, печень, легкие и т.д.) заболевают все остальные. При правильном лечении без лекарств вылечиваются сразу все органы и все болезни!

В нашем центре экологической медицины (Краснодар, ул. Лузана, 8, библиотека им. Крупской, суббота, с 9 до 12) мы вылечили сотни детей с самыми различными болезнями, побывавших во всех больницах, у экстрасенсов, бабок, и т. д. и т. п., прошедших даже реанимационные отделения. А вылечили их в конце концов только собственные мамы, разумные, внимательные женщины, которые не поленились выслушать и понять все то, чему учили их врачи в нашем центре, и выполняли дома все это очень точно и аккуратно. И наступало чудо, чудо Природы, так сказать, потому что Природа – наша мать, и если мы, ее дети, слушаемся ее, она нас вознаграждает щедро. Дети поправлялись на глазах – кто через семь дней, кто через семь месяцев, но выздоравливали все, и все имели нормальные лабораторные анализы кишечного содержимого в конце лечения. Вместе с детьми лечились, и мамы и вылечивали все свои болячки, на которые они не обращали внимания, будучи поглощенными болезнью ребенка. Но, оказывается, можно добиться того, чтобы здоровы были все, стоит только прислушиваться к голосу нашей матери Природы.

Эпидемия, которой не было?

Словом, очередная кампания набирает темпы. Но, быть может, прежде чем вновь отдаться во власть столь привычному стадному чувству, имеет смысл выслушать и голос несогласия? Мой собеседник – вирусолог, кандидат биологических наук, член Российского национального комитета по биоэтике Галина Червонская.

– Галина Петровна, действительно ли вы противник прививок?

– Я против того, чтобы прививки делались вслепую, без индивидуального полхода, обследования. Ведь прививать надо не веех, а только восприимчивых к той или иной инфекции. Я – за грамотное проведение прививок. Даже борясь с такик грозным заболеванием, как, скажем, оспа. В бывшем же СССР тотальная вакцинация против оспы продолжалась вплоть до 1980 года. Несмотря на серьезнейшие противопрививочные осложнения, вызывавшие, в частности, поражение центральной нервной системы. Но тогда эта тема для общественности была закрытой.

В других странах прививки против оспы делали только тем, кто имел контакты с зараженными. Причем «контактных» помещали в карантин, проводили иные меры профилактики.

У нас же – тотальный охват: «Советский Союз всегда занимал ведущее место в мире по массовости планового использования вакцин… что является оригинальностью нашей позиции…» – писал Петр Бургасов, бывший главный

санитарный врач страны. Увы, вчерашнюю «оригинальность» мы сохраняем и сегодня, у нас пытаются бороться с дифтерией, как с оспой.

– Но не поздно ли говорить о грамотном проведении прививок, когда эпидемия уже разразилась и люди умирают от дифтерии?

– Отвечу вопросом на вопрос: почему от дифтерии умирают взрослые люди – им же наверняка делали прививки в детском возрасте? Значит, не в прививках дело. Ими не остановить эпидемию. Необходим комплекс мер. В частности, энергичная деятельность диагностических служб Комитета санитарно-эпидемиологического надзора. Мне кажется, что он утрачивает контроль над ситуацией.

– А правомерно ли говорить об эпидемии дифтерии? Может быть, это просто вспышка болезни?

– Действительно, объявленная «эпидемия» производит странное впечатление. В мировой практике известны пять степеней распространенности инфекционных заболеваний в расчете на 100 тысяч населения – от наибольшей до редко встречающейся. Так вот, если из публикуемых у нас разнящихся между собой данных взять даже самые высокие цифры, ситуация вписывается в четвертую категорию – сравнительно малораспространенное заболевание: до 10 случаев на 100 тысяч населения.

За один год в Москве умерли от туберкулеза 824 человека, от дифтерии же за пять лет – 68 человек. Почему же тогда раздувается опасность «эпидемии дифтерии»?

Может быть, это просто форма давления на «непокорных», которые, прежде чем согласиться на прививку, хотят знать, учтут ли их индивидуальные противопоказания. Не произойдет ли так, что вы получите чужеродные белки в смеси с химическими добавками, например ртутной солью и формальдегидом?

Я бы предложила еще несколько версий, объясняющих, почему Госсанэпиднадзор объявляет дифтерию самым страшным врагом. Во-первых, легче бороться с тем злом, которого меньше.

Во-вторых, это может быть связано с французской фирмой «Пастер Мерье», которая привезла к нам противодифтерийную вакцину с обнаруженным в ней мертиолятом – ртутьсодержащей солью. В Европе производство мертиолята запрещено, и он не находит там сбыта. К нам – пожалуйста.

Кстати, фирма «Пастер Мерье» знаменита теперь еще и тем, что она продала сывороточные препараты, которые вызвали заболевание СПИДом, вокруг чего, естественно, разразился мировой скандал.

Получается, что в наших условиях борьба с дифтерией более опасна, чем ее вспышка. Прививки без предварительной диагности могут дать и другие негативные результаты. К примеру, у значительной части населения будет снижен естественный иммунитет, приобретенный, скажем, в результате дифтерии, перенесенной в форме ангин, тонзиллитоз, ОРЗ и т.д. Определенной категории пациентов прививки с введением в организм чужеродных белков в смеси с химическими добавками принесут вред, но не обеспечат иммунитета против дифтерии.

– Как же тогда поступать пациентам?

– Люди должны знать, что прививка – это не просто легкий укольчик, а очень серьезное вмешательство в человеческий организм. Необходимо требовать предварительного обследования, которое покажет насколько обоснованно это вмешательство.

В ходе нашей беседы обозначились две главные проблемы: как обеспечить индивидуальный подход при вакцинации и насколько качественны используемые вакцины. В федеральной программе «Вакцино-профклактика» на 1993–1997 годы, кстати, отмечается низкий уровень контроля за качеством выпускаемых вакцин, крайне неудовлетворительное состояние материальной базы и технического оснащения предприятий, производящих иммунобиологические препараты. Удивительно, что, признавая все это, творцы программы все же отстаивают принцип массовой вакцинации.

Правда, программой предусматривается введение обязательного медицинского страхования от возможных осложнений после прививок, внедрение прививочного сертификата, и т.д. Но когда это будет?

Скорее возьмутся за реализацию таких, например, мер, как «экономическое стимулирование медицинских работников за своевременное проведение и достижение высокого уровня охвата профилактическими прививками».

Каждый гражданин оказывается в ситуации риска: либо пройти вакцинацию с возможностью получить осложнения, либо отказаться от нее и подвергаться опасности заболеть дифтерией. Так, может быть, властям, пока не обеспечено надлежащее качество вакцин, оставить право выбора за гражданами?

Борис ЮДИН

Дифтерия: прививка или болезнь?

В газете МН от 19 декабря 1993 года помещена беседа с вирусологом, кандидатом биологических наук Галиной Червоненко: «Эпидемия, которой не было?» В ней содержится обоснованное опасение массовой бесконтрольной (без предварительного медицинского обследования) вакцинацией населения против дифтерии и приводится ряд доводов, обосновывающих эти опасения: сама профилактическая прививка весьма небезопасна из-за содержащегося в ней консерванта – ртутного препарата – мертиолята, хотя бы в «ничтожной» дозе (яд есть яд!), а самое главное – иммунизация – это вмешательство в работу иммунной системы (а, следовательно, гормональной и всего обмена веществ), что небезразлично для организма и взрослого и, тем более, детского. Вопрос становится ясным, если рассмотреть его с точки зрения тех биохимических механизмов, которые протекают в организме. Что такое противодифтерийная вакцина? Это чужеродный организму белок, введенный в ткани и запускающий длиннейшую цепочку иммунных, т. е. тканевых ответов организма на этот самый белок-чужак, который есть ни что иное, как ослабленный дифтеритный микроб, неспособный вызвать заболевание (как сказать? А как быть с контенгентом детей и взрослых аллергиков?), но способен вызвать в организме привитого «счастливца» выработку антител против этого микроба, и тем самым – предотвратить заболевание. Хитро придумано. Но природу перехитрить нельзя и мы в этом сейчас убедимся.

Что такое антитела? А это клетки нашего организма, направленные против микробов, в данном случае – против микроба дифтерии, устроенные таким образом,

что они выбирают и пожирают именно его, поскольку организм не терпит иную структуру и всегда стремится избавиться от нее, дабы сохранить свою структурную специфичность, т. е. здоровье (процесс образование антител, как было сказано, запускается и провоцируется вакциной).

История любого заболевания у любого человека – это борьба организма с инородной структурой, будь то белок, т. е. микроб, вирус – только белковая матрица, или любое химическое вещество, каковых сейчас немало летает в воздухе наших городов и сел (пестициды) и плавает в нашей питьевой воде. Все остальные болезни, кроме инфекций и острых и хронических отравлений – это уже их последствия и последействия. Если организм не справился вовремя с этими врагами своих тканей (чужими белками и химическими продуктами), не сумел выгнать их из своей территории, т. е. за пределы своего внутреннего пространства, то он или окружает их своими тканями, чтобы обезопасить, локализовать, – имеет место опухолевый рост, или же разрушаются его собственные ткани в результате разрушающей работы микробов и всяких химических примесей воздуха, воды и пищи (и предохранительной вакцины) – идут деструктивные процессы разной степени интенсивности и разной локализации: от гнойной ангины у ребенка или взрослого до инфаркта миокарда в зрелом или пожилом возрасте (или диабета, инсульта, трофической язвы и т.п. – «где тонко, там и рвется»).

«Природа проста и не роскошествует причинами» – это знал и говорил, чтобы не забыли потомки, Ломоносов. Но мы забыли и стали искать «специфическую» причину и «специфического» возбудителя каждого заболевания, и начали создавать специфические средства борьбы с каждым вирусом и микробом и каждой болезнью и симптомом. А результат – десятки тысяч наименований лекарственных препаратов, производство которых стоит денег обществу, и продажа которых приносит прибыль фирмам-производителям, превосходящую прибыль военного производства. За счет кого? За счет больных. Пусть так. Но если бы эта работа была полезной, на земном шаре уже не было бы болезней! Наблюдаем же мы нечто прямо противоположное. Медицина развивается – новые, активные (агрессивные) лекарственные препараты, диагностическая аппаратура, а заболеваемость растет во всем мире всеми болезнями – и сердечно-сосудистыми и онкологическими и инфекционными (которые будто бы ликвидированы методом массовой иммунизации населения земного шара).

Почему растет заболеваемость? Потому что все эти достижения медицины, техники и химической промышленности (сельскохозяйственной, промышленной, фармакологической) стали уже невыносимым прессингом для иммунной системы каждого человека, живущего сегодня и всего человечества.

И в подобной экологической ситуации с загрязненной внешней средой мы еще усиленно загрязняем внутреннюю среду организма лекарствами, цель которых – подавить тканевые реакции – прекратить восстановительный процесс и прививками, цель которых – вызвать искусственно избыточные тканевые реакции – выработку иммунитета (против дифтерии!). Но всякому долготерпению наступает конец, если даже это – наши клетки и органы, которые не умеют кричать от подобного насилия над ними. А этот конец есть ни что иное, как истощение иммунной системы от того, что мы заставляли ее усиленно работать на протяжении 150 лет – с тех пор, как изобретены и применяются профилактические прививки для массоаой иммунизации населения. Результат сказался в 3 – 4-м поколении – это синдром приобретенного иммунодефицита – специфический с «вирусом» – СПИД или неспецифический иммунодефицит, которым страдает практически каждый простуженный, кашляющий, чихающий и, вообще, болеющий человек!

Как быть? Как избавиться от болезни, если болен, как избавиться от угрозы болезни, если еще не заболел? Как не заболеть? Не только дефтерией, но и вирусным гриппом; не только ангиной, но и ревматизмом, не только бронхитом, но и раком? И как обойтись без профилактических прививок – не подвергаться риску отравления ртутными препарами и чужеродными белками?

Как не попасть в число страдающих аллергией к пыльце растений или к оранжевым и красным фруктам и овощам?

Как сделать, чтобы ребенок мог без опасности отека гортани или сильнейшего зуда и сыпи есть мед, апельсины, клубнику столько, сколько он хочет? Очевидно соблюдать чистоту внутренней среды! Как это сделать и что это значит? Чистая внутренняя среда организма – это клетки, тканевая жидкость, кровь, лишенные гноя и гнойных токсинов, т. е. ядов, ими выделяемых и отравляющих и убивающих все новые и новые клетки организма, и, в первую очередь – клетки слизистой оболочки, выстилающей дыхательные и пищеварительные пути, как наиболее нежные ткани. Гнойные токсины также вызывают воспалительные (т. е. избыточные тканевые) реакции лимфатической системы – лимфоузлов – скоплений клеток, выделяющих в кровяное русло лимфоциты – иммунные клетки, предназначенные для ликвидации микробов, вирусов и самих мертвых клеток организма, убитых теми же микробами.

Итак, наш организм постоянно превращен в какое-то поле битвы, где вирусы и микробы убивают наши клетки, а иммунные клетки – лейкоциты, лимфоциты и другие тканевые элементы – убивают микробов и поглощают мертвые клетки – свои и чужие.

Человек, как известно – микрокосм, отражение макрокосма. Плохо живется людям в странах, которые воюют десятки лет. Плохо живется нашим органам – печени, почкам, легким, сердцу, мозгу в организме, где на долгие десятки лет развязана тканевая, клеточная война, которая постоянно к тому же поддерживается новыми инъекциями тканевого оружия – вакцинами, вырабатывающими клетки-киллеры (убийцы!) – те самые антитела. А обученный убивать, как известно, убивает без разбору. Точно такие иммунные клетки, выработанные в результате избыточных иммунных реакций (спровоцированных на протяжении жизни многократными вакцинациями и животными пищевыми продуктами – да! да! – и пища бывает иммуногенной!) убивают без разбора и клетки своего же организма. Наступают явления аутоиммунизации, возникают аутоантитела – антитела к собственным клеткам – вот вам готово аллергическое заболевание. Учеными выделены антитела к клеткам печени, почек, сердца, мозга и т. д. Каково? В организме, в котором мы создали клеток-убийц, развернулась гражданская война – самая срашная из войн. Идет самопожирание тканей, которое на медицинском языке называется аллергией, т. е. иной болезненной реакцией. Это – начало военной драмы клеток! А конец? Истощение воюющих сторон – иммунной системы – иммунодефицит, СПИД.

Ясно, что в любой ситуации и в любую секунду наш организм стремится быть здоровым, т. е. чистым. Следовательно нам нужно ему помогать, а не мешать. Как помогать? Очищать. От чего? Это понятно каждому – каловых масс в толстом кишечнике и гноя в самых разных местах – от бронхов и глоточных миндалин до придаточных пазух носа и лимфоузлов.

Как избавиться от многолетних загрязнений, застрявших в толстом кишечнике? Каловых камней, слизи, заклеившей всю внутреннюю поверхность толстой кишки? Для этого существует одно общедоступное средство – промывания кишечника теплой водой, лучше с добавлением столовой ложки столовой (или морской) соли и чайной ложки питьевой соды на 2 литра теплой воды. Причем, эти промывания должны быть

не однократными, а повторными: 2–4 раза подряд и 4–10 дней подряд и для взрослых и для детей – ведь уже у двухлетних детей в кишечнике могут образоваться каловые камни, а у трехлетних – камни в желчном пузыре!

А как избавиться от гноя в дыхательных путях, придаточных пазухах носа, глоточных миндалинах? Воздержанием от пищи от 4-х до 10-и дней. Но воздержание, это не абсолютное голодание. Лучше всего его проводить так, чтобы поддерживать силы организма (тем более больного) энергетическим питанием, что дает ему возможность эффективнее избавляться от собственных токсинов и шлаков и избежать в процессе очищения явлений аутоинтоксикации, когда внутреннюю среду захлестывают собственные яды, вырвавшиеся из клеточной «тюрьмы» (цитоплазмы клеток) благодаря активным процессам аутолиза, происходящим в организме при воздержании от пищи. Аутолиз – самопереваривание больных, неполноценных тканей – вот тот могучий излечивающий процесс, заложенный в каждом из нас природой, который дает возможность любому живому существу избавить себя от болезни. Но надо уметь его запустить! Он не работает в обычное время, когда мы перевариваем пищу, полученную извне. Когда мы прекращаем питание внешнее, начинается, так называемое, эндогенное питание, т. е. самопереваривание клеток протеолитическими ферментами организма, деятельность которых в обычное время сильно заторможена.

Итак, налажен процесс очищения – начинается кашель с мокротой, насморк с гнойными выделениями. Это – бурное очищение, которое наступает у детей и молодых уже на 2–3-й день голодания и длится 4 – 7 или более дней. В пожилом возрасте начинается позже и длится дольше, но имеет место всегда.

Прекрасным очищающим и энергетическим питанием в это время являются отвары из трав (мяты, душицы, подорожника, мелиссы, тысячелистника, ромашки, шалфея, спорыша, шиповника, березовых почек) с медом и соком лимона или любых кислых ягод: клюквы, калины, облепихи, смородины, вишни, граната – по сезону. Нужно выпивать в день до трех литров такого отвара для промывания всех клеток и тканей организма без какой бы то ни было другой еды. И это – от четырех до десяти дней. Вот срок, за который организм выделит огромное количество ядов и шлаковых продуктов и оздоровится. Больной избавится от своей болезни (бронхит, ангина, грипп,гипертонический криз и т.п.). Здоровый получит гарантию того, что не заболеет, поскольку очищена внутренняя среда и клетки организма больше не содержат питательных веществ (гноя) для размножения микробов (Ubi pus, ibi evacua – где гной, там очищай! – как мы пренебрегаем этим спасильным советом великого Гиппократа!). Вирусы и микрбы не могут размножаться, попав в чистый организм и погибнут немедленно сами, т. к. чистые клетки обладают мощным биополем и бактерицидными свойствами и способны немедленно обезвредить любого чужака. Теперь становится ясным, как можно не заболеть дифтерией без вакцинации – вместо того, чтобы превращать свой организм в поле боя вирусов и наших собственных клеток, нужно попросту очистить его и не дать возможность микробам размножаться, паразитировать в нас, питаясь нашими неполноценными тканями. Само собой разумеется, что таким образом можно избежать и вирусного гриппа, и ангины, и банальной простуды и следующих отсюда больших и мылых зол в виде ревматизма, пневмонии, менингита, миокардита или просто длительного кашля, который ведет ни к чему иному, как обструктивному бронхиту (через 3–5 лет), а еще лет через десяток – к опухолевому росту в самых различных местах – от грудных желез у женщин до кишечника.

Первой, и пожалуй, единственной причиной всех заболеваний человека является его пища – ее качественный состав. Пища – строительный материал нашего тела.

Химический состав наших клеток и тканей зависит от химического состава их первоначального строительного материала, т. е. нашей пищи. Ведь недостаточно очиститься однажды, нужно не загрязнять постоянно свою внутреннюю среду, не создавать условия для образования в ней гнойных токсинов и гноя. А что является причиной их возникновения в организме? Чужеродный животный белок! Это он, белок мяса животных, птиц и рыб, убитых нами различными способами и приготовленных в виде аппетитных котлет, колбас, бульонов, попадая в организм, разлагается трупным гниением, поскольку преставляет из себя, ни что иное, как труп животного. Природу обмануть нельзя, и как бы не назвать эту вкусную еду, а у человека нет возможности ее переварить ферментативным путем, потому что у нас для этого нехватает ферментативных и вообще физиологических возможностей (кислотности желудочного сока, ферментов поджелудочной железы и т. д. и т. п.). Следовательно, часть мясных продуктов (не менее 40% по подсчетам отечественных и зарубежных биохимиков) загнивает и превращается в гной, который и пропитывает организм и собирается там, где есть место. А места больше всего там, где пусто, где воздух, т. е. в дыхательной системе. Вот и копится гной в бронхиальных трубках и капиллярах и придаточных пазухах носа и выделяет токсины – трупные яды, и вот, головная боль, арахноидит, мигрень, манингит и т. д. А как лечим? Лекарства, химия, антибиотики и гормоны и ни слова о необходимости срочного и тщательного очищения кишечника и питья очищающих травных настоев и воздержании от пищи. А инфаркт миокарда, гипертония, бронхиальная астма, ревматизм? – Лекарства, все более сильнодействующие и… очень вредные, поскольку они усиленно загрязняют нашу внутреннюю среду, как будто мало химического загрязнения среды наружой!

И потому, после курса голодания и промываний кишечника необходимо соблюдать чистое и раздельное питание (не смешивать в еде белки с углеводами и крахмалами), чтобы не получить в кишечнике сочетания процессов гниения и брожения, отравляющих нас. Чистое питание с повторными курсами очищения 3–4 раза в год предохранит и ребенка и взрослого от любой болезни.

Уж поистине – ваше здоровье в ваших руках, в ваших, а не в наших. Мы, врачи, можем только научить вас, а не вылечить или предохранить от болезни. Это вы сделаете сами, если будете знать, от чего вы болеете.

Оганян Марва Вагаршаковна,

врач-эколог, кандидат биологических наук,

Краснодар.

«Букет болезней»

И откуда только появляются эти ядовитые «букеты»? Почему годам к шестидесяти, а может быть и к сорока, почти каждый из нас приобретает это «сокровище» и уже живет с ним все оставшиеся годы в постоянной борьбе с болезнями, «поддерживая» себя лекарствами и считая это нормальным состоянием, потому что «не один я такой»? Происходит все это от нарушений законов природы людьми, так как: «Люди подчиняются природе даже когда противоречат ей», – сказал великий поэт и философ В. Гете. Так что, дорогие читатели, давайте не удивляться и не отчаиваться, когда бы ни настигла нас болезнь – в детском, молодом или старческом возрасте, а выяснив причину такого ненормального, буквально безобразного нашего состояния, ликвидировать ее, то есть избавиться от болезни. И, пожалуйста, забудьте о том, что диабет не лечится, астма не лечится, гипертония не лечится,

аллергия не лечится – врачи говорят, что не лечится – это я слышу буквально каждый день и отвечаю вам: эти болезни не лечатся и не могут быть излечены лекарствами, потому что лекарства загрязняют внутреннюю среду организма и еще больше нарушают уже нарушенное равновесие, то есть своевременную саморегуляцию внутренней среды. Они могут вызвать только временную компенсацию состояния больного, то есть, снять спазм, понизить сахар крови, снизить давление. Но для того, чтобы это улучшение состояния сделать длительным или постоянным, нужно постоянно принимать лекарства, то есть все сильнее нарушать внутреннюю среду, загрязнять печень и почки, а также костный мозг, где лекарства накапливаются в наибольшем количестве и в результате этого превращать одну болезнь в другую: ангину в лейкоз, бронхит в астму, диатез у детей – в астму, частые простуды – в детскую эпилепсию, мигрень – в язву желудка и т.д. И заметьте, все это, при постоянном возрастании дозы принимаемых лекарств. Какого излечения ждать? Вспомним еще раз про злосчастный «букет» и заметим, что болезнь никогда не приходит одна. Если заболело горло у ребенка или взрослого, значит под угрозой почки, сердце, суставы, то есть гнойная ангина может дать осложнение гломерулонефрит (первый признак – красная моча – это почки пропускают эритроциты крови), миокардит – одышка, боли в сердце, отеки; полиартрит – боли в суставах, ограничение движений. Те же самые последствия мы можем иметь от вирусного гриппа и любого инфекционного заболевания.

Понять это очень просто – ведь все органы омываются одной кровью и лимфой, следовательно, через них микробы, вирусы и любое болезнетворное начало попадают во все клетки, ткани и органы нашего организма, а заболевают те органы, где слабее иммунитет, то есть слабее кисточные мембраны, которые пропускают в клетку чужеродные продукты (в том числе: гной, мертвые белки самого организма), а внутри клеток – слабее лизоцимы, растворяющие ненужные организму вещества. Получается точно по пословице – «Где тонко, там и рвется». А мы говорим, что у нас много болезней – и остеохондроз, и мастопатия, и узловой зоб, и пиелонефрит, у мужчин простатит и у всех – радикулит. А не знаем того, что все это – одна болезнь, только проявляется она в разных местах. А причина всех названных хворей – во-первых, засоренный, загрязненный до отказа кишечник, потом – соответственно, загрязненная печень и забитые гноем бронхи, в первую очередь в нижней трети грудной клетки, где расположены капиллярные бронхи – обструктивный бронхит. И в результате этого незнания происходят ошибки в лечении. Вместо того, чтобы лечить причину болезни, лечат ее следствие. Наиболее частый пример с тяжелыми последствиями: болит поясница, боли отдают в ногу – диагноз: остеохондроз, радикулит. Лечение: обезболивающие спазмолитики, противовоспалительные. Не проходит, или проходит на время. Или, повышено артериальное давление до высоких цифр – 200/100 и выше, нередко у молодых. Лечат повышенное давление специфическими препаратами, а таких на сегодняшний день насчитывается более сотни и постоянно химики-фармацевты синтезируют и выпускают новые, так как старые уже не действуют. Человек живет с этими препаратами и год, и десять и, двадцать лет. Анализы крови и мочи нормальные. И вдруг – отказали почки. Это уже трагедия. Предстоит подключение к искусственной почке или пересадке почек, угрожающее жизни состояние.

А ведь простое знание того, что любая боль в пояснице и любое повышение артериального давления есть признак заболевания почек, спасло бы жизнь и почки больного задолго до наступления почечной недостаточности.

Другой пример: мастопатия и рак грудной железы у женщин. Операция химиотерапия, ослабление общего иммунитета, жизнь с лекарствами, борьба с болезнью с сомнительным успехом. А причина одна: хронический бронхит, которым

женщина страдает с детства и часто об этом не знает, потому что не кашляет никогда. Но это и есть самое опасное состояние. Не кашляя, она не выделяет гной, находящийся в просвете бронхов, следовательно, он там застаивается и проникает в ткани (ведь ткани живые, клеточные мембраны проницаемы, как сито). К тому же гнойные токсины разносятся кровьюпо сосудам и попадают в грудную железу, а такое загрязнение ткани не может пройти безнаказанно. Ткань, в которую попали яды, стремится их обезвредить – растет опухоль, которая поглощает эти яды. Вначале она доброкачественная, затем перерождается в злокачественную, то есть разрушает не только эти токсины, но и окружающие здоровые ткани и весь организм. А чтобы не дойти до этого тяжелого, угрожающего жизни состояния всего-то нужно было вылечить бронхит у девочки в год или в 2, 3, 5 лет, но вылечить не антибиотиками, которые только загнали болезнь вглубь, а очищением бронхов и легких. Кстати, ведь гной из бронхов и легких попадает не только в грудные железы, но и в межпозвоночные хрящи – остеохондроз, в желудок – гастрит, язва, в почки – пиелонефрит. Все эти заболевшие органы находятся ниже легких, но гной разносится кровью и лимфой – особенно, и в органы находящиеся в области головы – и начинается: головные боли, воспаление уха, нарушение зрения – у детей – близорукость, у взрослых – дальнозоркость, катаракта, глаукома и т.д. Тем более, что и в области головы есть у нас «резервуары» для накопления гноя – это придаточные пазухи носа – две лобные и две скуловые, называемые гайморовыми. То есть у нас есть все шансы иметь фронтит и гайморит, часто опять же – бессимптомно. «У меня гайморита нет, я дышу свободно». На самом деле, человек не дышит, а заглатывает воздух через носоглотку. Дыхание, это совсем другое ощущение, когда воздух проходит через все четыре придаточные пазухи носа, представляющие из себя губчатые кости, выстланные слизистой оболочкой. При этом часть кислорода и легких ионов из воздуха попадают в мозг путем диффузии и питают его, а из гайморовых пазух попадают в десна и питают ткань десен и зубов. Человек, тщательно очистивший придаточные пазухи от гноя, сразу замечает разницу в состоянии. Ведь теперь прекращается поступление в мозг гноя из лобных пазух, проходят головные боли, улучшается зрение, начинают расти густые, здоровые волосы, прекращается шум в ушах, улучшается слух. И если эта чистота поддерживается и дальше, то болезни отступают все дальше, ткани обновляются и человек, очистивший внутренние органы молодеет, живет долго и полноценно, трудоспособен и приносит радость своим родным и близким, а не становится для них обузой. Вот такая картина внутренней жизни нашего организма. Знание и понимание взаимосвязей организма доступно каждому, кто хочет об этом узнать. А знание дает нам возможность правильно и грамотно руководить своим здоровьем и быть всегда хозяином положения, не пугаться болезни, а, прежде всего не допустить ее, а если все-таки заболели, лечить правильно.

Я думаю, читателю стало ясно, что если все органы и болезни органов взаимосвязаны, взаимосвязано и лечение, и лечить один больной орган бесполезно, и нужно лечить не там, где болит (обезболивающие, спазмолитические мази), а тот орган, который стал причиной болезни (печень при заболеваниях кожи; бронхи при эпилепсии, ангину при ревматическом миокардите, почки при радикулите и гипертонии и т. д.). Но поскольку лечить один орган изолированно невозможно при наличии в организме гуморальных, нервных, гормональных и полевых информационных связей, то лечить нужно весь организм при любой болезни, то есть лечить больного, а не болезнь, о чем говорил русский терапевт Мудров еще в XVIII веке. Это изречрние великого русского врача знают все студенты-третьекурсники, начинающие изучать терапию, но основательно «забывают» все врачи и начинается погоня за ликвидацией симптомов: кашля, удушья, зуда, сыпи, боли, гематурии, тахикардии и т.п., а в этой погоне впереди почему-то всегда оказывается болезнь со своими различными и меняющимися проявлениями. А почему так получается – уже

понятно.

Итак, почему болезни «расцветают» в нас «букетом» – ясно. Теперь о том – как выполоть этот «букет» чертополоха. Если нельзя и бесполезно лечить лекарствами, нужно лечить иначе, то есть, не загрязняя еще больше ткани, а очищая их. Скажу сразу, что методик очищения существует огромное множестов: гомеопатическими препаратами, травами, свеклой, картофелем и т. д. Но полноценное, т. е. реальное (а не мифическое полуочищение) может проделать только сам организм. Как и когда? Только тогда, когда мы прекращаем питание твердой пищей, благодаря чему прекращается выделение пищеварительных соков и ферментов в их составе. При полном покое пищеварительных органов в случае отсутствия пищеварения активизируются ферменты каждой клетки организма, растворяющие больные клеточные структуры, разрушающие все неполноценные ткани. Растворенные таким образом тканевые шлаки выводятся из организма через кишечник, почки, печень, легкие. Но для того, чтобы они не задерживались в тканях и не отравляли нас еще больше, необходимо питье достаточного количества жидкости (настоев лечебных трав и соков фруктовых и овощных, но обязательно – свежевыжатых), промывание кишечника – ежедневные и достаточно чистый воздух. Таким образом в течение четырнадцати или двадцати дней организм выкидывает большое количество отравляющих продуктов, в чем пациенты убеждаются сами и коренным образом изменяется к лучшему самочувствие в любом возрасте. Затем следует восстановление, создание здоровых тканей за счет правильного, биологически полноценного питания. Это длится еще четыре или шесть недель. При дополнительных чистках печени, придаточных пазух носа и повторных воздержаниях от твердой пищи в течение 6 – 9 месяцев больной человек способен создать новый здоровый, полноценный организм и совершенно другой радостный оптимистичный настрой психики и уверенность в своих силах. Особенно прекрасно, когда выздоравливают больные дети, которым грозит инвалидность с детства: это астматики, диабетики, больные эпилепсией. А ведь им совсем не обязательно всю жизнь принимать лекарства. Достаточно в течение полугода или года последить за правильным питанием и поведением ребенка, и знания, полученные за это время, позволят вам навсегда избавить от болезней себя, своих детей и близких. А получить эти знания можно прослушав курс лекций и практических занятий по субботам в Краснодаре в библиотеке им. Крупской, по ул. Лузана, 8, с 9 до 12 часов. Приобретайте знания о природе и своем организме и учитесь управлять своим здоровьем – и не будет «букета болезней», а будет букет здоровья и радости жизни.

Марва Вагаршаковна ОГАНЯН,

врач-натуропат, кандидат биологических наук.

Болезни печени

Что собой представляет печень? Какова ее роль в организме? Почему она заболевает и может ли не болеть? Ответы на эти вопросы волнуют очень многих, потому что в наш технизированный, химизированный век расстройства печени почти повсеместны и в той или иной степени настигают и взрослых, и детей.

Выясним сначала функции здоровой печени.

Печень – самый большой паренхиматозный внутренний орган, это буквально биохимическая лаборатория организма, «производственный центр», создающий наши ткани, поставляющий строительный материал для их роста и обновления.

Именно в печени синтезируются специфические для организма индивидуальные белки человека из того сырья, которое поставляет нам наша пища. И, конечно, для правильного течения этого биохимического процесса – синтеза белков – отнюдь не безразлично, из каких начальных продуктов будут создаваться наши ткани и органы. Заметим это обстоятельство и вернемся к нему позже.

А теперь рассмотрим другую, не менее важную для нашей жизни функцию печени дезинтоксикационную, то есть обезвреживание ядов, находящихся во внутренней среде организма.

Откуда яды? Ведь мы вроде ядами не питаемся. Да, но очень часто, а практически всегда самые доброкачественные продукты, которые мы едим и которыми кормим наших детей (и грудных), превращаются в процессе пищеварения в желудке и кишечнике в токсические вещества, которые необходимо срочно удалить из организма. Почему это имеет место и каков процесс обезвреживания токсинов печенью?

К сожалению, переваривание пищи в нашем кишечнике постоянно сопровождается двумя очень вредными для здоровья процессами – гниением белков и брожением крахмалов, в результате чего мы имеем: язвенную болезнь желудка, язвенный колит, спастический колит, дискинезию желчевыводящих путей, панкреатит, дисбактериоз, парапроктит, аппендицит, геморрой, то есть весь набор заболеваний пищеварительного тракта и вдобавок зловонный стул.

Происходит это оттого, что белковые и крахмалистые (углеводистые) продукты при одновременном употреблении в пищу не могут перевариться до конца под воздействием пищеварительных соков.

Ферментативное их расщепление идет совершенно недостаточно, так как ферменты, расщепляющие белки в желудке (пепсин), активны в кислой среде, а ферменты, расщепляющие крахмалистую пищу, активны в щелочной среде.

Углеводы же (сахар, мед, варенье, виноград) представляют собой низкомолекулярные, готовые к всасыванию в желудке продукты. Но, попадая в желудок вместе с крахмалами или белками (сладкая каша, хлеб с медом, торт, орехи с медом), они сбраживаются под воздействием кислоты желудочного сока и нарушают расщепление крахмала или белка в желудке и кишечнике.

Пищевая кашица (химус), поступающая в тонкий кишечник, уже больше напоминает квашню, в которой крахмал сбраживается, а белок гниет.

Таким образом, недопереваренный (нерасщепленный) в желудке белок в двенадцатиперстной кишке и в тонком кишечнике не в состоянии расщепиться до аминокислот (поскольку среда там щелочная), а становится добычей гнилостной микрофлоры кишечника и подвергается гниению, благодаря чему эта микрофлора размножается, а мясная пища превращается в гниющий труп, выделяющий трупные яды – путресцин и кадаверин. Это крайне ядовитые моноамины, являющиеся, к сожалению, постоянными спутниками нашего «нормального» пищеварения.

Что же случается с крахмалами в тонком кишечнике? Будучи принятыми с белковой пищей, они адсорбировали в желудке кислоту желудочного сока и теперь не в состоянии расщепиться полностью под действием амилазы панкреатического сока, активной в щелочной среде.

Полупереваренная крахмалистая пища продвигается по тонкому, потом по толстому кишечнику и становится добычей бродильных микробов, выделяются токсины брожения – метан, метиловый спирт, уксусная кислота, альдегиды.

Не достаточно ли ядов, чтобы убить слона?

Но мы не умираем после такой белково-крахмалистой трапезы, это наша повседневная еда с добавлением после обеда или ужина сладкого чая с вареньем, сладкой выпечки или фруктов – как будто специально для усиления брожения пищевой смеси в кишечнике.

А не умираем от образующихся в кишечнике токсинов только потому, что имеем неусыпного стража нашей жизни и здоровья – печень, нейтрализующую их, переводящую их в парные соединения с глюкуроновой кислотой, которые выводятся через почки.

Ведь кровь из тонкого и толстого кишечника человека не попадает прямо в большой круг кровообращения, а предварительно фильтруется печенью, попадая в нее через воротную вену печени – коллектора всех кровеносных сосудов, выносящих кровь из кишечника.

Процесс этот сам по себе очень неблагодарный, и разумный человек не станет регулярно снабжать свою печень ядами, чтобы она их нейтрализовала, ведь эта работа означает затрату ферментов (а следовательно, биологической, жизненной энергии) на синтез этих самых нейтральных парных соединений.

Но мы умудряемся неразумным питанием создавать для печени еще и другую вредную и бессмысленную работу: учеными-биохимиками доказано, что 60% съеденной белковой пищи совершенно не усваивается организмом. Не попадая в общий кровоток, она прямиком поступает в печень и перерабатывается ею в мочевину, выделяемую почками.

Синтез мочевины (и предварительное расщепление ненужных организму белков) опять же требует немалой затраты ферментов, то есть нашей энергии. Происходит интересный процесс переработки сырья (пищи) в отбросы (мочевину), а «заводом», выполняющим эту работу, является печень.

Естественно, «производственные линии» – гепатоциты (паренхиматозные клетки печени), перегружаясь бесконечной работой по спасению нашего организма от всякого рода ядов и отбросов, не в состоянии выполнять полноценно свои функции белкового синтеза, синтеза гемоглобина крови, гликогена, ряда витаминов, гормонов и ферментов.

Именно это одна из причин истощения, анемии, головных болей, бессонницы, утомляемости и других признаков интоксикации организма. Ведь токсины, попавшие в паренхиму печени, не всегда успевают нейтрализоваться, и часть этих весьма опасных продуктов попадает в общий круг кровообращения и разносится по всему организму, выделяясь всеми возможными путями и вызывая заболевания кожи, бронхов, легких, сосудов, сердца и т. п.

А что происходит, когда вдобавок к эндогенным ядам на печень воздействуют еще и экзогенные (наружные) яды – алкоголь, никотин, наркотики, производственные яды, продукты бытовой химии, автомобильные и промышленные выбросы?

Естественно, печень заболевает: гепатит – это воспаление печеночной ткани, ее увеличение, болезненность, иногда высокая температура. Нелеченый или леченный лекарствами (антибиотики, гормоны) гепатит может перейти в цирроз, то есть разрастание соединительной ткани стромы (каркаса) печени на месте погибших печеночных клеток.

Печень становится плотной, болезненной, в запущенных случаях сдавливается воротная вена, кровоток в ней затрудняется, и жидкая часть крови выпотевает в брюшную полость – наступает водянка или асцит.

Чаще всего, как известно, цирроз вызывает неумеренное (и даже умеренное, но систематическое) употребление алкоголя, но он может наступить в результате воздействия любых других токсинов как экзогенных, так и эндогенных, о которых мы уже говорили.

Но теперь, кроме сравнительно редкого цирроза мы имеем растущее подобно эпидемии заболевание печени – вирусный гепатит. Возбудители – вирусы типа А, В и С, причем последняя форма особенно злокачественная, так как практически неизлечима и ведет к циррозу печени.

Это аутоиммунное заболевание, то есть при нем организм синтезирует антитела к перерожденным печеночным структурам, что ведет к дальнейшему разрушению печени.

Ну а из других заболеваний печени – кому неизвестна желчнокаменная болезнь, воспаление желчного пузыря, приступы с сильными болями в правом подреберье и с высокой температурой, вызовы «скорой», но-шпа, анальгин и как способ избавиться от всего этого – удаление желчного пузыря.

Что такое желчнокаменная болезнь? Не что иное, как элементарная забитость печеночных ходов и желчного пузыря шлаками (гнойными сгустками, пропитанными холестерином, желчью и известью – солями кальция).

Можно удалить желчный пузырь, забитый камнями, но разве это очистит печень при прежнем смешанном питании и сидячем образе жизни?

И все же, что является основной причиной всех заболеваний печени? Основной причиной является мясное питание, то есть употребление в пищу чужеродного животного белка. Мы уже выяснили, какие яды вырабатываются в процессе пищеварения и усвоения животных белков.

А если еще учесть, что 40% белковых молекул всасывается в тонком кишечнике целыми, нерасщепленными до аминокислот, то есть попадает в кровь и, являясь антигенами, вызывает образование совершенно не нужных организму антител? То есть съели 100 г мяса, получили 40 г антител, наших родных тканевых антител, готовых воевать и убивать любую чужеродную молекулу, попавшую в организм, а потом и свои собственные ткани.

Такой избыточный иммуногенез дает начало всем аллергическим и аутоиммунным заболеваниям. Вот и получается: наступила весна – у населения аллергия на цветочную пыльцу, зацвела амброзия – аллергия от пыльцы амброзии, съели цитрусовые, клубнику, арбуз, мед – аллергия. И так вся природа становится опасной, а куда бежать от нее?

А ведь истинная причина всей этой беды – мясная пища. Стоит больному аллергией отказаться от нее и вывести из тканей организма все продукты обмена чужеродных белков, как аллергия исчезает, и даже не верится, что можно не задыхаться, находясь в поле с цветущей полынью, подсолнухом, амброзией, поесть меда, апельсинов, клубники и получить от этого только пользу и удовольствие.

А какую пользу получаем мы от мясной пищи? Может быть, она действительно необходима нам, и без «полноценных» животных белков и «незаменимых аминокислот», содержащихся только в мясе нам не прожить? И невозможно иметь потомство и вырастить детей?

Многовековой опыт многих народов современности и древнего мира говорит об обратном.

На севере Пакистана есть защищенная горами долина реки Хунза. Население этой долины в течение многих веков и поколений питается только абрикосами, маслом абрикосовых косточек, просом, травами и козьим молоком. Люди там не знают болезней и докторов, доживают до 150–180 лет, сохраняя остроту зрения, здоровые зубы, хороший слух и трезвый разум. Бабушки и прабабушки, употребляя лактогенные травы, выкармливают своих внучат грудным молоком, когда матери работают в поле.

Конечно, экологическая ситуация там получше, чем в современных городах, но вот ведь как получается: рядом с хунзами, на той же высоте, в горном климате с чистейшим воздухом живет племя шерпов, которые традиционно нанимаются в проводники ко всякого рода экспедициям из Европы и Америки и питаются современной, цивилизованной пищей – мясом, консервами и т.п.

В результате шерпы болеют всеми болезнями цивилизации и живут 50–60 лет, в то время как хунзам удалось избежать этих «благ». Они занимаются земледелием и разведением коз, мяса которых они не едят.

На севере Африки живет арабское племя келькумеров, которые питаются исключительно финиками, имеют великолепное здоровье, прекрасное зрение в глубокой старости, легко выдерживают климат пустыни, причем для еды им хватает 10–20 фиников в день.

Можно еще обратиться к истории и вспомнить, что дневной рацион воинов Александра Македонского состоял из горсти сухих пшеничных зерен, нескольких оливок и фруктов. Таковы факты и таковы реальные потребности человеческого организма.

Не мешает знать и о спортсменах-вегетарианцах, имеющих всегда наилучшие достижения, особенно там, где нужна выносливость.

В начале XX столетия на цирковых аренах мира выступал известный как «русский лев» силовой жонглер Георг Гагеншмидт. Он питался исключительно растительными продуктами: фрукты, овощи, орехи, зерновые в сыром виде – и выполнял удивительные силовые номера. Причем этот пищевой режим он выработал для себя сам, после того, как в начале его карьеры, на арене тренер закормил его мясом для достижения высоких результатов. Результат получился обратный.

В мире есть много детей, родившихся и выросших в семьях натуристов-сыроедов. Одна из них – Анаит, дочь известного тегеранского натуриста Аршавира Тер-

Ованесяна, выросшая и родившая прекрасных здоровых детей на исключительно сыром фруктово-овощном питании. Семьи вегетарианцев-сыроедов есть и в Москве, и в Петербурге, и в Новосибирске, а не только в экзотических тропиках.

Без мяса невозможно жить только на вечной мерзлоте, но климат Кубани и юга России очень отличается от заполярного в лучшую сторону, и природа дает нам такое количество фруктов, овощей, орехов, масличных растений, злаков, которых вполне достаточно для обеспечения полноценного здоровья и работоспособности.

А все те эффекты, которые мы получаем от мясной пищи (сила, бодрость, работоспособность) – чисто кажущиеся и кратковременные и объясняются тем, что при переваривании мяса в желудочно-кишечном тракте образуются так называемые эндорфины, или эндогенные морфины, то есть допинг для нашего организма. Вот откуда «кайф» после плотной мясной трапезы.

О дальнейших ее последствиях вы уже прочитали, это неполное расщепление мяса в желудке (в котором недостает кислотности и ферментов для полного усвоения мяса – мы не волки и не тигры), гниение в тонком и толстом кишечнике, выделение трупных ядов, всасывание их в печень (и частично – в общий круг кровообращения), нейтрализация их в печени и выделение почками (хорошую же работу мы задаем печени и почкам!).

Вспомним еще переработку сырья в отходы – мяса в мочевину – печенью, и картина будет полной. А ведь вместо этой вредной и бессмысленной работы печень может синтезировать белки нашего организма в полном объеме, те самые белки, которые мы так стремимся получить из мяса животных: говядины, свинины, птицы.

Но если млекопитающее (корова) может синтезировать полноценный белок из растительной пищи – травы и сена, то же самое может делать человеческий организм, питаясь фруктами, овощами, злаками и орехами.

Вопрос в том, из чего полезнее и выгоднее (в энергетическом смысле) синтезировать печени специфический видовой индивидуальный белок – из белков пищи (того же мяса), или из углеводов и крахмалов (то есть растительных продуктов). Самым распространенным заблуждением, приводящим к нарушению здоровья у здоровых и больных людей, является мнение, что для синтеза белков организма нам не хватает незаменимых аминокислот (то есть тех, которые нужно обязательно получить из животной пищи).

На самом деле некоторые из них есть в растениях (например, лизин – в кукурузе), в молочных продуктах, сырых яичных желтках, а другие синтезируют или наши ткани, или микрофлора кишечника, если она нормальная, а не нарушенная (дисбактериоз) в результате неправильного питания.

Ведь гнилостная и бродильная микрофлора, размножающаяся в кишечнике при наличии соответствующего субстрата – смешанной белковокрахмалистой пищи, губит полезные микробы кишечника, являющиеся нашими симбионтами. Круг замыкается.

О нормальной микрофлоре кишечника, усвоении азота из воздуха кишечной палочкой, синтезе ею витамина В12, необходимого для кроветворения, и незаменимых аминокислот не может быть и речи.

Что нам остается делать? А то, что делаем: есть мясо, болеть, лечиться лекарствами, оперироваться (удалять собственные органы) и объявить болезни

неизлечимыми – гепатит С неизлечим, диабет, гипертония, бронхиальная астма неизлечимы, мигрень тоже. Это болезни на всю жизнь, и жить с ними можно, только постоянно принимая лекарства, «контролируя» течение болезни.

Кто выигрывает? Фармацевтические фирмы. Кто проигрывает? Люди, которые не знают физиологии и биохимии своего организма. Истинные же знания исключают всякий страх перед болезнями и сами болезни, потому что делают человека хозяином своего организма, образа жизни, а значит, здоровья и судьбы.

Итак, откроем учебник биохимии и посмотрим, какими путями идет синтез белка в организме.

Составными единицами белковой молекулы, ее «кирпичиками» являются аминокислоты – органические кислоты с аминированной цепочкой (включенной в структуру молекулой азота).

Эти аминокислоты для синтеза собственного белка организм может получать из животных белков, затрачивая достаточно большое количество энергии на расщепление огромной белковой молекулы до аминокислот и «оживление» мертвой аминокислотной цепочки, то есть снабжение ее энергией, чтобы сделать пригодной для синтеза белка.

Но есть другая возможность: получить аминокислоты из углеводистых цепочек крахмалов и углеводов пищи (фруктов, овощей, злаков), аминируя их и превращая в аминокислоты, способные к дальнейшему синтезу без дополнительной энергии, если они получены из сырых, «живых» фруктов, овощей, орехов, злаков.

Последний вопрос: откуда же взять азот для аминирования углеводов? – решается просто. Из воздуха его берут благоприятные для нас микроорганизмы кишечника и синтезируют аминокислоты, которые с током крови доставляются в печень как сырьевой материал для синтеза белка.

Кроме того, азот выделяется в нашем организме при распаде старых белковых молекул в процессе обмена веществ. Количество его составляет в сутки 3,7 г (коэффициент Рубнера). При биологически полноценном питании (сыром растительном) этот азот очень легко включается в состав углеводистых цепочек продуктов, не убитых, денатурированных тепловой обработкой.

Синтезируются собственные аминокислоты, энергетически полноценные и потому, при наличии матрицы ДНК, самостоятельно образующие белковую молекулу с ее сложной четвертичной структурой и индивидуальной специфичностью.

Процесс синтеза белка из углеводистых продуктов в организме нарушается только в случае приема гормонов коры надпочечников и других цитостатиков, то есть препаратов, подавляющих клеточный рост. А их весьма часто назначают больным аллергическими заболеваниями, ревматизмом, бронхиальной астмой, полиартритом, гломерулонефритом и т.п.

Таким образом, люди, избежавшие гормональной терапии, вполне могут рассчитывать на получение чистых белков организма из чистых пищевых продуктов – углеводов, переваривание которых не сопровождается гниением, выделением трупных ядов, их нейтрализацией в печени и образованием конечных токсичных продуктов обмена – мочевины, креатина, креатинина, мочевой кислоты, то есть всего того, что составляет «остаточный азот сыворотки крови».

Мы еще не сказали о лечении болезней печени, но думаем, что уже ясно: лучший способ вылечить печень – не дать ей заболеть, то есть щадить ее с самого раннего возраста и не загрязнять продуктами кишечного гниения.

А если мы все-таки загрязняем печень, то ее могут захватить вирусы и нагло в ней размножаться, ведь есть чем питаться! Вот и вирусный эпидемический гепатит в школах, детских садах, воинских частях.

После вирусного гепатита или без него в печени может разрастаться соединительная ткань – цирроз. Наконец, желчные ходы и желчный пузырь могут забиться остатками белкового гниения плюс соли кальция и холестерин, и наступает желчно-каменная болезнь.

Что же делать, если печень больна? Очищать ее. Как? Первый этап – промывание всей печеночной ткани, желчных путей и желчного пузыря большими количествами травяных настоев, очищающих не только печень, но и почки, и легкие, и кишечник.

Для этого в день нужно выпивать до трех литров травяного настоя (мята, подорожник, коровяк, трехцветная фиалка, ромашка, спорыш, полевой хвощ, пустырник, шалфей) с медом (1–2 чайные ложки на 1 стакан настоя плюс сок 1/4 лимона).

Но при этом нужно прекратить всякое питание твердой пищей. Таким образом удается включить сразу два целительных процесса – очищение всех тканей организма и питание этих же тканей на уровне клеток (травы, мед, лимон – в растворенном состоянии), выключая пищеварение.

Пищеварительные ферменты не выделяются, так как нечего расщеплять, и вся энергия организма теперь направляется на очищение тканей.

Только при отсутствии пищеварения начинается активизация тканевых протеолитических ферментов, расщепляющих больные, неполноценные ткани. Расщепляясь, они выводятся из организма всеми возможными путями – через кишечник (необходимы ежедневные промывания кишечника), через почки (обильное питье), через кожу (ежедневное купание горячей водой), через легкие и носовые ходы (идет интенсивное выделение гноя из носовых пазух и бронхов – кашель, отхаркивание).

Очищение длится 21 или 28 дней. Затем необходимо вывести наружу содержимое желчного пузыря, желчные камни. Они за предыдущие 3–4 недели растворяются, теряя свой минеральный состав, и превращаются в гнойные сгустки, которые выходят из желчного пузыря совершенно безболезненно, принимая на выходе форму желчных путей.

Их может быть много или мало, разных размеров, но обычно одной чисткой дело не ограничивается. Необходимо проводить изгнание конкрементов 4–5 раз (прием оливкового масла с лимонным соком по Семеновой) с промежутком 4–5 недель.

В перерывах между этими чистками необходимо соблюдать чисто вегетарианский пищевой режим – сырые фрукты и сухофрукты, протертые сырые овощи плюс зеленые листовые (щавель, салат, петрушка, кориандр, шпинат, свекольная ботва, портулак) с растительным маслом и лимонным соком, а также овощные бульоны и настои желчегонных трав.

Этим методом удается излечить не только желчнокаменную болезнь и ликвидировать воспаление желчного пузыря, но излечить цирроз печени (без асцита).

А легче всего излечить, конечно, вирусный гепатит (полностью, без всяких последствий для организма), если с самого начала болезни промывать кишечник 2–3 раза в день и выпивать в день 3–4 л жидкости: 2 л травяного настоя с медом и соком лимона и 2 л свежевыжатых фруктовых и овощных соков – без приема твердой пищи. Излечение наступает на 4–5-й неделе.

Обычный гепатит (не вирусный), гепатопанкреатит, излечивается точно таким же способом.

Нужно отметить, что печень является очень податливым лечению органом. Будучи увеличенной даже на 4–5 см, она через 3–4 недели принимает свои обычные размеры и восстанавливает функции. Известны случаи, когда после операции остается одна, две или три четверти ткани печени, и тем не менее она функционирует полноценно, а с течением времени печеночная ткань нарастает в полном объеме.

Сообщаем, что в Краснодаре, в библиотеке экологической культуры им. Крупской (ул. Лузана, 8) по субботам проводятся лекции и практические занятия по излечению желчнокаменной болезни и другой патологии печени. Занятия проводятся с 9 до 13 часов.

Освоившие методику оздоровления организма освобождаются без операции от калькулезного холецистита, всякого рода дискинезий желчевыводящих путей (особенно часто этим страдают дети).

Очень многие избавляются попутно в процессе лечения от бронхиальной астмы, заболеваний суставов или сердца. Ведь в человеке все органы взаимосвязаны и объединены в один организм. При заболевании любого из них заболевают и другие органы, а при лечении одной болезни вылечиваются и остальные.

Так, Галина И., 54 года, лечила тяжелую бронхиальную астму. Ей понадобился целый год, чтобы окончательно избавиться от астмы и от лекарств, которые перестали ей помогать. Астма усугублялась больной печенью и желчным пузырем, забитым конкрементами со спаечным процессом. Еще через полгода ей удалось полностью избавиться от желчных камней, УЗИ показало нормальный желчный пузырь.

То же произошло у И. Н.Сомовой, 34 лет, а у Тамары К., 75 лет, увеличенная на 5 см печень сократилась до нормы за 2 месяца. Женщина лечила с очень хорошим результатом боковой амиотрофический склероз (БАС).

Юсуф Н., 36 лет (рабочий завода им. Седина), восстановил функцию печени при диагнозе цирроз через полгода.

Становится ясным, что алкоголизм, никотиновая зависимость, наркомания излечиваются реально не убеждением, кодированием и другим психическим воздействием на человека, а только очищением печени от этих экзогенных ядов вплоть до удаления из тканей печени их следовых количеств.

Как только клетки печени и головного мозга очищаются от этих ядов, потребность в них отпадает сама собой.

Щитовидная железа – почему она болеет?

Щитовидную железу можно назвать дирижером всей эндокринной системы. Также, как и другие эндокринные железы (эпифиз, гипоталамус, гипофиз, поджелудочная железа, парные надпочечники и половые железы), щитовидная железа выделяет продукты своей деятельности непосредственно в кровяное русло.

Поэтому она называется железой внутренней секреции, или эндокринной, в отличие от других, называемых железами внешней секреции, так как они выделяют биологически активные продукты жизнедеятельности (ферменты) во внешнюю среду через протоки. Это все пищеварительные железы (печень, поджелудочная железа и др.).

Железы внутренней секреции играют огромную роль в обмене веществ, то есть в обеспечении жизни и здоровья организма. Именно благодаря продуктам, выделяемым ими в кровь – гормонам, – обеспечиваются в организме процессы усвоения пищи, ее энергетической трансформации, роста и развития организма, накопление мышечной массы, кроветворения, нервной и психической деятельности и иммунитета.

Все эндокринные железы организма теснейшим образом связаны одна с другой и при сбое работы одной из них – увеличении или уменьшении количества выделяемого гормона – нарушается работа всех других желез, ведь каждая из них получает немедленно информацию о работе своих «коллег» через омывающую ее кровь. К тому же качество и количество гормонов крови немедленно отражается на нервно-психическом и физическом статусе человека.

Известно, что при недостаточной работе одной или нескольких желез внутренней секреции наступают тяжелые физические и психические дефекты, ведущие к инвалидности (гипофизарный нанизм – карликовость, кретинизм, бесплодие, Аддисонова болезнь).

Щитовидная железа в этом ансамбле эндокринных желез играет роль дирижера. Она регулирует основной обмен – окисление пищи, теплообразование, то есть превращение пищи, принятой нами, в энергию или накопление этой энергии в виде жировых отложений.

Недостаточная ее работа в детском возрасте – это недостаточный рост и психическое развитие. У взрослого это вялость, сонливость, избыточное накопление жира и жидкости в организме, пониженная температура тела, слизистый отек.

Усиленная ее работа – это избыточное выделение гормона тироксина, в результате чего больной возбужден, сердцебиение учащено, повышен аппетит и температура тела (до 37,2–37,4°), но в результате усиленных и бесполезных энергетических затрат понижен вес тела. Внешним выражением заболевания в запущенной стадии является базедовизм (пучеглазие).

Отчего возникают эти болезненные состояния, почему чаще других (если не считать диабета) заболевает эта лидирующая эндокринная щитовидная железа, поистине – щит нашего организма?

Именно воспалительный процесс в ткани железы – очень нежной ячеистой структуре, обладающей активным обменом, – становится причиной многочисленных

узелков и кист, образующихся в ней и вызывающих увеличение ее размеров и нарушение функций. Недостаток йода, необходимого для синтеза гормона тироксина в пище и питьевой воде, безусловно, способствует этим нарушениям.

Обратный процесс, гиперфункция железы – диффузный токсический зоб – это прямой ответ ее на воспалительный процесс околожелезистых тканей.

Щитовидная железа расположена в непосредственной близости от глоточных миндалин – скоплений лимфоидной ткани, являющихся фильтром внутренней среды и часто воспаляющихся от внедрения в них всякого рода патогенной флоры (стрепто– или стафилококковая инфекция). Это всем известная ангина, настигающая нас в любом возрасте.

Но при имеющемся в настоящее время повсеместном ослаблении иммунитета тканей становится также дефективным местный иммунный барьер щитовидной железы, а также глоточных миндалин, которые вместо защиты организма от инфекции становятся сами рассадником гнойного процесса, поскольку их лимфатическая ткань в результате частых ангин переплавляется в гнойную.

Лечение антибиотиками делает бактериальную флору устойчивой и способствует распространению воспалительного процесса на щитовидную железу через кровеносные сосуды, которыми она очень обильно снабжена.

Наступает воспаление щитовидной железы – тиреоидит с последующим образованием кист, фолликул, фиброзных узлов или, что намного хуже, злокачественным новообразованием.

Практически нет людей, хоть раз не заболевших ангиной или не страдающих хроническим тонзиллитом, что означает перерождение лимфоидной ткани миндалин в гнойную. Принято считать, что ангину вызывает простуда. Но гной-то (мертвая ткань) накапливается в организме не от простуды, не от микробов, а от пищи, которую мы едим, и только потом он становится питательной средой для этих самых микробов, способствуя их размножению и выделению микробных токсинов – стрептокиназы и др.

Размножаясь и активизируясь, они проникают в ткань щитовидной железы, которая ведь тоже не является вполне чистой и свободной от распадающихся продуктов обмена. Вот и развивается тиреодит – воспаление ткани железы, а за ним – вся остальная патология, которая тщательно диагностируется и лечится главным образом путем удаления части железы (субтотальная резекция) или отдельных узлов.

Насколько такое лечение соответствует природе заболевания – судите сами. Не ликвидируется причина заболевания: накопление гноя в глоточных миндалинах и самой щитовидной железе, а удаляются последствия. Операция нередко становится калечащей, и после нее требуется постоянный прием гормона железы, что ведет за собой нарушение работы других желез внутренней секреции и обмена веществ в организме.

Реже возникает острый тиреоидит – с опуханием железы, болями в области шеи и высокой температурой – после удаления нагноившегося зуба, например. Такой процесс лечат назначением больших доз антибиотиков и гормонов (преднизолон), подавляющих воспаление.

Без удаления источника загрязнения и интоксикации подавляется воспалительный процесс. О результатах нетрудно догадаться – это хронические воспалительные процессы соседних с железой органов: бронхов, легких, грудных желез, шейных межпозвоночных хрящей (остеохондроз).

Нередко при хроническом тиреоидите назначают внутрь прием гормона железы – тироксина, предполагая понижение ее функции. Как правило, это ведет к повышенной раздражительности. Тогда невропатолог назначает успокаивающие нервную систему препараты.

Человек становится вместилищем лекарств и собственных отходов, хотя единственное, что нужно ему при этом – полноценный курс очищения с последующим восстановлением клеток и тканей.

Мы вылечили острый тиреодит у женщины 46 лет в течение четырех месяцев без единой таблетки и инъекции, то есть без лекарств, только путем коррекции нарушенного обмена веществ.

Заболевание началось после удаления зуба нижней челюсти. Врачом-эндокринологом были назначены ударные дозы антибиотиков и кортикостероидов (гормоны коры надпочечников). Больная отказалась от приема лекарств и обратилась к врачу-натуропату.

В первый же день ей было назначено промывание кишечника, питье отваров лечебных трав (мяты, мелиссы, подорожника, тысячелистника, ромашки, спорыша, толокнянки, шалфея) с медом и соком лимона. На таком «подпороговом питании», исключая всякую другую пищу, больная провела семь дней (с ежедневным двукратным промыванием толстого кишечника). Последующие двадцать дней она принимала тот же отвар и свежевыжатые фруктовые и овощные соки.

Прекрасный лечебный эффект оказывают соки цитрусовых, арбуза, помидоров, яблочный, морковно-свекольный с добавлением капустного, тыквенный с яблочным и соки листовых овощей: шпината, щавеля, свекольной ботвы, сельдерея, пастернака, кориандра, петрушки.

Твердая пища была исключена, то есть осуществлялся универсальный принцип лечения всех болезней. Ведь известно, что при отсутствии пищеварения и выделения пищеварительных ферментов в организме активизируются тканевые протеолитические ферменты, разрушающие с ювелирной точностью больные, неполноценные клетки и ткани. Продукты их распада выводятся из организма обильным питьем – кровью через почки и промыванием кишечника через лимфатические сосуды, конечные капилляры которых выносят продукты тканевого обмена в толстый кишечник.

Через 30–40 дней (в зависимости от состояния больного и стадии выздоровления) в рацион вводятся сочные фрукты, сухофрукты, протертые овощные салаты, листовые овощи, орехи, растительное и сливочное масло, отруби, сырые яичные желтки – в течение 4–6 недель.

После повторного семидневного сокового питания рацион расширяется за счет вегетарианских супов, овощных рагу и каш, сваренных на воде с добавлением масла и овощей.

Через четыре месяца женщина была совершенно здорова. Еще через три месяца

она прошла иридодиагностику, которая не обнаружила у нее следов заболевания щитовидной железы – это оказалось возможным только благодаря тому, что естественная терапия очищает ткани и клетки организма от патологической структурной информации, накопленной в течение жизни.

Точно так же излечиваются диффузный токсический зоб, узловатый зоб и другая патология щитовидной железы.

Фиброзные узлы или кисты щитовидной железы рассасываются через 6–10 месяцев от начала лечения без оперативного вмешательства. Одновременно очищаются и восстанавливаются все другие органы, проходят сопутствующие болезни: тонзиллит, бронхит, а также пиелонефрит, гипертония, сердечные недомогания, воспалительные заболевания печени, желчного пузыря, кишечника.

При выраженном понижении функции железы значительно улучшается состояние больного и требуется дополнительный прием очень небольшого количества тироксина.

Вот так, естественным путем, указанным природой, организм излечивает себя, реализуя свои возможности саморегуляции, самовосстановления. Поэтому только изучая и постигая законы природы, мы сможем поставить заслон на пути катастрофического роста заболеваемости. А это делается путем реального медицинского просвещения людей, а не лечения больных в больницах.

Аллергия пищевая и непищевая

Весной и летом прибавляется опасностей для аллергиков: будь то пыльца цветущих деревьев и трав или вкусная еда вроде клубники, земляники, красных и оранжевых фруктов и овощей. Да и прежних пищевых аллергенов вроде бы хватает: орехи, специи, приправы, уксус, хрен, редька, редис, грибы, яйца, молоко и молочные продукты, мясо домашней и дикой птицы, копчености, дыни, ананасы, мед.

Соответственно такой бедственной ситуации (а для страдающих аллергией эти факторы действительно бедствие) в газетах (медицинских и других) появляются статьи, в которых авторы стараются по возможности облегчить участь людей, не переносящих все вышеперечисленные продукты.

Ну и, конечно, не могу не вспомнить всем нам близко знакомую, пользующуюся печальной славой амброзию – злостный сорняк, да еще и калечащий людей, а особенно ребятишек. Сколько детей-астматиков начинали с амброзийного поллиноза, а заканчивалось все бронхиальной астмой!

Вот и в газете «АиФ-Здоровье» в № 22 за 2004 большая статья «Пищевая аллергия» старается дать максимум полезных советов для страдающих этим недугом. «Откуда берется пищевая аллергия?» – задается резонный вопрос.

Виновата иммунная система, которая не срабатывает как надо, и почему-то замечательные клубника, вишня, помидоры становятся для нее врагами, не говоря уже о весенних травах и тополином пухе.

Но что-то ведь надо делать, а лекарственное лечение бесполезно: о лекарствах в статье даже не упоминается. Единственный совет: исключить из рациона продукты, к которым у пациента повышенная чувствительность.

Но не всегда удается вычислить аллергенный продукт, хотя сейчас разработаны тесты на выявление более ста (100!) подозрительных веществ. Подобный анализ (пациенту дается целый список продуктов, к которым чувствительна именно его иммунная система и которых он должен избегать под угрозой, возможно, тяжелого приступа) стоит более 100 долларов, но ведь здоровье дороже, и, наверное, игра стоит свеч. Давайте разберемся во всем этом и посмотрим на этот недуг с точки зрения биохимии, обмена веществ. В этом случае все объясняется очень просто, и ситуация из непонятной, драматичной и угрожающей станет вполне прозрачной и главное – управляемой. И исчезнет угроза пищевой и любой иной аллергии, тем более передающейся наследственно (наследственной аллергии не существует).

Рассмотрим список аллергенных продуктов, данный в начале статьи, его мы взяли из газеты «АиФ-Здоровье», советующей избегать всего этого и рекомендующей аллергикам употреблять постное говяжье мясо, супы крупяные, овощные на вторичном говяжьем бульоне, крупы, овощи, чай, сахар. Вот и все!

Приглядитесь внимательно: в первом запретительном списке такие вовсе не имеющие никакого сходства в своем биохимическом составе пищевые продукты, как рыба, рыбные консервы, грибы, мясо, молоко, яйца и мед, цитрусовые, дыни, ананасы, хрен, помидоры, редька. В чем же их коренное различие?

В том, что рыба, мясо, грибы, молоко, яйца – это белковые продукты, чужеродный белок для организма человека, который и является истинным аллергеном.

Ни один небелковый продукт, к которому относятся мед, цитрусовые, все фрукты и ягоды, а тем более хрен, редис, редька, помидоры, быть аллергенами не могут и не бывают никогда! Конечно, сюда же относится пыльца любых цветущих растений, в том числе напугавшей всех нас амброзии.

Сразу сокращается запретительный список всего до четырех продуктов: мясо (естественно, изделия из него) рыба, молоко, грибы. Все остальное – пожалуйста, в любом количестве ешьте на здоровье!

А в сезон клубники, например, ешьте одну клубнику хоть пять дней подряд – получите замечательный оздоровляющий, очищающий организм эффект!

Или в сезон арбузов ешьте одни арбузы (восемь дней) великолепная очистка организма от песка и камней и всевозможных конечных продуктов обмена, накопившихся в тканях нашего организма, которые как раз-таки ослабляют иммунную систему и заставляют нас болеть и страдать!

Как же так? – скажете вы – это все теория! А вот я ем борщ с мясом, котлеты и шашлык – и все хорошо, а стоит появиться клубнике – есть не могу, появляется крапивница, а то и удушье, а в сезон цветения амброзии спасение только в бегстве – в Москву, на север…

Да, так-то оно так! Но постойте! Есть факторы, вызывающие аллергию, то есть являющиеся ее причиной и есть факторы, разрешающие аллергические реакции, то есть являющиеся только поводом для ее проявления.

Вот таким разрешающим фактором становятся клубника, мед, цитрусовые, помидоры, арбузы, пыльца амброзии. А почему? Потому что они очищают наши клетки от запакованных в них шлаков, ощелачивая внутреннюю среду организма, вызывая их лизис, то есть растворение и выход в межклеточную жидкость, лимфу и

кровь.

Межтканевая жидкость, лимфа и кровь наводняются отходами тканевого белкового обмена и самими белками животного происхождения из пищи, Организм не может не дать в ответ на подобное загрязнение внутренней среды тканей бурной избыточной иммунной реакции: образования огромного количества антител – тканевых (т.е. клеток) и гуморальных (растворимых белков крови).

Реакция антиген + антитело, которая имеет место, для того чтобы уничтожить антиген (клеточные шлаки) – это и есть аллергическая реакция, т.е. это – наша болезнь.

Как же быть – реакция вроде защитная: организм борется с чужеродными, загрязняющими его клетки продуктами, растворяет их, выводит из клетки и уничтожает, а налицо – болезнь, тяжелая иногда угрожающая жизни (анафилактический шок).

А выход очень простой – не загрязнять нашу внутреннюю среду, не ставить организм в «военное положение», не вызывать войну клеток на уничтожение (антиген + антитело), а жить спокойно, пользуясь всеми дарами, которые дает нам природа – фруктами, овощами, медом, чистым воздухом леса, поля и гор с летающей в нем весенней и осенней пыльцой. Природа не станет врагом человека никогда!

А чем же провинилось мясо? – скажете вы. А тем, что, будучи белком животного происхождения, оно имеет структуру, схожую с нашими белковыми структурами, но не идентичную им и вызывает со стороны иммунной системы только один ответ: «чужака надо убрать».

Для этого синтезируются антитела на те 40% белковых молекул, которые всасываются в тонком кишечнике человека в целом виде, не будучи расщепленными на полипептиды и аминокислоты.

А что происходит с остальными 60% съеденного мяса? Попадая в ткани в расщепленном виде, они наводняют их токсичными азотистыми продуктами: моноаминами, мочевиной, мочевой кислотой, креатином и т.п. А до того как попасть в ткани, все животные белки пищи частично загнивают в кишечнике с выделением токсинов гниения: путресцина, кадаверина, птомаинов.

Будучи сильнейшими ядами, они нейтрализуются в печени, попадая туда из кишечника с кровью воротной вены. В этом процессе печень, безусловно, повреждается, повреждаются и почки, через которые они выводятся.

А если количество этих ядов гниения превосходит нейтрализующие возможности печени, они попадают в общий ток кровообращения, но отфильтровываются из крови нашими тканями, т. к. кровь, насыщенная токсинами, – явление, с жизнью несовместимое, и в любую минуту может наступить смерть от паралича сердечного или дыхательного нервного центра в продолговатом мозгу.

Организм мудр и всячески старается продлить свое существование. Мы не умираем после обильной мясной трапезы, но накопляем яды и шлаки больше всего в печени (она большая), в почках (они их выводят), в легких (они полые, то есть наполнены воздухом, а вместо воздуха нижние отделы легких и бронхов заполняются гноем).

Забитые гноем капиллярные бронхи – это обструктивный бронхит. Гноем заполняется также печень и почки, потому что попадающие в них токсичные моноамины разрушают и убивают клетки этих органов, а мертвые клетки загнивают, не будучи выведены током лимфы, т. к. лимфа не успевает это сделать.

Вот и копятся эти омертвевшие клетки, помимо упомянутых органов, также в подкожной клетчатке: все кожные болезни, сыпи, псориаз, и особенно часто (у детей) в лимфоузлах:, глоточные миндалины – ангина, подчелюстные – паротит, перибронхиальные – бронхаденит, мезентериальные (вокруг тонкого кишечника) – мезаденит и т.д.

Во всех этих тканях скапливается, как известно, гной – гнойная ангина и т.д. Наличие гноя в тканях организма – прямая дорога к аллергиям, ведь, сколько можно терпеть чужака – его нужно удалить. Это будет или воспалительная реакция – ангина и т.д., или аллергическая реакция – сыпь на коже, диатез, спазм бронхов – бронхиальная астма.

Как избежать того и другого? Не загрязняться, не употреблять нефизиологическую для нас пищу. А если загрязнились – очищаться, то есть для того, чтобы стали доступными клубника, мед и апельсины, нужно предварительно очистить от шлаков и токсинов желудочно-кишечный тракт и сами ткани организма.

А для этого нужно после приема солевого слабительного (если нет гастрита) или касторового масла запить его травяным отваром с медом и соком любых кислых ягод, лечь на правый бок с грелкой на область печени на 1 час, продолжая пить отвар; это очистит кишечник.

Через 12 часов нужно сделать хорошее промывание кишечника (2–3 очистительные клизмы) и воздерживаться от твердой пищи в течение 10–14 дней. Все это время нужно пить травяные чаи с медом и соками цитрусовых или кислых ягод (не менее трех литров в сутки) и ежедневно промывать кишечник.

Практически четырнадцати (а иногда 21) дней хватит, чтобы прошла первая тканевая чистка. После этого становятся доступными все те запретные плоды, которые вызывали у нас мучительное состояние. Причем их прием только усиливает эффект излечения и очистки тканей.

Поэтому после условного голодания (на самом деле – тканевого питания), необходимо перейти не на мясные, куриные бульоны, молоко и яйца, а на свежевыжатые фруктовые и овощные соки – хотя бы десять дней, а затем свежие фрукты и овощи.

Очень скоро станут доступными орехи и сырые яичные желтки и растительное и сливочное масло, ржаной хлеб (сухари), каши, вегетарианские борщи и всякие овощные блюда: лучше печеные и тушеные (а не жареные) овощи. В зимний сезон – рыбные продукты, кроме копченостей.

И все это пищевое разнообразие, практически, пиршество, длится круглый год, только нужно в год хотя бы два раза проводить небольшие очистительные курсы, а также проводить чистки печени и придаточных пазух носа.

Все это называется естественная гигиена, гигиенический режим жизни, чистка не только наружная, но и внутренняя, которая и есть настоящий залог здоровья. Она излечивает аллергические заболевания, гипертонию, пиелонефриты, мастопатию,

полиартриты и ставшие в последнее время буквально эпидемическими – болезни щитовидной железы, причина которых ангины и обструктивный бронхит.

А это значит, что вылечит железу не операция. Нужно вылечить хронические тонзиллит и бронхит, и щитовидная железа будет здорова, исчезнут все узлы и кисты, которые нуждались в удалении.

В заключение хотелось бы рассказать только о двух пациентах, страдающих тяжелой аллергией и бронхиальной астмой и излечившихся исключительно путем очищения и правильного питания.

Это Любовь Семеновна Х. – 82 года и Наташа М. – 5 лет. В течение года соблюдения режимов очищения и естественного питания Л. С. Х. избавилась от мучившей ее тридцать лет бронхиальной астмы, гипертонии, жировика на шее.

Пятилетняя Наташа страдала с трех месяцев кожным диатезом в тяжелой форме, с трехлетнего возраста – пневмония, грипп и бронхиальная астма. Она начала лечение в августе 2000 года, когда ей было без двух месяцев пять лет.

Весной 2001 года она стала совершенно здорова. Приступы прекратились уже через три недели. Два обострения, которые длились не более полусуток, девочка перенесла в сентябре и декабре 2000 года. После этого она не болела.

Ела клубнику, мед, лимоны, апельсины в неограниченном количестве. Раньше ей это было есть невозможно и категорически запрещено. Но самым лучшим своим лекарством она считает арбузный сок, который полностью снимал начинающийся астматический приступ.

Вот что может природа сделать, если мы ее слушаем и слышим, ведь она нам дарит полное выздоровление вместо инвалидности.

Убежишь ли от амброзии?

Амброзия в сезон цветения вызывает у многих тяжелые болезненные реакции: насморк, слезотечение, зуд в глазах и носоглотке, кашель, вплоть до удушья.

Страдают и взрослые, и дети. И во всем мире единственным радикальным средством избавления от аллергии считается отъезд куда глаза глядят, лишь бы подальше, где вас не достанет зловредная пыльца. А ведь не думаем мы о том, что убежать от амброзии можно, но… от себя не убежишь. И уезжая в Подмосковье или даже в Норильск, мы увозим с собой в собственных легких и придаточных пазухах носа огромное количество гноя, который и является истинной причиной всех болезненных явлений, вплоть до приступов бронхиальной астмы. Знаете ли вы, что, заставляя нас страдать от чихания и кашля в сезон цветения амброзии, мудрая природа очищает нас, чтобы потом накопившиеся в дыхательных путях с годами отходы (мертвые, сгнившие клетки слизистой дыхательных путей – всем известная гнойная мокрота и гнойные выделения из носа) не стали причиной смертельных заболеваний: рака, туберкулеза…

Да-да, дорогие кубанцы, не спешите проклинать амброзию. То, что она делает с нами, – это сигнал, предупреждающий худшие беды. К нему нужно прислушаться, понять то, что говорит нам природа-мать.

Аллергия – это иная, извращенная реакция организма на вполне безобидный фактор внешней среды – пыльцу растений или красные и оранжевые фрукты и овощи, которые уж никак не отнесешь к врагам человека.

В чем же дело? Аллергия – это венец всех наших болезней. Вот поэтому и надо их развенчать.

А причина всех этих мучительных явлений нам уже ясна. Хронические воспалительные процессы дыхательных путей, которые зачастую у нас с детства, и лечим мы их антибиотиками, сульфаниламидами, гормонами, иммунодепрессантами, на худой конец – аспирином и т. п.

Все эти лекарства подавляют, но не ликвидируют воспалительный процесс. Погибшие клетки становятся гноем.

Подавляется «лишний» избыточный синтез клеток зашлакованным организмом, не трогая залежи самих шлаков. Результаты хорошо известны страдающим аллергией.

И поэтому, удалив гной из легких, бронхов, печени, почек, придаточных синусов носа, вы избавитесь не только от аллергии, но и от гипертонии, стенокардии, полиартрита, бронхиальной астмы, экземы, псориаза, упорной головной боли и даже шизофрении, не говоря уже о том, что это единственный способ излечения от злокачественных заболеваний в начальной стадии.

Способы избавления от гноя просты и доступны всем. Это питье отваров лекарственных трав с медом, свежих фруктовых и овощных соков, щелочной минеральной воды, промывания кишечника отварами трав и соками, воздержание от еды в течение нескольких дней. Все это дает возможность организму вернуть реальное здоровье и нарастить новые молодые ткани.

Вот отзыв на этот метод лечения токаря завода им. Седина Матузенко: «Болел я десять лет. Чего только не перепробовал! Иногда помогало ненадолго, чаще – не помогало вообще. В прошлом году заболела внучка: из глазенок слезы, личико отекло, нос заложен, спит беспокойно, а тут подошло время в школу идти. Мы лечились методами естественной терапии, очищали организм, пищу принимали по рецепту, выписанному врачом. Через две недели внучка пошла в школу здоровой. А я вскоре поехал на дачу, прихватив с собой флакон санорина. Но он уже оказался не нужен – я забыл про амброзию, хотя она еще цвела вовсю…»

Дети излечиваются быстрее и легче взрослых, очень хорошо переносят «вкусное» лечение вместо мучительного пребывания в больнице. Так, девятилетняя Вика из Тимашевска страдала приступами удушья в сезон цветения амброзии. Начав лечение в апреле, она через три месяца была совершенно здорова.

Двухлетний краснодарец Сережа Гущин, трехлетний Саша Спиваков из Быстрогорска Ростовской области страдали бронхиальной астмой, большую часть своей жизни они провели в больницах. Пролечившись в течение шести и четырех месяцев, они сейчас совершенно здоровы благодаря сознательности и стараниям своих родителей.

Наш десятилетний опыт помощи больным в Краснодарском крае, Ростовской области однозначно говорит о том, что естественное лечение гораздо лучше лекарственного. Причем неожиданно для больного проходят болезни, которые он считал неизлечимыми: многолетняя головная боль или диабет. Исчезает

необходимость приема противодиабетических препаратов и даже инсулина. Это не чудо, это – закон природы. Нормализуется обмен веществ в организме – исчезают все болезни.

Астма: причины – разные, воздействие – одинаковое

Бронхиальная астма (в отличие от сердечной, которая сопровождается такими же сильными приступами удушья при резком снижении работоспособности левого сердца) – это крайне тяжелая и обременительная болезнь.

На пациента, страдающего астмой, сильное субъективное воздействие оказывают страх смерти от удушья во время приступа, частое повторение астматических явлений и недостаточный по длительности эффект от терапии.

Причины астмы разнообразны. Часто ими являются аллергены, находящиеся в окружающей обстановке (бытовая пыль, шерсть животных, лекарства, цветочная пыльца), которые при соответствующей предрасположенности способствуют возникновению астматических приступов.

Так называемые внутренние аллергены (бактерии и продукты их обмена веществ в очагах воспаления) также могут служить причинами астмы.

Сюда могут относиться и климатические факторы, психические стрессы, нарушение гормональной регуляции или наличие до конца пока еще необъяснимой склонности к подобным аллергическим реакциям.

Организм реагирует на аллерген спазмами мышц малых бронхиол, в результате чего происходит отек слизистой бронхов и выделение довольно клейкой слизи.

Появляются уже известные симптомы: удушье, затруднение выдоха (из-за сужения бронхиол), сопровождающееся свистящими звуками, кашель с выделением прозрачной слизи. Во время тяжелых приступов астмы пациент стремится принять положение сидя, позволяющее вспомогательным дыхательным мышцам туловища несколько облегчить дыхание.

На более поздних стадиях болезни, возникающее во время приступа вздутие легких может стать хроническим и превратиться в эмфизему, дополнительно затрудняющую дыхательный процесс.

Почему же бронхиальная астма считается неизлечимой и как ее можно вылечить?

Ситуация с заболеваемостью бронхиальной астмой обостряется катастрофически. Десять процентов детского населения страны страдает ею, и каждые десять лет заболеваемость возрастает в два раза.

При таком положении вещей официальная лекарственная медицина признала астму неизлечимым заболеванием, что отмечено в национальной программе «Стратегия лечения и профилактики бронхиальной астмы».

Она указывает: «Родители должны знать – астму у детей излечить нельзя, ее можно более или менее эффективно контролировать с помощью лекарств». Далее идет их перечень с указанием периодов заболевания, когда препараты нужно применять.

Сегодня мы публикуем статью о другом подходе к лечению астмы не лекарствами, а очищением организма.

Да, сегодня официальная медицина признала астму неизлечимой и вот почему. Астма – это аллергическое заболевание, в механизме ее развития обязательно участвуют аллергические реакции, то есть реакции гипериммунного ответа организма на любое вещество внешней среды, которое может стать специфическим раздражителем для данного больного.

У очень многих – это пыльца амброзии в период цветения, у других – пыльца подсолнечника, полыни, тимофеевки, тополя и т.п. У третьих – это мед, цитрусовые, красные овощи и фрукты, у четвертых – холод.

Как принято лечить таких больных? Найти специфический аллерген и проводить десенсибилизацию ослабленными препаратами этого же аллергена.

Обычно это не помогает или помогает ненадолго – 1–2–5 лет. Потом астма возобновляется в худшем виде или переходит в другое заболевание – экзему, псориаз, мигрень, язву желудка.

Есть и другой метод, который почти всегда применяется одновременно с первым: применение бронхолитиков (снимающих спазм препаратов) – эуфиллина, теофедрина, различных ингаляторов. Этим методом снимается спазм мускулатуры бронхов, то есть прекращается или предотвращается приступ астмы (их назначают и в период между приступами).

Результат такого лечения следующий: бронхиальная мускулатура поддерживается в искусственно расслабленном состоянии. Такой больной, а тем более ребенок, не в состоянии выкашлять, выделить гнойную мокроту, которая продолжает скапливаться в нижних отделах легких, в мелких капиллярных бронхах.

Спазм отсутствует, приступов нет, налицо видимое благополучие – ремиссия болезни. Зато развивается обструктивный бронхит, капиллярные бронхи закупориваются прочно гноем, зарастающим еще мицелием, сокращается дыхательный объем легких, и нередко к 25–35 годам разыгрывается трагедия: молодой человек погибает. Очередная порция эуфиллина или ингалятор уже не помогают.

Есть еще и третий способ лечения астмы: подавление гипериммунных реакций организма гормональными и негормональными иммунодепрессантами, то есть применение гормонов в таблетках или ингаляторах, а также препаратов, подавляющих размножение «ненужных» антител – супрастин, кларитин, зиртек и длинный ряд других или подобных.

Эффект также оказывается временным, так как окончательно подавить воспроизводство иммунной системой клеток, «ненужных», на наш взгляд, но почему-то синтезируемых организмом, это значит убить человека.

Ввиду всех указанных обстоятельств бронхиальная астма на сегодняшний день во всем мире объявлена неизлечимой. Надежда только на новые, более эффективные лекарства, которые дадут более длительные ремиссии.

Нельзя не заметить, что во всем этом центральную роль играет производство и потребление лекарств. Чем больше неизлечимых болезней, тем больше требуется

лекарств для постоянного контроля за болезнью. На этом сегодня исчерпаны возможности лекарственной медицины в вопросе лечения болезней и открыты широчайшие и дальние перспективы для развития фармацевтического производства. Ответьте теперь на вопрос: кому полезно производство лекарств?

Практика врачей-натуропатов во всем мире ясно показала, что бронхиальная астма излечима в любом возрасте, но особенно легко и быстро она излечивается у детей.

Для этого требуется только одно: очищение всего организма от накопившихся в нем отходов обмена веществ и полная очистка бронхов и легких от накопившихся в них омертвевших клеток слизистой оболочки, а проще – гноя.

Вычистить клетки не способно ни одно лекарство. Это может сделать только сам организм с помощью своих тканевых ферментов.

Для того чтобы эти ферменты включились в работу очистки тканей, нужно создать определенные условия, а именно: избавить на время организм больного от работы по пищеварению, то есть воздержаться от еды и принимать в качестве питания отвары трав с медом и соком лимона и свежевыжатые соки фруктов и овощей.

Воздерживаться от твердой пищи (а также любой вареной, жареной, печеной) нужно в течение 21 дня. Затем в пищу вводятся свежие фрукты, овощные протертые салаты – все сырое в течение 1–1,5 месяца, наряду с отварами трав и свежими фруктовыми и овощными соками (но не консервированными).

Одновременно необходимо один раз принять слабительное (сенну, касторовое масло, сульфат магнезии) и промывать кишечник ежедневно по утрам – очистительные клизмы два или три раза подряд.

Подобные курсы лечения нужно проводить два – три раза в год. У взрослых излечение наступает через год, у детей – через шесть месяцев.

Не удивляйтесь этим срокам лечения – темпы и ритмы природы изменить нельзя, и если вы болеете несколько лет и принимаете лекарства, то вычистить эти тканевые токсины можно будет за 9–12–15 месяцев. Это общая схема лечения, но у каждого больного она протекает индивидуально.

По субботам в Краснодаре, в экологической библиотеке на ул. Лузана, 8, проводятся лекции по естественным экологическим методам лечения бронхиальной астмы и других заболеваний.

Прослушав курс лекций и семинарских занятий, вы будете знать свой организм, причину своей болезни и возможности ее лечения. Вы сможете вылечить себя и своих детей от очень многих недомоганий, а также познакомитесь с теми, кто прошел курс обучения и излечился. А особенно радостно, когда это происходит с детьми.

Оле К. сейчас 20 лет. Девять лет назад она прошла полный курс естественного лечения в течение шести месяцев. Не посещая школу полгода, она потом обогнала своих одноклассников, а весной поступила в художественную школу.

Олег Ц., 19 лет, студент политехнического университета. В девятилетнем возрасте страдал тяжелейшей аллергией и астмой. Возможности медицины были исчерпаны.

Мама прошла вместе с ним полный практический курс лечения и обучения. Сейчас он совершенно здоров.

Маргарите К. сейчас 11 лет. Она лечилась десять недель, сегодня практически здорова. Но лечение продолжает вместе с мамой.

Екатерина Б., 12 лет. Заболела в два года – бронхит. Находилась на стационарном лечении в Кущевской ЦРБ. Через два дня после выписки из больницы случился первый приступ бронхиальной астмы. С этого дня болела часто. Обычно начиналось с простуды – насморк, кашель, затем появлялись хрипы. Болезнь обострялась в холодное время года. Иногда сопровождалась высокой температурой, протекала очень тяжело. Ребенок иногда терял сознание, бредил. Неоднократно проходила лечение в стационаре. Принимала антибиотики, солутан, эуфиллин и др.

К 7–8 годам на теле стала появляться сыпь, заметно увеличился живот, изменилась осанка (стало заметно искривление позвоночника). Теперь уже приступы повторялись чаще и, главным образом, весной – летом в ночное время, примерно в 3–4–5 часов. С 1994 года, т.е. с 12 лет стала падать в обмороки. Изменился «характер» заболевания. Если раньше оно начиналось с небольшой простуды в холодное время года, то теперь все начиналось с мая месяца. Ночью возникало чувство заложенности носа, а под утро – приступ удушья. Без ингаляторов не проходила ни одна ночь. Приведу выдержки из ее «дневника самочувствия», как мы его назвали, и который старались вести постоянно. В него вносилась дата, количество приступов в течение суток, время и продолжительность каждого приступа, питание и сопутствующие симптомы.

«5 августа 1994 г.: 5.00 – Беротэк, 9.00 – Дитек, 15.00 – Беротэк, 17.00 – Беротэк, 19.00 – сальбутамол.

6–7 августа 1994 г. – за сутки десять приступов. Лечение проводилось теми же лекарствами + корень солодки, активированный уголь, но-шпа, гисманал, мезимфорте по указанию врача. Установлена диета.» Однако в ночное время суток (до самого утра) приступ уже невозможно было снять. Сыпь на теле не проходила месяцами. Все это сопровождалось сильным зудом, тошнотой, вялостью, болями в области сердца, обмороками. Школу оставила.

С 23 августа 1994 года начато лечение естественными методами (голодание, фитотерапия). Улучшение наступило уже через месяц. К началу лечения вес Екатерины – 42 кг. Приступы почти прекратились. Одышка появлялась только во время цветения весной и к концу лета. Прошла чистку печени, питание (вне голодания) фруктово-овощное. Сыпь исчезла. До мая 1996 г. еще одна чистка. С июля 1996 г. – ни одного приступа. В настоящее время учится в училище, занимается танцами, посещает спортивные занятия в училище. В период голодания ни разу не болела простудными заболеваниями.

Постарайтесь научиться всему этому и вы, дорогие читатели.

Астма у детей

Бронхиальная астма стала на рубеже XX и XXI веков одним из самых распространенных заболеваний.

С изменением среды обитания, нарушением экологии изменилась структура

заболеваемости во всем мире. И ликвидация инфекций, которые косили человечество в средние века, не принесла ему большого счастья. На смену инфекциям пришли аллергические заболевания, и одно из них – бронхиальная астма, которой в настоящее время поражено, по учтенным данным, пять процентов населения России.

Астмой называют рецидивирующее аллергическое воспаление бронхов, при котором они становятся гиперреактивными, т.е. реагируют спазмом на факторы, нейтральные для здоровья людей. Бронхиальная астма у малышей протекает иначе, чем у взрослых, и не всегда проявляется как приступы «свистящего» дыхания, кашля и одышки.

Компенсирование болезни за счет резервов роста скрывает ее развитие. Астма съедает резервы роста, недаром дети выглядят намного младше своих лет. Недостаточная артериализация крови (снабжение ее кислородом) сказывается на отставании физического развития, а у педиатров складывается впечатление о неплохом состоянии маленьких пациентов. Когда ребенок подрастает и все компенсаторные механизмы исчерпаны, астма выходит из-под контроля и общество получает нового инвалида. Вот что значит пресловутое и беспомощное выражение врача: «Перерастет».

Да, перерастет ребенок болезнь на несколько лет, выходит из детского возраста, а значит, из-под наблюдения педиатра, переходит к подростковому врачу, а потом – к терапевту. Вот тут и возобновляются в худшем, а иногда трагическом варианте муки больного и врача, и нередко люди, заболевшие астмой в младенчестве и детстве, не достигают тридцатилетнего возраста.

Давайте же постараемся понять, откуда берется бронхиальная астма, т. е. что является причиной болезни.

Не спазм бронхов причина астмы, как считают те, кто лечит эту болезнь бронхолитиками (эуфиллин, теофедрин и т.п.). Бронхолитики, конечно же, снимают спазм мускулатуры бронхов и приступы удушья. Но при постоянном применении они вызывают паралич бронхиальных мышц (за счет этого они и снимают спазм) и превращают бронхи в мешочки, набитые гноем, не способные опорожняться самостоятельно при кашле, что создает угрозу удушья с течением лет. Получается абсурд – педиатр лечит астму у ребенка, а погибает от нее взрослый человек, за здоровье которого педиатр не несет ответственности.

Спазм бронхов при астме только один из механизмов развития болезни, ее патологический симптом. Какова причина синдрома? Очевидно, причиной его являются гнойные отложения, скопившиеся в бронхиальном древе и в легочной ткани.

Гной выделяет в кровь и на слизистую бронхиальной стенки массу ядов, которые раздражают слизистую бронхов и вызывают не только кашель, способствующий отхождению мокроты, но и судорожный спазм бронхиальной трубки. Как избежать этих приступов? Ликвидировать их первопричину, т.е. гной, находящийся в дыхательной системе, – от придаточных пазух носа (воздухоносных костей лобной и верхней челюсти) и до самого основания легких.

Уверяю вас, природа не создала для этого ни лекарств, ни ингаляторов, даже ультразвуковых. Она создала человека и соединила все его органы и ткани единой кровеносной системой, кровью, омывающей каждый орган и каждую клетку. А если

загрязняется один орган, (легкие), загрязняются и все другие, в том числе и кишечник, который находится в животе. А «живот» значит – жизнь! Вот где начало и конец всех болезней. (Недаром бронхиальную астму сплошь и рядом сопровождает дисбактериоз кишечника).

Теперь выясним другое – откуда появился гной в органах дыхания? Откуда продукт разлагающегося трупа проникает в легкие взрослого или малыша? Оттуда, где они, увы, есть всегда и у всех людей – из толстого кишечника. Почему же такое происходит в кишечнике? В результате гниения пищи. Ведь человек, его органы пищеварения не в состоянии переварить то количество и, главное, качество пищи, которое он ест в течение суток.

Все мы едим общепринятую смешанную белково-крахмалистую вареную пищу с набором мясомолочных продуктов, круп, макарон, хлеба, фруктов, чая, сахара, кондитерских изделий, и чем вкуснее все это приготовлено, тем больше едим в неправильных сочетаниях. Результат – вечный процесс гниения и брожения в толстом кишечнике.

Об этом свидетельствует ежедневный зловонный стул (а часто он задерживается на 2–3 суток, особенно у детей, что означает сильнейшую интоксикацию всего организма – вспомните головные боли у ваших детей, ночное недержание мочи, отсутствие аппетита).

Вот поэтому лечение бронхиальной астмы нужно начинать с очищения и восстановления функций кишечника, желудка и печени (живота!), а легкие очистятся сами. Точно так же вылечатся сердце (миокардиты, ревмокардиты), мозг, кожа (кожные диатезы – часто пищевые). Как же чистятся эти органы?

Очень просто – водой и некоторыми слабительными средствами, которые имеют свойство чистить каждую клетку организма. О том, как это сделать реально и вылечить ребенка и взрослого, вы можете узнать на наших семинарах.

Результат такого лечения, проводимого согласно законам природы без попыток бороться с природой или обмануть ее, всегда один – выздоровление.

Красные фрукты и желтые помидоры

Сегодня хотелось бы поговорить о пищевой аллергии, как об одном из распространенных заболеваний человека.

От чего она возникает? Очень распространено мнение, что причиной ее является употребление в пищу красных и оранжевых овощей и фруктов (клубники, малины, вишни, свеклы, моркови, помидоров).

Действительно, связь очевидная. Проявляется она в том, что на коже появляется мелкая зудящая сыпь, а то и огромные отечные волдыри или того хуже – кашель с приступами удушья, вплоть до отека гортани у детей. Если исключаются из еды красные овощи и фрукты – тишь и благодать. Но у ребенка еще бывают частые простуды, нередко больные почки, при которых также запрещаются красные овощи и цитрусовые. Кстати, и мед, и клубника, и цитрусовые часто становятся причиной описанных болезненных состояний. Как же быть? Навсегда лишить ребенка этих ценнейших пищевых продуктов – источников витаминов, гемоглобина, поставщиков солнечной биологической энергии в наш организм?

«Но как же иначе, если они вызывают болезнь?» – спросите вы. Давайте проанализируем, а в самом ли деле болезнь вызывается этими продуктами или может быть, они являются только поводом проявления болезненных симптомов, а причина-то в другом? А красные овощи и фрукты, цитрусовые (апельсины, лимоны, грейпфруты) только очищают внутреннюю среду организма и то, что было запрятано внутри, невидимо загрязняя печень, почки, бронхи и легкие, становится теперь видимым на коже или слизистых оболочках верхних дыхательных путей, вызывая их отечность (аналогично волдырям на коже)?

Что же это было спрятано внутри организма и почему оно теперь проявляется в виде болезни? А запрятаны и буквально законсервированы в клетках внутренних органов (печени, почках, легких) гной, гнойные токсины, трупные яды – да, да, не удивляйтесь, трупные яды в живом организме!

Откуда они берутся? Да, видимо же, от употребляемого человеком в пищу трупного материала, то есть мяса убитых животных, птиц, рыб. Это так называемые моноамины, имеющие свои специфические названия – кадаверин, птомаины, индол, скатол, а так же метан и сероводород – это продукты гниения чужеродных животных белков, которое постоянно имеет место в желудке и особенно кишечнике человека с самого малого возраста (диатезы новорожденных и грудных детей подтверждают это).

Однако наш организм имеет одно замечательное свойство, без которого мы едва бы остались живы после употребления неподходящей для нас животной пищи – он постоянно очищает свою кровь – это правило гомеостаза, то есть соблюдения постоянного состава крови, не захламленной ядами, гноем, микробами. А куда же девать все это, коли оно уже вошло в нас через желудок и кишечник? В ткани, в первую очередь подкожный жир – «отстойник шлаков», а у кого его маловато – в печень (она же большая), почки и легкие. Вот и ходят люди, по виду здоровые, с тщательно упакованными в клетках ядами и шлаками, включая слизь и мочевую кислоту. Ходят до поры до времени – до первой простуды, операции, цветения растений весной или амброзии в августе, до появления клубники или арбузов, а потом сыпь, зуд, чихание и кашель и тому подобные неприятные вещи или нестерпимое состояние, заставляющее убегать от амброзии на север, где ее нет. Но… от амброзии убежать можно, а от собственных шлаков не убежишь. И если не послушать сигналов природы и не почистить организм основательно при первых признаках загрязнения, (кашель, чихание, слезотечение, сыпь, зуд, ожирение) это все перерастает в тяжелое состояние – бронхиальную астму, псориаз или даже опухоли с злокачественным течением.

Аллергия – это сигнал природы о загрязнении организма. Слушайте природу и немедленно приступайте к очищению, а не старайтесь подавить очистительные реакции – кашель, чихание, слезотечение, – таблетками и уколами; которые подавляют нервные (зуд, боль) и иммунные реакции организма. Эти лекарства не что иное, как наркотики для нервной системы и тканей человека и «польза» от них такая же, как от наркотиков.

Что же нужно делать? Как лечиться: если уезжать – бесполезно, таблетки – вредны? Лечиться надо только очищая все ткани и клетки организма (а не только кожу или легкие) от шлаков, ядов, гноя, слизи.

Что же такое очищение тканей? Как его добиться? Той же пищей. Оказывается, пища может быть разная – и загрязняющая и очищающая.

Помидор – целитель

Так вот, к очищающим организм и вытягивающим его из самых различных болезней продуктам относятся все фрукты – сырые, особенно сочные. Это – цитрусовые, земляника, вишня, все ягоды, арбузы, дыни, виноград и помидоры. Помидоры в этом ряду лечебных пищевых продуктов занимают особое место. Они исключительно богаты витаминами, органическими кислотами (не уступают лимонам и апельсинам), очень сочные, то есть содержат много ценной клеточной жидкости, имеющей кристаллическую структуру, содержат особенно ценные пигменты: каротиноиды и ликопен, являющиеся для человека источником гемоглобина крови и сильнейшим очистителем клеточной жидкости. По способности растворять и выводить из организма шлаковые продукты помидоры, пожалуй, превосходят все другие продукты питания (наравне с лимонами и грейпфрутами). Но среди помидоров есть сорта, обладающие наиболее лечебными свойствами – настоящая «пища-лекарство». Это – желтые и оранжевые сорта помидоров Чудо света и Хурма, обладающие необыкновенно нежным фруктовым вкусом и ароматом (смесь помидора, абрикоса и персика) и мягким лечебным воздействием на кишечник, печень и почки. Эти сорта помидоров не провоцируют тяжелых аллергических реакций, как это могут сделать красные помидоры, они снимают аллергию мягко и постепенно, не вызывая обострения болезни. Для этого (после соответствующего курса очищения внутренних органов) необходимо длительное употребление оранжевых и желтых сортов помидоров. Желательно даже суметь провести 1–2–3 недели на монотропной диете, то есть кушать в течение этого времени только помидоры. Это составит для пациента лишь удовольствие и радость от легкой и приятной еды. Но для этого лучше всего иметь эти помидоры на своем приусадебном участке или даче. Сорта эти отличаются крупным, мощным кустом и созреванием в течение длительного времени. С июля по ноябрь, возможно иметь постоянно спелые свежие плоды на кусте.

Как не умереть от гриппа. Умная профилактика

ПЕРВОЕ, что нужно запомнить: ЛУЧШЕ провести РЕАЛЬНУЮ профилактику и не заболеть, чем заболеть, а потом лечиться, даже «умным» способом.

Гриппом заболевают не потому, что заражаются вирусом. Кстати о вирусе: он уже поразил Европу и движется к нам. Это другая разновидность прошлогоднего вируса «Сидней», который унес 150 тыс. жизней. Что ожидать от незнакомца – неизвестно. Вакцин и препаратов от него придумать не успели. В этой ситуации у населения возникает паника и люди кидаются покупать любое рекламируемое средство, лишь бы не заболеть. Стремление похвальное, но чтобы оно осуществилось, надо понять следующее: вирус гриппа является только поводом, а не причиной заболевания. Истинной причиной заболевания гриппом являются шлаки и токсины, в изобилии забивающие наши клетки, ткани и органы. В первую очередь: это гной в органах дыхания (они ведь первыми поражаются при гриппе, потом идут осложнения – сердце, почки, мозг и т.п.). Больной гриппом умирает не от вируса, а от собственных ядов, которые в огромном количестве выбрасываются из клеток в кровяное русло. А почему они выбрасываются? Это уже работа вируса гриппа. Получается, что вирус очищает клетки нашего организма, но в результате мы заболеваем, т.к. яды разносятся кровью по всем органам, что может привести к смертельному поражению сердца, почек или мозга.

Теперь ответим на вопрос: нужно ли нам ждать, чтобы вирус гриппа принялся нас очищать таким жестоким образом? Не лучше ли сделать это самим, не дожидаясь

встречи с этим микроскопическим и опасным существом? Ведь встреча все равно произойдет. Раз вирус есть во внешней среде, мы его обязательно проглотим и вдохнем. Но при чистоте клеток организма он пройдет «сквозь» человека совершенно безболезненно и будет выброшен из организма с естественными выделениями и выдыхаемым воздухом.

Итак, не будем ждать болезни, и превращать наш дом в аптеку, а сразу начнем очищение организма от многолетних отложений слизи, гноя и каловых камней.

В 7 часов вечера принимаем слабительное – сульфат магнезии (если нет язвы или гастрита) или касторовое масло (если есть даже легкий гастрит). Сульфат магнезии (50 г) растворить в стакане теплой воды, выпить, запить отваром трав с медом и соком лимона (на стакан отвара – 1–2 чайной ложки меда и сок 1/4 лимона).

Касторовое масло взрослые пьют по 3 столовые ложки, а дети – по 1 столовой ложке или 2 десертные ложки. Запить отваром трав и лечь на правый бок с грелкой на область печени на один час без подушки. До 9 часов вечера выпить 5–6 стаканов отвара трав с медом и соком лимона. Слабительное (соль или масло) очищает печень, кишечник и все ткани организма от ядовитой внутриклеточной жидкости, выводя всю ее через кишечник. Потерю жидкости, которая имеет место при частом стуле, нужно компенсировать питьем отвара трав, которые представляют собой очищающий и питающий клетки коктейль. В 21 час необходимо лечь спать, т. к. биоритмы нашего организма необходимо привести в соответствие с природными, а именно – с солнечными биоритмами. Это элементарное гигиеническое правило – спать в темное время суток и бодрствовать в светлое. Сон с 21 до 24 часов наиболее полно насыщает нашу ауру космической энергией, которая дается нам даром, хотя цена ее для нас огромна… Нарушение суточного ритма сна – одна из основных причин всех болезней человека.

Утром необходимо сделать 2– или 3-кратное промывание кишечника (очистительную клизму). В 2 л теплой воды добавить 2 чайные ложки поваренной соли и 1 чайную ложку пищевой соды. Такое промывание нужно повторять каждое утро в течение 3–7 дней (лучше 7 дней). После первой клизмы не принимайте пищу, а только пейте отвар трав с медом и соком лимона также – 3–7 дней и свежевыжатые соки грейпфрута, апельсина, лимона с 1 чайной ложкой меда на один стакан сока.

Травы для целебного чая: мята, мелисса, душица, подорожник, мать-и-мачеха, тысячелистник, ромашка, цикорий, спорыш, толокнянка, лавровый лист. По одной столовой ложке каждой травы положить в эмалированную кастрюлю и залить тремя литрами кипятка. Закрыть и укутать на 30 минут. Затем начинать пить по 1 стакану через каждый час, добавляя мед – 2 чайных ложки и сок 1/4 лимона. Мед и лимон прекрасно очищают клеточную жидкость и питают клетки. Наряду с отваром следует пить цитрусовые соки от двух до четырех стаканов в день.

Общее очищение организма нужно сочетать с очищением придаточных пазух носа от гнойных отложений. Для этого необходимо по утрам после очистительной клизмы лечь на спину и закапать в каждую ноздрю по одной капле разбавленного сока клубня растения цикламен. Это исключительно важная, хотя и малоприятная процедура. Очищение лобных и гайморовых пазух с помощью этого препарата является 100-процентной гарантией от заболевания гриппом и вообще – респираторной инфекцией. После закапывания необходимо полежать на спине минуты 3–4, встать и выпить 2–3 стакана горячего отвара трав с медом и соком лимона, затем наклониться до пола на 1–2 минуты, подняться и вымыть лицо и нос горячей водой. Можно сделать ингаляцию с листьями эвкалипта, мятным маслом, пихтовым маслом,

бальзамом «звездочка». Закапывание цикламеном нужно проделывать 2–3 раза в день ежедневно, в течение 7–14 дней, можно и больше.

Сок цикламена готовится следующим образом: почистить добела клубень цикламена (купить у травников), помыть, натереть на мелкой терке, из кашицы отжать сок, налить в чисто вымытый флакон, развести дистиллированной водой (1:5). Держать в холодильнике до 10 дней, потом приготовить новый раствор.

В результате из придаточных пазух носа выделяется огромное количество слизи и гноя, которые были бы там (и учтите, что эти пазухи расположены в голове человека) прекрасной питательной средой для того самого вируса гриппа, от которого мы не можем найти защиты. А лучшая защита оказывается в том, что мы не дадим вирусу возможности питаться гноем в нашем организме.

Если мы эту возможность ему дали, то есть заболели, вирус, активно питаясь и размножаясь в синусах носа, расщепляет гной с выделением токсинов – путресцина, кадаверина и др., которые представляют трупные яды. Попадая в кровь и циркулируя по всему организму, они поражают, в первую очередь, головной мозг и его оболочки. Появляются головные боли, арахноидиты, затем заболевания сердца (гриппозный миокардит), почек (гломерулонефрит). Все это достаточно серьезные осложнения гриппа, ведущие к летальному исходу. Но не допустить их довольно просто и вполне в наших силах.

Описанный курс очищения предохраняет человека не только от заболевания гриппом. Если повторять его хотя бы два раза в год, то можно уберечь себя от таких заболеваний, как инфаркт, инсульт, рак, диабет, атеросклероз, склероз сосудов мозга, т.е. старческое слабоумие или болезнь Альцгеймера, которая сейчас приобрела характер эпидемии в США. Такое очищение предупреждает также глаукому, катаракту, глухоту.

Но как поступить, если мы были столь неразумны, не провели в свое время соответствующей профилактики и заболели гриппом или какой-то другой болезнью? Очищать организм. Только уже не 3–7 дней, а гораздо дольше – 10–20 дней и повторять курс после 1–2 месячного перерыва.

Очень многие болезни взрослых и детей можно вылечить, таким образом, в том числе аллергию, бронхиальную астму, эпилепсию, болезнь Бехтерева, бесплодие. Но это лучше делать под наблюдением врача-натуропата.

Что такое псориаз?

Естественное лечение, или натуропатия, учитывает в лечении больного не одну болезнь, а все органы и ткани организма, иначе – всего человека. Старые врачи знали этот принцип очень хорошо и не отступали от него. «Лечи больного, а не болезнь», – говорил 200 лет назад русский терапевт Мудров. А что лечат сейчас? Лечат болезни -аллергии, псориаз, глаукому и так далее. Но ведь в теле человека все органы связаны друг с другом кровью, имеющей одинаковый состав, какой бы орган она ни омывала. И конечно, не может быть сомнения в том, что состав крови влияет на состояние тканей и органов и наоборот. Ведь между кровью и тканями происходит постоянный обмен веществ, т.е. кровь отдает свежие питательные продукты тканям и забирает из них старые, отработанные продукты, шлаки, подлежащие выведению из организма. Но всегда ли кровь человека успешно выполняет эту функции очищения тканей? Выполняла бы всегда – и люди не болели бы, если бы сама кровь

снабжалась продуктами высокого качества. А кто и что снабжает этими продуктами нашу кровь? Снабжает сам человек посредством принимаемой пищи. Следовательно, от качества и состава пищевых продуктов зависит состав и крови, и тканей организма, любого его органа, в том числе и кожи.

Теперь давайте посмотрим, что такое псориаз и как его лечить? Является ли псориаз кожным заболеванием? Нет, конечно! Это заболевание всего организма. Оно только проявляется на коже, а причина его скрыта в нарушении функции печени и почек, а также легких. Почти всегда у страдающего псориазом в организме при обследовании обнаруживается какой-то гнойный очаг – в глоточных миндалинах (ангины), в бронхах – бронхиты или воспаление легких в прошлом, у женщин в яичниках – кисты, в области кишечника – хронический аппендицит и т.п. Следовательно, для того чтобы вылечить это заболевание (а не залечить его), нужно в первую очередь удалить из организма гнойные очаги, где бы они ни находились. Но не хирургическим путем. Во-первых, удалить ножом можно не все и не везде, и, во-вторых, после таких операций, например, удаление полипов в носу, все возобновляется: полипы вырастают снова, гной в придаточных пазухах носа тоже накопляется постоянно и нередко приходится до десяти и более раз удалять его путем проколов гайморовых пазух и введения туда антибиотиков. Почему же гнойные процессы в организме имеют склонность к повторению? Потому что гной накапливается в наших тканях из-за неправильного смешанного питания, а в основном из-за животных белков мясных и молочных. Животная пища с печальной закономерностью перерабатывается в нашем организме в гной (загнивание в кишечнике, иммунные конфликты в тканях), а гной разносится с кровью и скапливается, где только возможно, так как кровь отфильтровывается в тканях (печени, почках, жировой ткани и других, вплоть до мозговых оболочек). Это очищение крови происходит в организме постоянно – кровь должна быть чистой, иначе мы захлебнемся собственными ядами. Органы же наши имеют очень большие компенсаторные возможности – накапливать и откладывать в клетках эти отбросы обмена – особенно подкожная клетчатка, ткань печени и легких. Вот и появляются заболевания кожи: диатезы у детей, экзема, псориаз у взрослых, болезни печени – та же болезнь Боткина, ставшая бичом для детей в детских садах и школах, воспаления легких, бронхиты, ангины, гаймориты. И аллергии у детей и взрослых – на пыльцу растений, на домашнюю пыль, на мед, цитрусовые, красные овощи и фрукты. А причина одна: загрязнение тканей организма гниющими трупами мертвых клеток, то есть гноем.

Поистине семь бед (и семьдесят бед) – один ответ! Какой? Ответ простой: очищайтесь и будете здоровы! О способах очищения путем питья травяных настоев с медом и соком лимона и промываний кишечника мы писали в статьях, посвященных аллергии, головной боли, болезням глаз.

Хочется только предостеречь больных псориазом и другими кожными заболеваниями: примочки и ванны из отваров трав, корней лопуха, валерианы и других, конечно, полезны, но, чтобы излечение было окончательным, а не временным, истинным, а не кажущимся, нужно все эти средства применять одновременно с системой очищения внутренних органов. Иначе, если даже вы вылечите псориаз, то приобретете другие заболевания, как будто не связанные с тем, что вы лечили, например, язву желудка, бронхиальную астму, мигрень, или, что намного хуже – опухоли грудных желез, матки, простатит и т.п. Почему это происходит, должно быть ясно: если не проведено полное очищение организма, лечение любого заболевания сводится к перекачиванию грязи, скопившейся в клетках больного органа, в другие органы и ткани нашего тела, и перекачка эта производится опять же с помощью крови. Так что если вы хотите излечить любое

заболевание, в том числе инфекционное или вирусное, вы должны суметь выделить шлаковые продукты, скопившиеся в тканях, в кровь, а из крови вывести их наружу – через почки, кишечник и легкие. Этот процесс очищения может реализоваться у любого человека (и взрослого, и ребенка) только при условии промываний кишечника, очистки печени и почек и временного воздержания от пищи с одновременным питьем настоев лечебных трав с медом и соком лимона.

Ожирение и гипертония. Бомба замедленного действия

Очень часто обладатели лишних килограммов страдают повышенным давлением крови. Вообще лишний вес – это бомба замедленного действия, поскольку таит в себе зародыш таких тяжелых болезней, как диабет, гипертония, бронхиальная астма и даже рак.

В организме, переполненном излишними продуктами (жир), очень возрастает склонность и возможность опухолевого роста, так как создаются все условия для питания ненормальных, агрессивных раковых клеток, много жира и мало кислорода – при ожирении нарушены тканевые окислительно-восстановительные процессы! Нечего уже и говорить о том, что лишние килограммы жира заставляют страдать сердце, появляются одышка, боли и деформации в суставах и позвоночнике, вздутия в кишечнике и печени. Воспаление желчного пузыря и отложение в нем всяческого рода кристаллизованных отбросов обмена, называемых «камнями», – обычный спутник ожирения.

Из всего сказанного ясно одно: ожирение нужно лечить. Но как? Существует множество «легких» и «приятных» методов лечения – от кодирования, иглоукалывания, лечения у экстрасенсов до таблеток, разнообразных «сжигателей жира». Увы, действие всех этих методов основано на одном механизме – воздействовать так или иначе на гормональную систему организма, то есть систему желез внутренней секреции (щитовидная железа, поджелудочная железа, надпочечники, половые железы), которые тесно взаимодействуют друг с другом и с мозгом (кодирование). Эти средства вызывают усиленную ее работу – сжигание жира, с последующими нарушениями в работе желез внутренней секреции, разнообразными сбоями в ней, начиная от заболеваний щитовидной железы до половых расстройств (нарушения менструального цикла, импотенция) и даже диабета.

Похудев в течение первых месяцев лечения, люди приобретают новые болезни или вскоре возвращается избыточный вес, а самое главное – не излечиваются те болезни, которые сопутствуют ожирению. Но, как говорит народная мудрость, «без труда не вытащишь и рыбки из пруда», а тем более не освободишься от лишних и загрязняющих организм шлаков: жира, гноя, камней, слизи, которые, забивая наши органы, заставляют нас болеть и умирать раньше времени.

А вылечить любую болезнь можно, только если прислушаться к законам природы и выполнять их. С природой бороться невозможно (а употребление любого лекарства – это борьба с собственным организмом), обмануть природу – невозможно тоже, (можете одновременно, и кушать, и худеть, употребляя сжигатели жира). Природе можно только подчиниться: потому что она нас создала по своим законам.

А первый закон природы, который мы постоянно нарушаем, – это чистота. Чистота и наружной среды, очень сильно нарушенная в виде техники и химии, и внутренней

среды, то есть самого организма. Кстати, эту чистоту постоянно старается соблюдать сам организм. При том, что мы его усиленно загрязняем неподходящей и избыточной пищей организм, старательно очищая посредством печени, этого гигантского фильтра, кровь и жизненно важные органы, откладывает все яды и токсины в жировой клетчатке, потому и говорится, что жир – отстойник шлаков.

Какое отношение имеет ко всему этому гипертония? Самое прямое: зашлакованные почки начинают реагировать спазмом собственных кровеносных сосудов, чтобы меньше в них пропускать ненужных отравляющих продуктов обмена. При этом начинает выделяться ренин, вызывающий стойкий спазм сосудов всего организма. Вот и идет: повышено минимальное давление. А чтобы все-таки протолкнуть кровь через эти сжатые сосуды во все органы и не вызвать нарушения кровоснабжения в них, сердце вынуждено работать с двойной и тройной нагрузкой, усиленно работать, вот и повышается максимальная цифра артериального давления – доходит до 200 и выше (норма 120 единиц). Но ведь давление повышается не только у тучных, но и у худых людей, хотя и реже. Да, если нарушена работа кишечника и поджелудочной железы и тем самым нарушена способность усваивать принятую пищу. Но поджелудочная железа и кишечник работают плохо, потому что сами загрязнены тоже продуктами распада тканей организма. При их очищении от этих лишних, очень ядовитых продуктов восстанавливается работа, как кишечника, так и почек и худые приобретают нормальный вес и нормальное давление крови.

Да, истинные чудеса может делать только природа, то есть естественное лечение.

Теперь несколько слов о тех, кто лечил себя у нас природой, а не лекарствами: Зиманина Т. В., 62 года, начала лечение при весе 135 кг и АД (артериальное давление) = 220/110. За 6 месяцев лечения вес ее снизился до 80 кг, АД нормализовалось полностью. Совершенно изменилось отношение к жизни. Сейчас это не больная, старая женщина, которая собиралась умирать, а молодая, жизнерадостная, полная оптимизма, которая говорит: «Я сбросила 50 кг веса и помолодела на 30 лет и пошла… в группу бального танца».

Баранникова О. И., 68 лет, страдала 50 лет головными болями и повышенным артериальным давлением. Через месяц после начала лечения головные боли прекратились полностью, артериальное давление нормализовалось через два месяца, а еще через четыре месяца она полностью излечилась от псориаза.

Смирнов А. И. из Красноармейского района имел вес 138 кг, артериальное давление 230/120. Проходил регулярно в год 2–3 курса естественного лечения, за один год вес снизился до 75 кг и совершенно нормальным и стабильным стало АД.

И подобных примеров можно привести множество. Лечение природой – это не лечение волшебством. Если болеете пять или двадцать лет, вы не вылечитесь за одну неделю или месяц. Нужны упорство и настойчивость, а также вера в силы природы.

Ожирение и диабет: реальное лечение. Что такое ожирение и когда оно возникает?

Общепринятая точка зрения: ожирение возникает при избыточном питании, когда количество принятой пищи значительно превосходит энергетические затраты организма. Тогда пища, не успевая превратиться в энергию, откладывается в виде излишней жировой ткани. Заметьте – пока еще жировой. Дальше мы увидим, что при

определенных условиях избыток пищи превращается в белковую ткань – это уже процесс весьма опасный, то есть тот самый злокачественный процесс, разрушающий организм. Итак, причина ожирения – избыточное питание, и это совершенно верно. Все остальное, чем оправдывают себя полные люди – наследственность, эндокринные нарушения и т.д., не является причиной ожирения или является его следствием.

«У нас в роду все такие» – это только потому, дорогие женщины и мужчины, что у вас в роду традиционно принят тот образ питания, который ведет к ожирению, т.е. жирная мясная пища, да еще и с достаточным количеством животного белка – хлеб, каши, картофель, сало, котлеты, колбасы и т.д. Единственное, что вы получаете в наследство от своих бабушек, – традиции и привычки питания, генетика здесь ни при чем. Но беда ожиревшего человека начинается тогда, когда он, будучи уверен, что причина его состояния – гормональные нарушения, начинает лечиться гормональными препаратами. Это всегда ухудшает состояние, т. к. нарушения работы эндокринных желез, вплоть до опухолей гипофиза, щитовидной и других, является не причиной, а следствием ожирения. Лечить такие состояния новым вмешательством во внутреннюю среду организма – принятием гормонов, – это значит еще больше нарушить работу всей эндокринной системы и вконец расстроить ее. Именно расстроить (как расстраивается рояль), поскольку эндокринная система – это цепь желез, взаимодействующих друг с другом ежесекундно, и нарушение одного только звена этой цепи ведет к разбалансировке работы всей системы. Очень показательный случай произошел у меня лет десять тому назад. Я встретила сестру моей подруги, которая после окончания института уехала в другой город и не встречалась со мной шестнадцать лет. Я увидела тридцатишестилетнюю женщину совершенно неузнаваемой внешности. Кроме сильного ожирения у нее были налицо явления акромегалии – удлинение носа, подбородка, пальцев рук – все признаки опухоли гипофиза. На мои удивленные вопросы она ответила печально: «Мне в институте эндокринологии поставили диагноз: опухоль гипофиза, но муж не разрешил облучаться». Настроение полной безысходности и депрессия были налицо. Но ей было всего 36 лет (хотя месячный цикл прекратился) и было ясно, что стоит избавить организм от огромного груза токсинов, который она носит в своих 90 килограммах, и все станет на место, то есть отрегулируется работа желез внутренней секреции и опухоль исчезнет. Ее полнейшее преображение и возвращение прежнего облика стройной круглолицей женщины (а был удлиненный нос и подбородок) произошло у меня на глазах в течение последующих четырех месяцев. Она сбросила 20 кг, исчезли мучающие ее суставные боли, бессонница, лицевые кости и руки приобрели прежние нормальные размеры, восстановился месячный цикл. И все это было достигнуто без единой таблетки, исключительно изменением питания. Пища – это строительный материал наших клеток и всего нашего организма, в том числе костей, нервной системы, мозга, и потому, изменив качество и состав пищи, можно изменить соответственно состав и качество наших тканей, то есть превратить больные ткани в здоровые и наоборот. И потому в выборе еды нужно руководствоваться не традициями, привычками и вкусами, а знанием свойств пищевых продуктов, их воздействием на обмен веществ в организме. Вот об этом мы и поговорим сейчас. Прежде всего – о калориях. Существует множество таблиц, которыми предлагают руководствоваться при выборе еды, для того чтобы не набрать лишние килограммы. В них показано количество калорий, содержащихся в пищевых продуктах: 1 пирожок, 1 яблоко и т.д.

Но давайте посмотрим, о каких калориях здесь идет речь? Кто и как их измерил? А измерил их в XIX веке немецкий гигиенист Фойт. Сжигал (как дрова) определенное количество продуктов: хлеба, мяса, сала и т.д., в калориферной печке и измерял количество полученного тепла в калориях. То есть он измерил количество тепловых

калорий, содержащихся в 100 г продукта – белка, жира, крахмала. И на основании этой работы Фойта диетологи с этих пор стали рекомендовать нормы питания для здоровых и больных людей, детей, стариков. Но тепловые калории годятся для работы механизмов, а не живых тканей. Человеческий организм живет и действует благодаря вовсе не тепловым, а биологическим калориям, или так называемым, фотокалориям, которые содержатся в биологически активной, «живой» пище, т.е. сырой растительной пище. Откуда берутся фотокалории («солнечные» калории) в растениях? Они образуются в зеленых частях растения в процессе фотосинтеза, который локализуется в зернах хлорофилла. Эти калории в растении сразу же расходуются на синтез молекул растительных макроэргов – аккумуляторов АТФ (аденозинтрифосфорной кислоты). Затем энергия, накопленная в растительных АТФ, расходуется (фиксируются) на синтез плодов и других частей растения. Так дерево растет и плодоносит. И созревают плоды – фрукты и ягоды, сладость которых зависит от освещенности солнцем, чем больше солнца, тем слаще фрукты, то есть тем больше в них фруктозы и глюкозы. Съедая их в сыром виде, мы непосредственно усваиваем энергию, фиксированную в структуре углеводов.

Углеводы, а также жиры и белки растений расщепляются в процессе пищеварения очень быстро, без излишних затрат пищеварительных ферментов организма, если они приняты в натуральном виде, а не денатурированы тепловой обработкой, разрушающей энергетическую структуру продукта. Дальнейший обмен веществ происходит уже в тканях нашего организма. Яблоки, виноград, морковь, свекла, редька, зеленые овощи, расщепившись до углеводов, жирных кислот и аминокислот, всасываются из кишечника в ткани и, расщепляясь дальше на молекулы, отдают свою энергию на синтез животных молекул АТФ – тех же макроэргов, аккумуляторов энергии. Энергия же, запасенная в этих молекулах, расходуется в дальнейшем по мере потребностей организма на рост тканей – у ребенка и все другие физиологические процессы, на физическую, нервную, умственную работу, обучение и т. д. Поступление и расход энергии балансируются идеально, ничего лишнего не откладывается в тканях в виде жира, песка, гноя и т.п. Ребенок и взрослый, и старик всегда здоровы, бодры, деятельны, жизнерадостны – организм лишен груза токсинов и потому аппетит регулируется так, что не съедается ничего лишнего. Это не выдумка кабинетных ученых, а наблюдения некоторых человеческих социумов-народностей, живущих в экологически сохранных регионах. Это хунзы, живущие на севере Пакистана в долине реки Хунза. Их пищей являются в течение круглого года абрикосы – свежие и сушеные, съедобные травы и просо. Племя кель-кумеров в Центральной Африке питается исключительно финиками. Другой пищи у них просто нет. И, тем не менее и хунзы, и келькумеры исключительно здоровые, рослые и выносливые люди, живущие до 150 и более лет совершенно без болезней. На небольшом острове Тристан д,Акунья в Атлантическом океане уже второе столетие живет несколько сот европейцев-переселенцев. Питаясь исключительно произрастающими на острове плодами, они совершенно здоровы и избавились от всех болезней, которыми страдали их предки, впервые пришедшие на остров.

Но если мы начинаем измерять тепловые калории пищи и соответственно питаться мясом, хлебом, пирожками и всеми изобретениями кулинарии, то благодаря их возбуждающему вкусу мы теряем меру в поглощении еды. Избыточному питанию очень способствует также насыщенность наших тканей, и особенно печени и мозга, различными ядами, которые образуются в процессе пищеварения денатурированной (вареной, жареной) и смешанной пищи – белки с крахмалами и углеводами: хлеб, мясо, каши, творог и сладкий десерт, т.к. они перевозбуждают вкусовые рецепторы и мозговой центр насыщения. Вот тут и начинаются все заболевания органов пищеварения – от язвы желудка до геморроя, не говоря уже о гепатитах и панкреатитах – печень и поджелудочная железа буквально отравляются при

всасывании продуктов гниения и брожения из кишечника в кровь воротной вены печени, а поджелудочная железа не в состоянии выделить все пищеварительные ферменты для одновременного переваривания белков, крахмалов и углеводов. Но выделить-то надо, иначе все сгниет в двенадцатиперстной кишке и мы отравимся. Вот она и выделяет ежедневно огромные количества трепсина-фермента для переваривания белков, т.е. мясных и молочных продуктов. Если таким образом железа истощается – наступает хронический панкреатит. Но если однажды поджелудочная железа выделит слишком много трипсина, возникает острый панкреатит – состояние, угрожающее жизни, т.к. идет самопереваривание ткани железы своим же трипсином. Тут уже подавайте огромные дозы контрикала внутривенно, чтобы подавить активность трипсина. Если спасается жизнь, налицо потом хронический панкреатит. Вот как мы рискуем, едим бездумно и безмерно. Ведь нельзя забывать о том, что съеденное нужно еще и переварить, т. е. потратить на это работу пищеварительных желез по синтезу пищеварительных ферментов. А это очень энергоемкая работа, вот и получается, что на синтез этих ферментов тратится больше наших тканевых молекул АТФ, чем мы их получаем в результате усвоения смешанной, денатурированной пищи. Потому возник термин «продукты с отрицательными калориями». Это, прежде всего, вареные крутые яйца, манная каша, вареное, жареное мясо и очень многое другое. Если организм здоров и с достаточной мощностью работают пищеварительные железы, то принятая избыточная пища перерабатывается в кишечнике без особых неприятностей и откладывается в виде подкожного жира, а затем жира, окутывающего внутренние органы – сердце, кишечник, печень. Причем организм старается «спрятать» в жир все образующиеся при смешанном пищеварении токсины (а их образуется немало при гниении белков и брожении крахмалов), и жировая ткань становится отстойником шлаков. Вот таким образом здоровый человек превращает себя в больного совершенно добровольно. Ведь ожирение – это первая ступень нарушения обмена веществ. За нарушением обмена жиров неизбежно следует вторая ступень – нарушение обмена углеводов, то есть ожирение таит в себе реальную угрозу заболевания диабетом II типа. Это нарушение работы инсулярного аппарата поджелудочной железы вследствие его усиленной эксплуатации – поджелудочная железа истощается, будучи вынуждена на протяжении многих лет усиленно вырабатывать инсулин для усвоения принятой в неумеренных количествах пищи. Причем главным врагом поджелудочной железы является даже не сахар, а чужеродные животные белки, т. е. мясные продукты. Для своего усвоения они (как и жиры) также требуют наличия инсулина, поскольку биохимикам известно, что инсулин является универсальным анаболическим гормоном, без которого невозможно проникновение в клетку питательных веществ из межклеточной жидкости. К тому же, являясь природными белками, животные продукты провоцируют иммунную систему к синтезу антител, повреждающих инсулярный аппарат: вот вам и аутоиммунное заболевание – диабет. А все аутоиммунные заболевания считаются неизлечимыми, т. к. запущенный однажды процесс антитеплообразования практически невозможно остановить при сохранении в питании животных продуктов и наличии в организме гнойных очагов – в легких, глоточных миндалинах, аппендиксе и любых других органах. Чем же пытаются лечить диабет? В лучшем случае подстегивая инсулярный аппарат, заставляя его работать сильнее (препараты сульфамидного ряда), при тяжелом течении – инсулин, подавляющий вконец работу самой железы по синтезу инсулина – лечение, калечащее организм и не достигающее излечения). И потому теперь оно уже не называется лечением, а только контролированием патологического процесса – вот таковы успехи фармацевтической медицины.

Итак, мы выяснили, что ожирение приводит к тяжелым эндокринным нарушениям. Но ограничиваются ли этим беды людей с избыточным весом? А повышенное артериальное давление с угрозой мозгового инсульта? А атеросклероз сосудов

мозга, сердца и почек? А обменные полиартриты? И наконец, острый панкреатит, вероятность которого также не исключена. Поэтому ожирение – это бомба замедленного действия, которая может взорваться в подходящий момент любым из этих заболеваний, то есть это болезнь, которую нужно лечить.

Как же это сделать правильно и реально? Если лечить ожирение с целью только похудеть, что особенно часто делают молодые девушки и женщины, а также мужчины, то можно пользоваться различными белковыми диетами без употребления крахмалов и жиров – кофе, яйца, тощее мясо, творог – налицо чувство сытости и уходят килограммы. Но это означает забить ткани огромным количеством азотистых шлаков (конечных продуктов белкового обмена) – мочевина, мочевая кислота, креатин и т.д., что в дальнейшем станет причиной уже описанных заболеваний, а также мигрени, псориаза, нейродермита и т.д. Разнообразные виды кодирования имеют тот же результат плюс нарушения нервной системы. Значит, поскольку реальной причиной ожирения является избыточное питание, реальным лечением будет алиментарная депривация, т.е. воздержание от пищи. Такое лечение предполагает питье травяных отваров, очищающих организм, фруктовых и овощных соков без принятия плотной пищи в течение 3–4 недель. Если по каким-то причинам это невозможно, можно перейти на трехразовое фруктово-овощное питание с одновременным питьем травяных отваров. Травы должны быть подобраны с целью очищения всех внутренних органов одновременно – легких, печени, поджелудочной железы, почек, сосудов, не быть токсичными и сильнодействующими. Пить их надо вместо чая и воды в течение нескольких месяцев. Можно пользоваться таким сбором: мята, душица, мелиса, корень валерианы, подорожник, чабрец, тысячелистник, ромашка, спорыш, полевой хвощ, крапива, пустырник – в равных количествах. Заварить три столовые ложки литром кипятка, пить в течение дня от одного до двух литров такого отвара с добавлением 1–2 чайных ложек меда и сока 1/4 лимона на один стакан. Есть при этом нужно в 10–11 час.; 14–15 час. и 18-19 чсов. Утром (в 10.00) фрукты свежие и сухофрукты (размоченные), днем и вечером – сырые протертые овощи (редька, свекла, морковь, капуста). Сюда же можно добавить лук, чеснок, зелень, кислые яблоки или сырой картофель. Заправить кукурузным маслом, сметаной. Можно добавить проросшую пшеницу (размолотую), орехи, проросшие семечки, проросшую гречку. Такие салаты вкусны, сытны, питательны, т.е. содержат нужные организму биологические калории. На таком питании (с вариациями фруктов и овощей по сезону) теряют вес плавно, организм успевает адаптироваться к потере веса, очищению и новому составу пищи. Обновление тканей достигается в течение 6–9 месяцев. За это время от прежнего объема остается только воспоминание, из гардероба извлекаются наряды двадцатилетней давности, которые оказываются как раз впору – вес снижается на 20–30 кг (иногда на 40 и более). Но самое главное достижение – это излечение внутренних болезней, тех которые были, и предупреждение тех, которые могут возникнуть. Кстати, диабет с сопутствующим ожирением или без него излечивается в течение 3–5 месяцев. Полностью нормализуется уровень сахара в крови, отпадает нужда в таблетках. Инсулинозависимый диабет излечивается медленнее – в течение года. Повышенное давление крови также нормализуется в течение 1–2 месяцев, у женщин ликвидируются узлы в щитовидной железе, грудных железах (мастопатия), восстанавливается нарушенный месячный цикл, т.е. лечится, восстанавливается весь организм, а не одна болезнь или один орган. Так лечит болезни естественная медицина (натуропатия) в отличие от лекарственной, нарушающей и без того нарушенную внутреннюю среду организма. Лечит природа воздухом, пищей, водой, и больной человек, выпавший из природной экосистемы, возвращается в нее, гармонизируется с ней. Именно в этом и заключается принцип и смысл лечения всех заболеваний. «Искусство скульптуры есть искусство убавления» – говорил Микеланджело, уверенный, что в каждой глыбе мрамора есть скульптура, которую

нужно освободить от лишних наслоений. Как нельзя более это подходит к искусству излечения от избыточного веса. Избавьтесь от ненужных накоплений, и выйдет на свет прекрасная живая скульптура – здоровое человеческое тело, пропорциональное и гармоничное!

Поджелудочная железа – ключ жизни

Дорогие читатели! Я постараюсь в этой статье изложить правила питания, гарантирующее излечение от болезней и недопущение новых тяжелых заболеваний в виде инфаркта, инсульта, рака, диабета и т.д.

Изложенные здесь принципы естественного питания созданы теорией и практикой великих врачей и ученых, специалистов в области естественной медицины: Бирхера-Беннера, Шелтона, Уокера, Брегга, Вивини, Б. Харри, Ю. Николаева.

Однако эта альтернатива лекарственной медицине старательно умалчивалась и игнорировалась до самого последнего времени. Теперь уже молчать нельзя.

Стремясь ликвидировать инфекции, врачи создавали вакцины. Но вирусы оказались хитрее, и вот вместо оспы – СПИД, вместо чумы – вирусная пневмония. Пора признать, что лекарства, массовые профилактические прививки, химические удобрения подорвали иммуносферу не только человеческой популяции, но и всей биосферы – растений и животных. Пора понять, что технический прогресс в теперешнем виде ведет только к гибели планеты, и признать приоритет законов природы над изобретениями человека.

Ну а пока этого не сделано политиками и учеными планеты, «спасение утопающих – дело рук самих утопающих». Появление атипичной пневмонии не случайность и не эпизод. Это – глобальная чистка человеческой популяции от наиболее загрязненных элементов, как было в средние века при эпидемиях чумы и оспы. Поэтому я прошу вас – соблюдайте правила питания, изложенные ниже, и вы избежите многих бед, подстерегающих нас.

Поджелудочная железа – ключ жизни, считают специалисты. Почему это так? Потому что длительность нашей жизни зависит от сохранности этой железы. Чем быстрее мы изнашиваем эту железу, тем быстрее мы умираем. А как мы ее можем сохранить и как мы ее губим?

Губим мы ее избыточным по количеству и неадекватным по качеству питанием. Как известно, поджелудочная железа состоит из эндокринного аппарата – островков Лангенгарса, вырабатывающих гормон инсулин, расположенных в хвостовой части железы, и «головки», вырабатывающей всю гамму пищеварительных ферментов, выделяемых в двенадцатиперстную кишку и необходимых для пищеварения: белков – трипсин; жиров – липаза; углеводов – амилаза.

Сама она представляет собой очень нежный орган весом всего в 70 г, расположенный забрюшинно, позади желудка. Проекция органа – на пояснице, потому опоясывающие боли говорят о воспалении поджелудочной железы.

Надо признаться, что, начиная с рождения, мы всю жизнь совершенно нещадно эксплуатируем эту железу, заставляя ее работать круглосуточно, выделяя пищеварительные ферменты. Синтез ферментов и инсулина – процесс энергоемкий, требующий большого расхода энергии. Именно таким образом, несвоевременным

приемом пищи, мы истощаем и свои энергетические запасы, и поджелудочную железу.

Как же это делается, и почему мы поступаем всю свою жизнь столь неразумно? Делается это от незнания законов физиологии организма и от того, что при еде мы руководствуемся только требованиями своего аппетита без понимания того, куда он нас может завести и привести.

А приводит он: а) к диабету; б) панкреатиту; в) раку поджелудочной железы; г) самопереваривaнию и некрозу железы. Одно другого хуже. Давайте же призовем на помощь биохимию пищеварения и раз и навсегда уясним себе, каким должно быть правильное питание.

Нарисовав идеальную картину этого питания, мы будем знать, что из чего происходит (какая болезнь от какой еды) и, садясь за стол, будем знать, где польза, а где вред от предлагаемых блюд.

Во-первых, необходимо знать, что все живые клетки (животных и растительных тканей) способны к самопереваривaнию, если нарушена их целостность.

Если мы употребляем в пищу сырые фрукты, овощи, проросшие злаки, орехи, пищевые травы – они требуют для своего расщепления минимальное количество пищеварительных ферментов. Достаточно нескольких миллиграммов пепсина желудочного сока, затем триксина, липазы и амилазы поджелудочной железы (в качестве затравки пищеварительного процесса), чтобы разрушить несколько клеток пищевой кашицы принятой сырой пищи.

Дальше процесс приобретает каскадный или лавинный характер: разрываются лизосомы расщепляемых ферментами клеток, выделяются лизирующие ферменты, которые расщепляют другие клетки. Те, в свою очередь, разрушаясь, выделяют новые порции лизирующих ферментов, опять же расщепляющих еще большее количество клеток пищи.

Так естественно протекает процесс пищеварения, не причиняя нам никаких затруднений в виде вздутия, тяжести в животе, поноса или запора.

Понятно, что обработанная высокой температурой «убитая» пища этих качеств лишена. Для переваривания, например, 200 г тушеных или жареных овощей потребуется примерно в 50–100 раз больше пищеварительных ферментов, чем для того же количества овощей, съеденных сырыми. Ведь основной и окончательный пищеварительный процесс происходит именно в двенадцатиперстной кишке, куда пища попадает из желудка, и куда открываются протоки поджелудочной железы и желчного пузыря. Начинается пищеварение в ротовой полости, где пища обрабатывается слюной, содержащей фермент птиалин. Птиалин расщепляет крахмалы пищи на крупные полисахаридные комплексы, подготавливая ее для окончательного расщепления амилазой поджелудочного сока.

Однако мы не имеет привычки разжевывать пищу до жидкого состояния (смешанного со слюной), а глотаем ее кусками, в результате чего выпадает первое звено пищеварения.

Далее в желудке расщепляются уже белковые компоненты пищи пепсином желудочного сока в кислой среде. Молекула белка превращается в «обломки» – олигопептиды для своего усвоения, требующие дальнейшей обработки трипсином

поджелудочной железы в щелочной уже среде двенадцатиперстной кишки. Жиры же целиком расщепляются липазой, выделяемой опять же поджелудочной железой.

Так вот, когда мы едим пищу, термически обработанную – вареную, жареную, печеную, – мы заставляем нашу основную пищеварительную железу работать с повышенной в сотни раз нагрузкой, и она, как шагреневая кожа все убывает, изнашивается и болеет по мере прожитых нами лет.

За примерами ходить недалеко. Сколько вокруг людей, страдающих панкреатитом? Практически каждый второй. Диабетом же болеют двадцать процентов населения России. Мы еще не сказали об эндокринной части поджелудочной железы.

Если пищеварительные ферменты расщепляют пищу для окончательного ее усвоения в тонком кишечнике, а именно: белковую молекулу – до аминокислот, молекулу крахмала – до моносахаридов – глюкозы, фруктозы и др., молекулу жиров – до жирных кислот и глицерина, то инсулин является универсальным анаболическим гормоном, т.е. он способствует проникновению этих элементарных составных частиц пищи в клетки организма через клеточные мембраны, делая их более проницаемыми.

И потому, хотя показателем наличия достаточного количества инсулина, вырабатываемого железой, является уровень глюкозы в крови, инсулин нужен отнюдь не только для усвоения глюкозы. А это значит, что вся пищевая, даже не масса, а махина, которую мы запускаем в наш желудок, заставляет усиленно работать не только экзокринный, но и эндокринный аппарат поджелудочной железы.

Причем заметим, что, принимая пищу после 14–15 часов, мы заставляем ее работать круглосуточно, что ведет к очень плохим последствиям, потому что круглосуточно она все равно не работает, а прекращает выделение пищеварительных ферментов около 18 часов.

И потому вся пища, съеденная после 18 часов, попадает в двенадцатиперстную кишку, остается там до 9 утра в тепле (38°С) и загнивает, а утром эта полусгнившая, полуперебродившая масса продолжает свой путь по тонкому кишечнику (5 метров), а потом по толстой кишке (2 метра), отравляя по пути нашу кровь выделяющимися из нее ядами, которые теперь уже обезвреживает печень, поскольку кровь из кишечника устремляется по коллектору воротной вены печени прямо в этот фильтрующий, очищающий и обезвреживающий нашу кровь орган.

Что в результате происходит с печенью – очень хорошо знают те, кто страдает гепатохолециститом, калькулезным холециститом, кто болеет инфекционной желтухой или вирусным гепатитом и, как следствие, циррозом печени.

Итак, первое требование к пище: она должна соответствовать нашей физиологии по своему качеству. Насколько этому требованию отвечают мясные продукты? Представляя собой природный животный белок, они попросту не перевариваются нашими пищеварительными системами и загнивают.

Почему? Потому что к перевариванию мяса, и то сырого, приспособлен пищеварительный тракт хищников, но не человека. Кислотность желудочного сока, концентрация пепсина желудка, трипсина поджелудочной железы и других ферментов, участвующих в расщеплении мясных продуктов, недостаточны, чтобы довести этот процесс до конца.

Длина пищеварительного тракта человека превышает таковую у хищников, и

пребывание белка в нем длительное время, до восьми часов, также способствует его загниванию. А загнивающий белок выделяет ядовитые газы: аммиак, метан, сероводород – и ядовитые моноамины: путресцин, кадаверин, птомаины, частично обезвреженные печенью, частично же (когда их слишком много) попадающие в большой круг кровообращения. Тогда и начинаются наши беды в виде различных болезней.

Теперь посмотрим, что же конкретно вредит поджелудочной железе. Прежде всего, манная и рисовая каша на молоке и с сахаром, которыми мы стараемся накормить ребенка в младенчестве.

Этого делать нельзя категорически, поскольку эти крупы полностью лишены витаминов, а в сочетании с белком молока и сахаром представляют именно ту смесь, которая дает в желудочно-кишечном тракте процессы гниения и брожения.

Результат – кожные диатезы, далее – бронхиальная астма у детей. Далее ребенок растет, еда становится разнообразнее и вреднее. В пищу обязательно включается мясо – «как же, белок необходим для роста, нужны незаменимые аминокислоты».

Конечно, нужны, да только их великолепно синтезируют наши собственные печень, селезенка и костный мозг, если они не забиты всяческими шлаковыми продуктами, отходами обмена, т. е. теми же загнивающими белками. К тому же их синтезирует здоровая микрофлора кишечника, фиксируя атмосферный азот.

А имея собственные живые, а не взятые у животного «мертвые» (вареные продукты), аминокислоты, организм человека (а тем более ребенка) очень легко, без лишних энергетических затрат на «оживление» синтезирует белковую молекулу, обладающую не только видовой, но и индивидуальной специфичностью. Такая белковая молекула никогда не вызовет образования в организме антител, так как она «своя», родная, структура ее соответствует структуре других белков организма.

Но где же взять материал для синтеза таких хороших, своих молекул? Вот вопрос, мучающий очень многих, и совершенно напрасно. Аминокислоты синтезируются в организме при аминировании (присоединении азота) углеводистой цепочки натуральных, живых, не убитых тепловой обработкой сахаров фруктов (глюкозы и фруктозы), меда и крахмалов овощей. Азот же образуется при распаде наших собственных белковых тканей в процессе диссимиляции, поскольку нормальный обмен веществ состоит именно из двух сопряженных процессов: ассимиляции и диссимиляции.

В сутки при этом в организме образуется 3,7 г азота – коэффициент Рубнера. Этого количества азота вполне достаточно для синтеза собственных аминокислот и собственного белка при наличии углеводов растений в пище.

Таким образом, в организме осуществляется безотходное производство собственных тканей, поскольку азот старых, распавшихся клеток идет не на образование весьма токсичных азотистых отходов – мочевины, мочевой кислоты, креатина и других, которые выводятся почками, а идет в ресинтез аминокислот.

Нельзя забывать также, что, кроме гниения, при пищеварении мяса мы имеем образование огромного количества ненужных тканевых антител, дающих начало всем аллергическим реакциям организма, вплоть до бронхиальной астмы и пищевых аллергий от меда, цитрусовых, красных и оранжевых овощей и фруктов. Единственным истинным аллергеном является здесь чужеродный животный белок

мясных продуктов, все же остальные пищевые продукты – только разрешающие аллергию факторы. Итак, с качеством употребляемой и соответствующей нашей физиологии пищи мы, кажется, разобрались. А как быть с количеством? В том-то и дело, что качественно неполноценная, т.е. обработанная термически, пища лишена энергетической ценности, тех фотокалорий, которые растение накопило в себе в процессе фотосинтеза и потому для удовлетворения энергетических потребностей организма мы употребляем ее в несколько раз большем количестве, перегружая пищеварительный тракт – тяжесть, вздутие и т.д., опять же перенапрягая поджелудочную железу. Вот и получается, что совершенно точно сказано: «Ножом и вилкой мы роем себе могилу».

Нужно просто понять и осознать, что сложившиеся в силу исторических, климатических, экологических, этнических причин традиции питания не соответствуют истинным потребностям нашего организма. И тогда не так уж трудно изменить свои привычки, пищевые вкусы, потребности и, самое главное, в такой же традиции адекватного организму питания вырастить своих детей, для того чтобы они не болели.

Итак, ясно, что ферментативные возможности поджелудочной железы лимитируют нашу жизнь. Теперь посмотрим, можно ли вылечить воспаление железы – панкреатит и недостаточность эндокринного аппарата – диабет.

Что нужно при остром панкреатите, сопровождающемся болями, резкими вздутиями живота, высокой температурой? Нужно дать работающему органу покой, то есть не принимать пищу в течение 3–5 дней, пить только дистиллированную воду.

Конечно, при тяжелом состоянии больного нужно его госпитализировать и вводить гормоны, купирующие острый воспалительный процесс. Но покой железе необходим.

Затем переходим на питье травяных отваров, свежевыжатых соков, разбавленных водой, и очень осторожно, через 7–10 дней, питание твердой пищей.

При хроническом панкреатите единственным реальным лечебным режимом является кратковременное голодание с питьем травяных отваров с медом и фруктовых соков, затем овощных соков, затем можно есть фрукты, орехи, проросшие зерна, овощные и зеленые салаты, кисломолочные продукты.

Теперь несколько слов о том фатальном состоянии, которое называется некрозом железы. Развивается он нередко молниеносно и по непонятным причинам. А причина между тем ясна: самопереваривание ткани железы. Вот так! Это почему же? А только потому, что хозяин этой железы не знал меры в употреблении мяса и до ненормальных величин активизировал ее ферментативный аппарат, вырабатывающий трипсин, а трипсин переваривает белок.

Синтез трипсина, бесконечно стимулируемый пищей, выходит из-под контроля, и фермент, выделенный в избыточном количестве, переваривает саму железу. Эта ситуация редко и трудно поддается исправлению. Однако очень просто не довести до нее свой организм – нужна умеренность в еде.

Рак поджелудочной железы (увы, нередкое теперь заболевание) также просто не допустить. Нужно лечить гнойные процессы в самой железе или близлежайших тканях, но не антибиотиками, а очищением (промыванием кишечника, питьем травяных настоев, воздержанием от твердой пищи в течение 10–20 дней).

Как же быть с диабетом – неужели диабетик вынужден жить со своей болезнью и лекарствами от нее всю жизнь, которую диабет значительно укорачивает? Так-таки примириться с тем, что диабет – это образ жизни? Нет, ни в коем случае! Диабет возникает от поражения инсулярного аппарата железы воспалительным или аутоиммунным процессом, а начало этому дают те же животные белки. И вовсе не от избытка сахара (если только он натуральный – мед, фрукты) а от избытка белковых продуктов, т.е. антигенного материала, разрушающего ткани, возникает диабет.

А лечить его нужно только правильным, адекватным организму питанием, о котором мы сказали выше, а также освобождением толстого кишечника от гниющих отбросов пищеварения (промывания кишечника) и достаточным количеством свежего воздуха, т.к. кислород способствует сгоранию недоокисленных продуктов обмена – работа на даче, в огороде, прогулки, бег.

Так можно вылечить даже диабетическую гангрену. Лечению поддается также инсулинозависимый диабет при тщательном и длительном соблюдении правильного, оздоравливающего питания.

Нужно сказать, что диабет II типа при налаживании очистки тканей и полноценного восстановительного питания излечивается буквально «попутно» при лечении таких тяжелых заболеваний, как бронхиальная астма, гипертония, лимфогранулематоз, пиелонефрит. Все это имело место при коррекции состояния у наших слушателей, посещающих лекции и семинары по естественной медицине.

Для завершения темы скажем еще следующее. Теперь, когда мы разобрались в составе и качестве различных пищевых продуктов – сырых и вареных, животных и растительных и в их соответствии физиологии и биохимии человеческого организма, представим себе картину идеального питания здорового (и больного также) человека.

С утра травяные чаи различного состава – очищающие, успокаивающие, отхаркивающие, желчегонные и т.п. В качестве универсальной схемы возьмите по одной столовой ложке мяты, мелиссы, душицы, корня валерианы, подорожника, мать-и-мачехи, шалфея, тысячелистника, ромашки, спорыша, толокнянки, залейте все это тремя литрами кипятка, настаивайте 0,5 – 1 час и пейте с медом и соком лимона или любым кислым свежим ягодным соком.

Это норма на весь день для одного человека. Но можно с утра заварить 1–1,5 литра и выпить всей семьей свежий, горячий, пахнущий травами чай. Он принесет гораздо больше пользы, чем кофе или разрушительные черные чаи.

В эту смесь можно добавить ягоды шиповника, зеленый чай, каркадэ (суданская роза). При возможности после этого можно выпить 1–2 стакана свежевыжатого фруктового или овощного сока из любых фруктов или овощей по сезону.

От 10 до 11 часов – первая еда, она должна быть фруктовой – свежие фрукты – летом и осенью, яблоки, цитрусовые и сухофрукты – зимой и весной. Через 1,5–2 часа – травяной чай или сок любой – 1–2–3 стакана. В 15 часов обед из свежих овощей и зелени. Овощи протираются на терке, зелень мелко нарезается, салат заправляется домашней сметаной (непастеризованной!) растительным маслом, яичными сырыми желтками.

Можно и очень полезно добавить в салат промолотую проросшую пшеницу, гречиху, семена льна, подсолнуха, гороха – все прорастить заранее. Ассортимент салата зависит от наличествующих по сезону овощей.

Нужно помнить, что «всякому овощу свое время», и не есть в январе и марте помидоры и огурцы, а в июне – арбузы. Овощи нужно есть грунтовые и дозревшие, иначе они приносят только вред. Свежую зелень употреблять круглогодично.

После обеда через 1,5 часа – любое питье. Ужин – в 18 часов. Он может быть фруктовым или овощным – по сезону. С овощными салатами вместо проросших зерен можно употреблять орехи грецкие, фундук, сыры, кисломолочные продукты. Хлеб – только сухари ржаные, со сливочным маслом и чесночным или хреновым соусом. В салаты можно также добавлять отруби: пшеничные, ржаные и другие – незаменимый источник витаминов группы В.

Еще раз нужно подчеркнуть, что летом и осенью особенно ценны все красные и оранжевые фрукты и овощи как богатейшие источники витаминов, микроэлиментов, антиоксидантов: вишня, черный виноград, помидоры, арбузы – в общем, все то, что попало в черный список запретных продуктов для страдающих аллергией, кожными диатезами, астмой. Для них эти продукты особенно необходимы, но только после очистки организма.

Тут нельзя не вспомнить о девочке 13 лет из поселка Индустриального, которая совершенно не могла есть клубнику, помидоры, арбузы – наступали приступы удушья и зуд по телу. Она говорила маме: «Лучше бы лета не было, лучше бы всегда была зима».

Комментарии излишни. Она начала очищение обильным питьем травяных настоев и промываниями кишечника в марте, а в мае ела клубнику и чувствовала себя совершенно здоровой. Теперь она говорила: «Пусть всегда будет лето».

Посмотрим, что люди приобретут и чего лишатся при подобном питании. Приобретут они, очевидно, здоровье, а с ним оптимизм, силы и желание жить и трудиться – и это в любом возрасте. А лишатся в первую очередь всех своих болезней – гипертонии, диабета, панкреатита, холецистита и т.п., список бесконечен. К тому же гарантированно не заболеют гриппом и даже атипичной пневмонией.

Ну и лишатся, конечно, эти люди обильных застольев с шашлыком и выпивкой. Но это вовсе не означает лишиться вкусной еды и общения с друзьями. Болячек хватает у всех, в том числе у молодых, а при наличии элементарных знаний о своем организме и природе очень многие из ваших друзей изменят свои взгляды на жизнь и образ питания.

А как же быть с маленькими детьми? Отчего болеют груднички, не отведавшие ничего, кроме материнского молока? Почему они страдают диатезами, рахитами, воспалением легких? Везде ведь написано: грудное вскармливание – самое лучшее питание для ребенка, ничто не сравнится по составу с материнским молоком. Ой, ли? А разве состав молока не зависит от того, что ест кормящая женщина? Ведь все описанные процессы гниения и брожения пищи при смешанном питании происходят у нее в организме, и выделяемые при этом токсины гниения попадают прямиком в грудное молоко.

А мама старается, ест как можно больше и чаще, а ребенок сосет, растет. Мама радуется, пока вдруг – высокая температура, ангина, воспаление легких, диатез. Что делать? К врачу и нередко в больницу – лекарства, уколы, бессонные ночи. Увы, знакомая до боли картина. А всего-то нужно маме немедленно выпить солевое слабительное, очистить кишечник и пить, пить травяные чаи с медом, соки фруктов и овощей, но ничего не есть. Ребенку с высокой температурой следует очистить

кишечник (очистительные клизмы), напоить травяными чаями, соками цитрусовых и после очистки материнского организма – грудным молоком.

Такой режим продолжать не менее 10–15 дней, и мама и малыш будут здоровы. Затем питание по описанной схеме.

Дорогие читатели! Наступило лето – самое благодатное время года, с обилием фруктов и овощей, время отпусков. Используйте эти бесценные дни и недели для излечения от болезней естественным путем.

Сколиоз – заболевание серьезное

Сколиоз – это искривление позвоночника, которое начинается у многих детей в 7–8-летнем возрасте незаметно, а к 10–12 годам становится выраженным, сопровождается нарушением осанки, разной высотой плеч. В тяжелых, запущенных случаях может комбинироваться с кифозом (искривление позвоночника во фронтальной плоскости) и реберным горбом.

При сколиозе позвоночник ребенка в грудном отделе приобретает S-образную форму, и угол между позвоночным столбом и гребнем тазовой кости вместо прямого становится острым с одной стороны и тупым с другой. Разница в 15° означает уже запущенный сколиоз II степени.

В наш век гиподинамии и статических нагрузок на детский позвоночник, сколиозы становятся причиной очень многих нарушений в детском организме.

При деформациях позвоночника страдают внутренние органы: нарушаются функции дыхательной системы, печени, поджелудочной железы, пищеварительного тракта, почек. Страдает зрение, и нередко уже в 10–12 лет возникает близорукость. У девочек нарушается функция яичников, возникают болезненные или несвоевременные месячные.

Все это закономерно. Ведь спинной мозг человека снабжает нервными веточками, то есть иннервирует двигательными и чувствительными нервами весь организм – скелетную мускулатуру, гладкую мускулатуру внутренних органов, серозные оболочки, выстилающие грудную и брюшную полость.

От каждого сегмента спинного мозга (а таковых в нем – 32) отходят нервные волокна, снабжающие нервными окончаниями буквально каждую клеточку перечисленных органов, а также сердце, от работы которого зависит кровоснабжение тканей этих же органов. Слаженная работа их обеспечивает наше здоровье.

А если эта работа нарушается, и мы заболеваем? Кто виноват? Очень часто виноват позвоночник, и мы, пройдя все анализы и всех специалистов (все в норме!), попадаем, наконец, к мануальному терапевту, который делает «чудеса», исправляя положение позвонков, вправляя вывихнутые диски, восстанавливая работу внутренних органов.

Бывает такое? Конечно, бывает.

В прежние годы, например в Молдавии, была такая бабушка Гутчик, которая, исправляя положение шейных позвонков, вылечивала близорукость. Все мы помним украинского остеопата Касьяна, к которому днем и ночью тек непрерывный поток

больных и страждущих.

Но вся беда в том, что эти «чудеса» оказываются временными, и посещать мануального терапевта приходится с определенной периодичностью. И разве способны один или даже сотни специалистов вылечить миллионы людей?

Не реальнее ли самим больным приобрести достоверные сведения о своей болезни и не допустить ее возникновения или вылечить, если она уже возникла? Особенно родителям детей и больных, и еще не заболевших необходимо знать, каковы причины нарушений детского позвоночника, приводящие к различным расстройствам в организме ребенка.

А причины следующие. Патологический процесс здесь развивается по принципу порочного круга: искривления позвоночника вызываются (кроме гиподинамии ребенка) заболеваниями внутренних органов; искривленный позвоночник усугубляет расстройства внутренних органов, а те, в свою очередь, посылают к уже нарушенному позвоночнику по нервным волокнам и стволам еще более патологические, болезненные импульсы. Процесс идет по прогрессирующей спирали.

Больные внутренние органы, посылая патологические импульсы к поперечнополосатым межпозвоночным мышцам, усиливают деформацию позвоночника. Здесь могут быть не только сколиозы, но и грыжи дисков, смещения позвонков, кифозы.

Эти изменения не прекращаются в детском возрасте, а тянутся дальше, во взрослую жизнь человека. С течением лет патологический процесс в позвоночнике прогрессирует, вправленные диски «выскакивают» через определенное время, боли и деформации усиливаются.

Рассмотрим вопрос конкретно: у ребенка 3–5 лет ангина – воспаление глоточных миндалин. Патологические импульсы – боль, воспаление – сразу же достигают области шеи, сокращаются (и уже не расслабляются во время болезни, то есть спазмируются) короткие межпозвоночные мышцы шеи. Этот процесс мышечного спазма повторяется с каждой ангиной.

Патологические импульсы от спазмированных шейных мышц по нервным волокнам достигают мышц глаза, обеспечивающих аккомодацию хрусталика, которые также спазмируются – наступает близорукость или «спазм аккомодации».

Это – причина. Кроме нее, развитию детской близорукости способствуют неправильное сидение за партой, недостаточное освещение рабочего места, близкое расстояние от доски и т.д.

Что делают родители? С помощью окулиста подбирают ребенку очки, которые позволяют ему чувствовать себя комфортно, но не спасают от прогрессирования близорукости и шейного остеохондроза.

А нужно бы немедленно лечить хронический тонзиллит или удалить миндалины, если они превратились в гнойные мешки, или оздоровить их очищением и правильным питанием детского организма.

Далее у ребенка ОРЗ, аденовирусная инфекция носоглотки, бронхит – это сплошь и рядом, в любом возрасте, начиная от рождения. Лечение: антибиотики и жаропонижающие, не удаляет причины заболевания – загрязнения дыхательных

путей слизью и гноем, а только снижает симптомы заболевания.

И во время болезни, и после нее патологические импульсы от бронхиального дерева поступают к межпозвоночным мышцам грудного отдела позвоночника. Мышцы эти сокращаются и не расслабляются, поскольку остается интоксикация слизистой бронхов, остается и патологическая импульсация, идущая по межпозвоночным нервам.

Наступает мышечный спазм, ведущий к сколиозной и любой другой патологии позвоночника. Что этому способствует? Гиподинамия, ношение школьного ранца на плече или спине, статические нагрузки на позвоночник при многочасовом сидении за партой, неправильно подобранная высота парты и т.д.

Деформации грудного отдела позвоночника усугубляют заболевания дыхательных органов: ОРЗ превращается в обструктивный бронхит (нарушено выделение мокроты из-за мышечного спазма бронхов), бронхит в бронхиальную астму – ведь аллергенов предостаточно и внутри, и снаружи.

Закаливание и спорт, рекомендуемые врачами, в какой-то мере выправляют ситуацию, укрепляя иммунную систему, но кардинально вопрос решится только при сочетании лечения причин сколиоза, то есть патологии дыхательных путей с корригирующей гимнастикой, плаванием и массажем.

Заболевания бронхов и легких можно вылечить (а не залечить) только методами естественной медицины, то есть фитотерапией и пищевым режимом, без применения лекарств. В этом случае позвоночные мышцы расслабляются, принимают свой нормальный тонус. Часто наступает самокоррекция позвоночника, вправляются диски.

Во всяком случае, теперь работа массажиста или мануалыцика вполне оправдана, она длится намного меньше и имеет стойкий результат – излечение – в сочетании с лечебной физкультурой.

Необходимо сказать также о других органах в районе грудной клетки, страдающих при патологии дыхательной системы. Это сердце, щитовидная железа и грудные железы у женщин.

Что же происходит с сердцем? А то, что все абсолютно заболевания сердца имеют причиной воспалительные заболевания глоточных миндалин (ангина, тонзиллит), легких и бронхов. Это ревмокардиты, инфаркт миокарда, стенокардия, все аритмии, блокады, ишемические состояния.

А сердце лечат «сердечными» препаратами: сосудорасширяющими, противосвертывающими, антиаритмическими, противовоспалительными, бета-блокаторами, гипотензивными и, наконец, самый старый и самый «новый» препарат – производные токсичной наперстянки, по-латыни – дигиталис, тот самый, который «делает диастолу длинной», то есть подавляет проводимость нервных импульсов в сердечной мышце.

Импульсов вроде бы слишком много возникает – ведь тахикардия же! А выяснена ли причина такого излишне «буйного» поведения сердца? С чего бы это? Может быть, проводящая нервные импульсы система миокарда и два нервных узла в нем получают слишком много патологических раздражений, то есть попросту ядов из внутренней (гнойные токсины из бронхов и легких) и внешней среды (выхлопы

транспорта и выбросы производства).

Все это на самом деле имеет место, и отравленная этими ядами сердечная мышца реагирует на них иногда катастрофически учащенным сердцебиением. Во всяком случае, мне множество раз удавалось полностью прекратить приступ пароксизмальной тахикардии и нормализовать работу сердца простым промыванием толстого кишечника 2–3 раза подряд.

Освобожденное от токсинов сердце восстанавливает само свой нормальный ритм. И наоборот, длительная его интоксикация, в основном из легочной системы, вызывает заболевание и чаще всего – инфаркт миокарда с разрушением и тромбированием стенок коронарных артерий.

Поэтому при заболеваниях сердца у взрослых, детей или стариков нужно лечить органы дыхания: синуситы, ангины, бронхиты, очищая их от слизи и гноя, а не наоборот – лечить сердце, чтобы вылечить легкие. Попытка такая заранее обречена на провал.

О заболеваниях щитовидной железы и их зависимости от заболеваний органов дыхания мы писали ранее. Однако здесь еще необходимо напомнить женщинам, и особенно матерям будущих женщин то обстоятельство, что рак грудной железы возникает не от травм, неврозов, нарушений работы эндокринной системы (это вторичные факторы), а от хронических воспалительных заболеваний дыхательных путей – тех же ОРЗ и бронхитов, которые начинаются в детстве и в детстве же залечиваются лекарствами.

А за заболевание грудной железы женщины ответственность несет уже маммолог, онколог, но никак не педиатр, лечивший у девочки бронхит или астму. И *реальной профилактикой рака грудной железы*, ставшего угрозой человечеству, *является* не прощупывание опухоли в собственной груди, не осмотр в онкодиспансере (уже поздно, если опухоль есть, а если ее нет, онколог же не станет лечить хронический бронхит – ведь еще нет «состава преступления», вот будет рак – будем лечить!), *а лечение хронического бронхита, которым страдают практически все дети*.

Это означает, что предупредить появление опухоли можно только путем лечения болезней, имевших место до ее появления в организме. Какое же лечение? Только очищающее, безлекарственное, так как лекарства, которыми сейчас лечат бронхит, только усугубляют опухолевый рост через 10–15 лет.

Какую же патологию мы имеем в поясничном отделе позвоночника? На него падает максимум нагрузки, особенно у взрослых, и патология здесь особенно тяжелая и разнообразная.

Это и грыжи дисков поясничного отдела, и радикулиты, ишиалгии, ишиас, люмбаго и начинающаяся нередко в поясничном отделе и захватывающая грудной отдел позвоночника болезнь Бехтерева – сращение позвонков и их неподвижность. Здесь имеет место сдавление межпозвонковых дисков, затем нервных стволов и корешков, их воспаление.

Все это сопровождается сильнейшими болями, требующими огромных доз обезболивающих препаратов. Причина этой патологии – заболевания почек. Часты ли они? Они встречаются почти в ста процентах случаев у людей старше двадцати лет или раньше, и причиной их являются все те же респираторные заболевания: ангины, синуситы, бронхиты, пневмонии.

Механизм возникновения и развития пояснично-крестцового радикулита, болезни Бехтерева и других совершенно тот же, что и грудного радикулита или сколиоза. Способствующие причины – охлаждение, поднятие тяжестей, неловкое движение – во всех этих случаях острая боль, как удар током, такую боль дают уже давно и резко спазмированные межпозвоночные мышцы в результате ущемления нерва – межреберная невралгия.

Лечение сколиоза, остеохондроза позвоночника, радикулитов различной локализации, болезни Бехтерева нужно начинать с лечения пиелонефрита, почечнокаменной болезни, бронхита, бронхиальной астмы, гипертонии и т.п. методами естественной терапии, но не лекарствами. Только после этого вся корригирующая мануальная терапия дает устойчивый и реальный эффект.

Так обстоит дело с заболеваниями позвоночника. Суть же медицины заключается в том, что изолированное лечение любого заболевшего органа всегда безуспешно и ведет к хронической болезни. И именно поэтому современная медицина объявила неизлечимыми, только «контролируемыми» практически все болезни: рак, диабет, бронхиальную астму, гипертонию и т.д. Все это теперь называют «не болезнь, а образ жизни», а дело медицины – «улучшить качество жизни».

По нашему же мнению, болезнь – это не «образ жизни», а «образ смерти», и от этого «образа» нужно избавиться. А это можно сделать только с помощью природы, то есть естественных методов лечения. Что это такое и каково их практическое применение, читателям должно быть известно из предыдущих статей о заболеваниях легких, щитовидной железы, почек и печени.

Здесь еще раз приведем методику естественного лечения различных заболеваний.

Прежде всего – очистка всего желудочно-кишечного тракта. Для этого в 7 часов вечера выпить солевое слабительное (сульфат магнезия, карловарскую соль – 50 г на один стакан воды), если нет гастрита или язвы двенадцатиперстной кишки. Если желудок больной, выпить три столовые ложки свежего касторового масла или настой из одной столовой ложки травы сенны.

Запить любое из слабительных отваром трав с медом и соком лимона, лечь на правый бок с грелкой на область печени на один час без подушки. Пока лежите, пить отвар трав с медом и соком лимона и до 9 часов вечера выпить 5–6 стаканов отвара (не менее!) для хорошего промывания всех клеток организма (в сочетании с питьем слабительного).

В 9 часов вечера лечь спать (аура человека во время сна полноценно насыщается космической энергией с 9 до 12 часов). Перед сном телепередачи не смотреть, выйти подышать воздухом на один час.

В последующем всегда ложиться спать в 9 часов вечера. В этом случае, полноценно выспавшись, совершенно бодрым человек просыпается в 5 часов утра – и, пожалуйста, можно доделать все недоделанное с вечера, ведь сутки круглые (и циферблат часов тоже), а работоспособность в утренние часы гораздо выше.

Проснувшись утром, необходимо промыть толстый кишечник 3 раза подряд таким образом: к 2 литрам теплой воды (38°С) добавить 2 чайные ложки поваренной соли и 1 чайную ложку питьевой соды. Клизму делать в коленно-локтевом положении, смазав наконечник резиновой трубки кружки Эсмарха растительным маслом.

После этого принять горячий душ или ванну и ничего не есть, а только пить отвар трав с медом и соком лимона. Утренние промывания кишечника и питье травяного настоя без приема твердой пищи нужно продолжать 7–14–21 день в зависимости от тяжести заболевания.

При остром радикулите вместо обезболивающих, противовоспалительных и иных препаратов достаточно трех дней выполнения всех этих процедур (испытано на себе).

Как приготовить отвар? Возьмите в равных частях следующие травы: мята, душица, мелисса, подорожник, мать-и-мачеха, тысячелистник, ромашка, пустырник, шалфей, валериана, спорыш, толокнянка, крапива; 8 столовых ложек смеси трав положите в эмалированную кастрюлю, залейте тремя литрами кипятка, закройте и закутайте на 30 минут, затем пейте по одному стакану через каждый час, добавляя в каждый стакан по 1–2 чайные ложки меда и сок 1/4 лимона. Заваривать каждое утро три литра, пить до вечера.

Слабительное пить в самом начале лечения и затем через неделю. Параллельно с отваром можно пить в день 1–2 стакана сока грейпфрута. После питья отвара необходимо перейти на питье свежевыжатых фруктовых и овощных соков или употребление протертых фруктов и овощей (если нет соковыжималки).

Съедать не более 100–150 г пищи за один раз, всего 3 раза в день – в 11, 15 и 19 часов, употреблять только сырую растительную пищу (фрукты, протертые овощи). В промежутках пить отвар или соки с добавлением 1–2–3 сырых яичных желтков в день.

Так нужно продолжать еще 4–6 недель и только потом постепенно вводить в рацион вареные продукты: каши на воде с добавлением масла после готовности, вегетарианские супы и борщи с добавлением большого количества сырой зелени: щавеля, крапивы, петрушки, укропа, лука, кинзы, черемши.

Такое питание, особенно в летне-осенний сезон, – неисчерпаемый источник жизненно важных продуктов и биологической энергии, восстанавливающих здоровье и омолаживающих организм.

Головная боль

Сколько людей в мире страдает головной болью! Длительной, упорной или, наоборот, периодической, но не менее мучительной.

Голова может болеть от простуды, после гриппа, от повышенного давления крови, от того, что человек перенервничал, устал. Болит целиком или только в лобной части, в затылочной.

Иногда болит половина головы: левая или правая, и это называется мигренью, причем такая боль особенно мучительна.

Как же люди пытались избавляться от головной боли? Самое распространенное средство – обезболивающие лекарства: аспирин, амидопирин, анальгин, пенталгин, цитрамон, еще любимая многими некогда «тройчатка».

Потом появились старые, хорошо забытые средства – иглоукалывание, которому 5

тысяч лет! Точечный массаж – тоже не менее древний. Но оказалось – результат мало отличается от лекарственного лечения.

На поверку вышло – тоже симптоматическое лечение (лечение признаков), только без «химии». Сегодня полегчало – завтра боли возобновляются.

Где же причина таких страданий? Остеохондроз? Нарушение в позвоночнике? Но не помогает даже мануальная терапия. Повышенное артериальное давление? А как его снизить, чтобы оно не поднималось?

Вопросов много, ответов практически нет. Но эти ответы можно найти, только изучая законы природы, обмен веществ в человеческом организме и нарушения этого обмена.

Так вот, еще 200 лет назад английский врач и биохимик Александр Хейг выяснил, что причина всякого рода головной боли одна: накопление в мозговых оболочках химического вещества – одного из конечных продуктов белкового обмена в организме, называемого мочевой кислотой.

Особенно много его накапливается при мигрени, простудах, гриппе, повышенном кровяном давлении. Но нужно помнить, что мочевая кислота может накопиться не только в мозговых оболочках, но и в суставах, тогда больной страдает одним из видов полиартрита – ревматическим, инфекционным, неспецифическим, артрозом и т.д., или же – в слизистой бронхов – тогда у больного бронхиальная астма, или – в слизистой желудка, тогда у больного – язва двенадцатиперстной кишки, или в коже – тогда экзема, псориаз и т. п.

Книга А. Хейга так и называется «Болезни мочевой кислоты». Вот ведь как получается: семь бед – один ответ. Недаром и пословица придумана. А если так, как же избавиться от этих бед?

Если причина одна – загрязнение организма мочевой кислотой, то нужно найти способ от нее избавиться, очистить организм, и тогда избавимся от болезней, ею вызываемых. Мочевая кислота имеет кристаллическое строение, практически нерастворима в кислой и нейтральной среде, растворяется только в щелочах. В тканях организма откладывается в виде мельчайших кристалликов, имеющих очень острые грани, травмирующие клетки, нервные окончания, нервные стволы – вот откуда еще и мучительные радикулиты! Следовательно, чтобы избавиться от мочевой кислоты, надо ее, прежде всего, растворить и удалить изи организма через почки, а для этого нужно изменить реакцию наших тканей с кислой на щелочную.

Этого можно достичь только изменением характера пищи – преобладанием в пище сырых растительных продуктов, т.е. свежих фруктов и овощей, меда и очищением полостей организма, в первую, очередь кишечника.

Мой многолетний опыт лечения головной боли у самых разных пациентов: от детей до стариков, показывает, что очищение кишечника путем его промывания в сочетании с временным воздержанием от пищи, затем растительные продукты в питании в определенных сочетаниях, полностью излечивают от головной боли любой давности и в любом возрасте. Будь это боль, связанная с повышенным давлением крови, гриппом, гайморитом, переутомлением, бессонницей.

Одновременно у больных нормализуется артериальное давление, они излечиваются от гайморита, синусита, аллергических реакций любого

происхождения, полиартрита, бессонницы, экземы, бронхиальной астмы, пиелонефрита и т.д.

Нужно помнить, что при воздержании от пищи надо пить настои лекарственных трав с медом и соком лимона в течение 7–14–21 дня (в зависимости от возраста и давности заболевания и т.д.), ежедневно промывать толстый кишечник (очистительные клизмы), затем переходить на сырую фруктово-овощную диету) в течение еще трех или шести недель, и вы избавитесь от мучающих вас годами болей.

Лето – прекрасная пора года, когда природа одаривает нас самыми лучшими своими дарами: фруктами и свежими овощами. Воспользуйтесь этим временем года, начинайте лечить свои старые и новые болячки по законам природы, а не вопреки им – лекарствами, иглами, сигаретами и т.п., и природа вознаградит вас здоровьем и радостью жизни.

Берегите почки смолоду!

Какую роль играют почки в организме, насколько они жизненно важны для нас, как поступать, если они вдруг заболели? Эти вопросы должен задавать себе каждый человек, и, прежде всего каждый родитель, имеющий маленького ребенка, и ответы на них должны быть известны каждому. Попробуем уяснить себе все это, чтобы избежать трагедий в детстве, молодости, да в любом возрасте, когда почки вдруг отказали.

Вся суть этих вопросов в том, что почки никогда вдруг не отказывают. Процесс, приведший к такому неприятному финалу, длится многие годы, но протекает исподволь, скрытно. И потому оказывается, что почки – коварный орган, с ними нужно быть очень осторожными.

Почки – это парный орган выделения конечных продуктов тканевого обмена: воды, азотистых соединений и некоторых солей – это отработанные продукты глобального химического процесса, протекающего в наших тканях и называемого обменом веществ.

В почках существует обильная сеть артериальных сосудов, скрученных в виде клубочков – гломерул, фильтрующих сыворотку крови, выделяя из нее все ненужное с образованием так называемой первичной мочи. Но эта первичная моча разбавлена, в сутки ее выделяется около 120–150 л.

И потому в почках существует еще канальцевый аппарат – огромный лабиринт канальцев, куда фильтруется первичная моча. Стенки канальцев выстланы эпителием, способным концентрировать первичную мочу до ее нормального удельного веса (1,012–1,018) и количества (1,5–2 л в сутки).

Для того чтобы это произошло, в канальцах имеет место реабсорбция жидкости против градиента плотности, что связано с большой ферментативной работой, происходящей в эпителии стенок канальцевого аппарата. А всякая ферментативная работа – это синтетические процессы, связанные с поглощением энергии.

Когда же начинается сбой в работе всей этой сложной системы? Многочисленные истории болезней и протоколы анатомических вскрытий говорят о следующем.

Уже первая ангина в жизни ребенка или первый воспалительный процесс в дыхательных путях (ОРЗ, грипп и т.п.) заносят какое то количество микробов в клубочковый аппарат почек, то есть в артериальную сосудистую сеть. Вместе с микробами туда попадают мертвые эпителиальные клетки слизистой дыхательных органов, образующиеся в процессе воспаления.

Достаточно нескольких таких сеансов загрязнения сосудов почек (повторные ангины, грипп, ОРЗ, скарлатина), и клубочки воспаляются. Воспаление носит часто острый характер: повреждается стенка кровеносных капилляров, кровь попадает в мочу, и она приобретает красный цвет.

Одновременно у ребенка повышается температура, появляются боли в пояснице – это острый гломерулонефрит.

Принятое в настоящее время в медицине лечение острого гломерулонефрита – антибиотики, сульфаниламиды, кортикостероиды – с целью прекратить, подавить процесс воспаления тканей клубочков.

Эта цель достигается: воспалительный процесс в почках подавлен, но не ликвидирован. Мертвые тела почечных клеток и микробов, образовавшиеся в процессе воспаления, не выведены из почек полностью. Задерживаясь в стенках почечных сосудов или попадая с током мочи в канальцы или почечную лоханку, куда открываются канальцы, они вызывают новый воспалительный процесс.

Теперь уже (сразу или через какое-то время: несколько месяцев, несколько лет) заболевают канальцы, и возникает нефрозонефрит или пиелонефрит. Очень часто гломерулонефрит (воспаление почечных клубочков) переходит в хронический процесс.

Нарушается проницаемость стенок артериальных капилляров, и они начинаются пропускать из сыворотки крови растворенные в ней крупные молекулы сывороточных белков – альбуминов. Больной теряет белок – строительный материал тканей организма, это опасный симптом, грозящий серьезным нарушением иммунитета и требующий лечения.

Современная медицина предлагает антибиотики, химиопрепараты и гормоны, то есть тактика лечения остается такой же, как при остром воспалительном процессе. Результат – разрастание соединительной ткани в очагах воспаления, образование так называемой вторично-сморщенной, то есть склерозированной почки.

Необходимо знать, что разрастание соединительной ткани имеет место при хроническом воспалительном процессе в любом органе: в печени это цирроз, в легких – склероз и эмфизема, в миокарде – кардиосклероз, в сосудах мозга – склероз, мозговой инсульт, в самой мозговой ткани – эпилепсия.

Итак, склероз сосудов почек (в результате их воспаления) в начальной стадии вызывает артериальную гипертонию. Отсюда «юношеская», злокачественная, не поддающаяся лечению гипертония.

На самом деле гипертония в любом возрасте, называется она симптоматической или эссенциальной (то есть от неизвестной причины), имеет единственную причину – воспаление сосудистого аппарата почек, анемию почечной ткани, выделение такими поврежденными почками в кровяное русло гормона ренина, вызывающего спазм капилляров всего организма, в том числе сосудов головного мозга, сердца и самих

почек.

Спазм сосудов ведет к повышению кровяного давления, и при повреждении сосудистых стенок (воспаление – дефекты внутренней оболочки сосудов) в самых различных органах (сердце, мозг, легкие, печень) из сыворотки крови в поврежденные места попадают и откладываются холестерин, соли кальция, продукты азотистого (то есть белкового) обмена – это кристаллы мочевой кислоты.

Вся эта «бяка», откладываясь на стенках крупных и мелких артерий, вызывает склероз и изъязвление этих стенок, а затем тромбирование (закупорку) просвета сосудов. Как следствие, возникают инфаркт миокарда, мозговой инсульт и т.п.

Такие процессы могут возникнуть в любом органе (в том числе в почках) из-за обескровливания участка ткани, в котором находится тромбированный сосуд. Становится ясной истина: при заболевании одного органа в организме (то есть системе органов) заболевают и другие, находящиеся от него близко или далеко, это не имеет значения, поскольку все органы омывают одни и те же кровь, лимфа и тканевая жидкость.

Однако «скоро сказка сказывается, да не скоро дело делается», тем более в человеческом организме, снабженном огромным количеством защитных механизмов на каждом уровне своего существования – биохимическом, физиологическом, физическом, нервном, гормональном, психологическом.

Но вода камень точит, и от первой ангины или бронхита в 1–1,5 года до гипертонии, инфаркта, инсульта проходит 20, 40, 60 лет, поэтому как бы теряется и забывается причина этих заболеваний, которые начинают лечить опять-таки систематически сосудорасширяющими и противосвертывающими препаратами.

Таким образом, люди на протяжении десятков лет продолжают пренебрегать законами природы, насилуют свой организм лекарствами, разрушая внутренние органы, созданные божественной мудростью.

А что же происходит с самими почками, если патологический процесс протекает в них более интенсивно? Воспаленные клубочки выходят из строя, то же самое происходит с воспаленными канальцами. Они перестают функционировать, наступает так называемая почечная недостаточность.

Клубочки не в состоянии отфильтровать из сыворотки крови крайне ядовитые низкомолекулярные азотистые соединения (мочевину, мочевую кислоту, креатин, креатинин и другие), их концентрация в сыворотке крови (так называемый остаточный азот) повышается, наступает азотмия или уремия – отравление всего организма собственными отходами белкового обмена.

Теперь для спасения жизни больного медицина прибегает к фильтрации крови через систему монообменников («искусственную почку») или пересадке почки. Об успешности этих методов будет рассказано в следующей статье.

Из всего изложенного напрашивается вывод: лучше не допустить заболевания почек, чем его лечить, а если все-таки оно наступило, лечить в самом начале и возможно раннем возрасте.

Как узнать, что почки заболели, если нет явных, катастрофических симптомов – красней мочи, высокой температуры, болей в пояснице, даже нет белка в моче?

Нужно знать, что при любой ангине, бронхите, пневмонии, гриппе, ОРЗ, гайморите, а тем более бронхиальной астме почки заболевают. Но, будучи очень терпеливым и «молчаливым» органом, почки не дают знать о своем бедственном состоянии, а продолжают выполнять свою работу по очистке сыворотки крови, чтобы не дать нам отравиться собственным азотом.

Отказывают они сразу и так же молчаливо. Это может наступить и в 15 лет, и в 45, и в 60, но спасти почки и вылечить их полностью вероятнее всего в детском и подростковом возрасте, когда еще не закончен рост организма и есть полная возможность создания новых тканей – клубочков и канальцев – вместо поврежденных.

Но для того, чтобы это произошло, никак не годится лекарственная терапия, так как она подавляет иммунную систему, регенераторные способности тканей организма и ведет к уже описанным процессам.

Теперь в официальной медицине создана такая версия: пусть дети с больными почками лечатся лекарствами и гормонами (так как без гормонов невозможно остановить патологический процесс), а с возрастом «это все пройдет» и ребенок «перерастет» болезнь.

Но, к сожалению, этого не происходит, а происходит следующее: в период полового созревания начинают функционировать полноценно новые железы внутренней секреции – яичники и семенники. Они выделяют в кровь большое количество не поступавших ранее половых гормонов.

В обмен веществ организма включаются новые, мощные компоненты, улучшающие трофику тканей и тем самым компенсирующие заболевание, но не излечивающие его, так как причина – наличие гнойных очагов в организме – не удалена.

Эти очаги дремлющей инфекции оживают после 25–30 лет (или раньше), когда заканчивается тканевый рост и наступает некоторая «тканевая депрессия» в результате накопления стрессов самого различного происхождения: пищевых, экологических, психологических и т.п.

Вот тут наступает момент, когда почки «вдруг отказали», и тогда начинается работа для хирургов, то есть подключение искусственной почки или пересадка почки с последующим введением препаратов, подавляющих иммунитет, чтобы пересаженная почка не отторгалась.

Другой вариант: больного с хроническим пиелонефритом лечит невропатолог от… радикулита – встречается еще чаще и длится довольно долго (годы), пока не наступит тот же финал – почки отказали.

Поэтому людям – больным и здоровым – необходимо знать, что любые боли на протяжении позвоночника, его деформации, невралгии межпозвоночных нервов – результат хронического заболевания внутренних органов: бронхов, легких, желудка, поджелудочной железы, почек.

Очистите эти органы, обновите их ткани методами естественной терапии, и позвоночник выправится сам, пройдут боли, вывихнутые диски встанут на место. Сами собой? Да, сами собой, потому что прекратится длительный спазм межпозвоночных мышц, вызывающий всю эту патологию. Причиной же спазма становятся патологические нервные импульсы, идущие от больных органов в

соответствующие сегменты позвоночника.

Как же избежать такой неутешительной картины – превращения одних болезней в другие и бесконечного их лечения?

Каждому человеку, а тем более родителю (с этого мы начали) необходимо знать о большой уязвимости ткани почек и всех последствиях, которые из этого проистекают.

Следовательно, при любом заболевании ребенка или взрослого необходимо немедленно начинать очищение тканей (крови, лимфы, межклеточной жидкости, клеток) всего организма. Именно при этом общем очищении очищаются также почки – очень успешно и с быстрым результатом.

Что же такое общее очищение и как оно делается? Это, во-первых, питье большого количества жидкости для усиления циркуляции лимфы и выведения клеточных шлаков током лимфы в сосочки слизистой толстого кишечника, откуда они выбрасываются наружу с содержимым толстой кишки.

Но для этого необходимы регулярные промывания кишечника в течение 1–3 недель ежедневно физиологическим раствором, травяными настоями, уриной.

Выпивать нужно в сутки около трех литров жидкости, очищающей и питающей клетки организма, а не просто воды. Это отвары трав с добавлением меда и цитрусовых соков.

Травы подбираются по принципу очищения всех систем организма: дыхательной, пищеварительной, выделительной. Состояние костно-мышечной, нервной и кровеносной систем напрямую зависит от состояния первых трех.

Это могут быть следующие лекарственные травы, взятые в равных пропорциях: мята, душица, мелисса, тысячелистник, ромашка, подорожник, мать-и-мачеха, трехцветная фиалка, спорыш, толокнянка, шалфей, крапива, пустырник.

Питание твердой пищей необходимо на этот срок исключить, чтобы прекратить процесс пищеварения и выделения пищеварительных ферментов. Это необходимо, чтобы активизировать работу протеолитических тканевых ферментов, расщепляющих и выводящих из клеток патологические включения и сами больные, зашлакованные клетки.

При таком глобальном тканевом очищении лечебный эффект наступает уже через 10–15 дней, а окончательное выздоровление в зависимости от возраста и давности заболевания – через 6–12 месяцев.

В течение этого времени необходимо каждые 3 месяца проводить 10–15-дневный очистительный курс лечения (травяные отвары, соки, промывание кишечника).

В промежутках необходимо соблюдать режим биологически полноценного, то есть сырого растительного питания с включением большого количества сырых фруктов, овощей, орехов, проросших злаков, растительного и сливочного масла, сливок, сырых яичных желтков и, конечно, самых различных свежевыжатых фруктовых и овощных соков.

Приемлемы и очень полезны практически все соки: яблоки, морковь, свекла, тыква,

капуста, сельдерей, петрушка, топинамбур, дыня, вишня, слива, виноград, но особенно целебен арбузный сок, причем не только при лечении почек, но и при лечении бронхита и бронхиальной астмы, которое проводится точно таким же методом.

Особо необходимо сказать об одной роковой ошибке при лечений острого и хронического гломерулонефрита, когда больной теряет белок с мочой (в норме белок в моче не содержится).

Для того чтобы восполнить эти белковые потери, больных начинают усиленно кормить животным белком – мясом, творогом. Это усугубляет болезнь, так как чужеродный животный белок, являясь сильнейшим антигеном, вызывает образование антител к пищевым белкам (40% этих белков всасывается в тонком кишечнике в виде молекул, сохранивших свои антигенные способности).

Следующим этапом избыточного иммуногенеза становится образование антител к собственным тканевым белкам организма. Возникают и развиваются с эффектом снежной лавины аутоиммунные процессы, разрушающие организм и в первую очередь почки. Их лечат, то есть подавляют, гормонами и негормональными иммунодепрессантами процесс этот обречен на полный провал.

Отсутствие белкового питания при хроническом и остром почечном заболевании является первым условием выздоровления, таг как при этом стенки почечных сосудов и канальцев не разрушаются агрессивными антителами, готовыми все крушить на своем пути, в том числе собственные ткани организма.

Натуральные углеводы фруктовых и овощных соков, наоборот, предоставляют строительный материал для восстановления разрушенной ткани почек.

Показательна в этом отношении история Александра В. 36 лет, офицера Вооруженных Сил, уволенного по болезни. Почки не выполняли своей функции очистки крови, он был направлен на «искусственную почку», но отказался от диализа.

Через неделю приема соков с промыванием кишечника диализ ему уже не понадобился. Через год он был практически здоров и работоспособен.

Нелли Н., 12 лет, с гломерулонефритом (после тяжелой ангины) положили в стационар на почечный диализ. Приняв два сеанса диализа, она перешла на курс естественной терапии. Больше диализ ей не понадобился. Сейчас ей 26 лет, она вполне здорова, мать двоих детей, живет в США.

Хроническая почечная недостаточность

Это не фатальный приговор к почечному диализу или пересадке почки, чего не все могут дождаться. Это состояние великолепно компенсируется методами естественного лечения, без применения лекарств и почечного диализа, даже при прямых показаниях к диализу. Пациент получает возможность сохранить собственные почки, пользоваться ими, и не зависеть от аппаратной терапии.

Откуда же берется хроническая почечная недостаточность и почему становится фатальным заболеванием, которое означает приговор: почечный диализ, то есть очистка крови от азотистых шлаков через систему фильтров-ионообменников. При этом почки прекращают работу и как-бы уже не существуют для своего хозяина.

Безусловно, это не лучший выход из положения, и не лучший способ продлить свою жизнь. Есть еще конечно вариант – пересадка почки, но, к сожалению, пересаженная почка отторгается вследствие тканевой несовместимости через год или два, и для того, чтобы продлить срок ее функционирования, больному приходится принимать постоянно иммунодепресанты, которые подавляют иммунную систему организма, т. е. губят человека с другого конца, так сказать.

Итак, где же выход? А выход в том, чтобы не дойти до состояния, называемого хроническая почечная недостаточность (ХПН). Разберемся, что это означает? В чем функция почек, т. е. в чем их «достаточная» работа? В том, чтобы выводить из организма конечные продукты азотистого, т.е. белкового обмена. Что это за продукты? Это – мочевая кислота, креатин, креатинин, аммиак и некоторые другие (ураты, оксалаты и др.). Здоровые почки не выделяют с мочой ни сахар, ни белок. Наличие их в анализе мочи говорит о повышенной проницаемости почечных клубочков, т.е. сосудистой сети почек. А это наступает вследствие воспалительного процесса в стенках почечных капилляров. Откуда воспалительный процесс? В том-то и дело, что сосудистая сеть почек всегда поражается при заболеваниях уже маленьких детей – при ангине, банальной простуде, гриппе, бронхите, воспалении легких и особенно при скарлатине. Нередко во время или после перенесенных болезней у ребенка начинается острый гломерунонефрит, первым признаком которого является красная моча, т.е. выделение крови с мочой. Это острое воспаление почек лечат к сожалению, как предшествующие болезни дыхательных путей – антибиотиками и кортикостероидами, т.е. вызывая аллергические реакции тканей (антибиотики) и подавляя их (кортикостероиды – преднизолон и др.). Результат – залечивание болезни и последующий склероз сосудов почек, так называемая вторичносморщенная почка. Конечно, такой склероз почек наступает не в детстве, и не в юности, но уже в зрелом возрасте к 40–45 годам.

Иногда поражение почек в детстве проходит бессимптомно, даже анализ мочи не показывает ничего плохого. Но вдруг в 16–18 лет у молодого человека обнаруживается повышенное артериальное давление (порядка 180/100), он жалуется на головные боли, или же у молодой женщины при беременности вдруг повышается давление, она отекает, в моче обнаруживается белок. Начало всего этого заложено в детских болезнях, залеченных антибиотиками.

Однако вернемся к так называемой юношеской гипертонии. Она еще называется злокачественной, потому что не поддается лечению препаратами, снижающими артериальное давление. Единственный способ вылечить ее – очистить почки от скопившихся в них продуктов воспаления, т. е. омертвевших, перегнивших клеток сосудистых стенок, остатков антибиотиков и азотистых шлаков, невыведенных больными почками. Но поскольку юношескую гипертонию, так же, как и гипертонию у пожилых лечат сосудорасширяющими препаратами, то получают только временный эффект понижения давления (да и то нижнее – «почечное» давление остается на высоких цифрах – 90–95 ед.). Патологический же процесс в почках остается и развивается по своим законам, и в результате к 35–40 годам – склероз почек – первичносморщенная почка, т.е. склероз (сморщивание) вроде бы без предшествующего воспаления, а на самом деле – воспаление почек имеет место, но не дает о себе знать. Во всех случаях склероз сосудов почек влечет за собой склероз канальцевого аппарата, т.е. тех специфических клеток почечной ткани, которые выделяют из сыворотки крови в мочу крайне токсичные продукты азртистого обмена, о которых было сказано в самом начале.

Склероз почечных канальцев делает их неспособными выделять из сыворотки крови «остаточный азот» (мочевина, мочевая кислота, аммиак и др.), наступает

состояние азотомии, т.е. количество остаточного азота крови повышается (вместо 240 ЕД в норме – до 60 и больше). Это уже угрожающее жизни состояние и прямое показание к почечному диализу.

Что делать чтобы не подойти к такому печальному финалу в 35–40 лет? Лечить болезни почек, когда они уже проявились повышенным давлением, плохим анализом мочи (белок, эритроциты, цилиндры в осадке), и когда они еще не проявились никак. Да, да, лечить почки, пока они еще не заболели, чтобы не было потом слишком поздно, поскольку заболевания почек, как мы уже выяснили, часто протекают бессимптомно. А что это значит? Принимать специфическую лекарственную терапию? Ни в коем случае! При любом заболевании почек, при любой ангине, астме, бронхите, пневмонии необходимо провести тщательную очистку всех тканей организма (а не только почек).

Эти методики подробны описаны в моих статьях об аллергии, астме и др. Необходимо еще раз напомнить, что при заболевании почек, их функции по выделению азотистых шлаков может на себя взять слизистая толстого кишечника и потому здесь особенно важны промывание кишечника солевыми, травяными, свекольными, кофейными и другими составами. И, конечно, необходимо избавить больного от белковых продуктов в пище, поскольку для организма с затрудненным выведением азотистых шлаков они являются прямой отравой. К сожалению, в лекарственной медицине существует обратная тенденция. При потере белка с мочой больному рекомендуют есть мясо в обязательном порядке, для того, чтобы «восполнить потерю белка». Но белок выделяется потому, что нарушена целостность сосудов почек, а сосудистую стенку поражают продукты белкового обмена. Значит нужно на какое-то время прекратить прием белковых продуктов с пищей, очистить сосуды почек и всего организма от конечных продуктов обмена и затем восстанавливать ткани углеводистой пищей – фруктовыми и овощными соками, протертыми фруктами и овощами. При этом ткани синтезируют из углеводов собственные белки, не обладающие иммуногенными свойствами, т. е. способностью разрушать ткани организма, вызывая образование антител – киллеров собственных клеток. Именно такими свойствами обладают чужеродные животные белки пищи: мяса, творога, яичного белка.

Но если все-таки, в результате отсутствия информации человек дошел до невозможности выделять собственные токсичные азотистые продукты обмена? Что делать? Самое первое, что можно сделать – прекратить прием белковых продуктов. Полностью заменить их углеводами (фрукты и овощи – сырые и соки из них) и частично – жирами. Почему именно углеводы и жиры? Потому что эти пищевые продукты не содержат азота, азот содержат только белки. Именно таким образом (пдключив тщательное промывание толстого кишечника – выход азотистых шлаков через слизистую кишечника) можно избежать интоксикации остаточным азотом крови, снизить его до нормы и жить вполне безбедно и быть трудоспособным. Конечно, при больных почках чем раньше сделать это, тем лучше. Не нужно дожидаться азотемии и направления на диализ. Но если даже такое состояние уже наступило, из него вполне можно выйти указанным способом.

Что же дает почечный диализ? То, что почки перестают работать, а ионообменники, очищающие кровь, вымывают из сыворотки не только азотистые шлаки, но и белок и некоторые микроэлементы и, не выводят другие, например, калий. И пациенты теперь страдают от избытка калия в организме, т.е. лишаются возможности есть достаточно фруктов и овощей, жизненно необходимых для больных почек, и, наоборот, вынуждены есть мясо, чтобы дополнять белок, вымываемый «искусственной почкой». Мясо увеличивает количество азотистых

шлаков, которые очищает та же «искусственная почка». Да, далеко же ей до естественной, нашей почки!

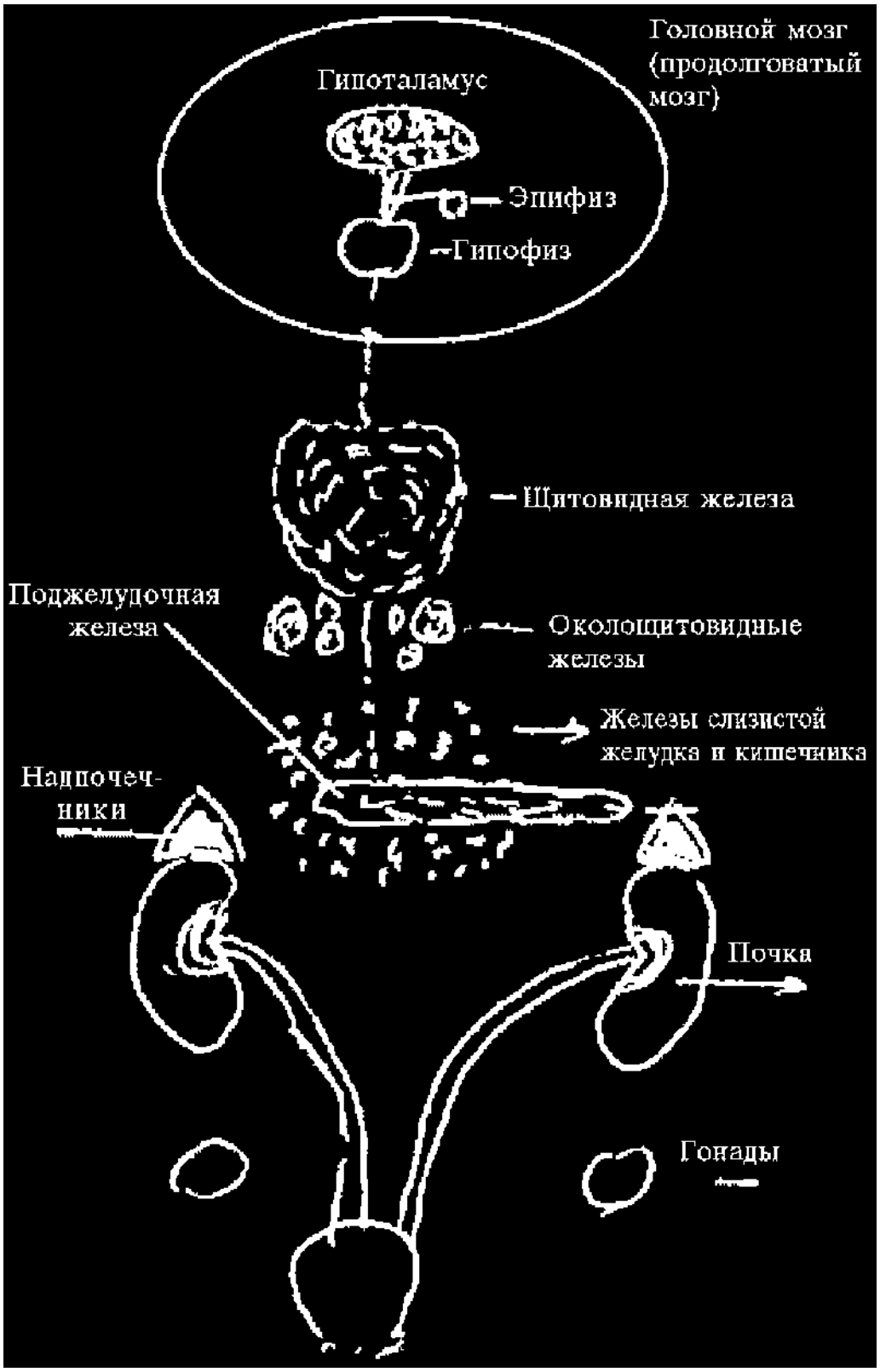
К сожалению, мало кто знает об описанной возможности избавиться от диализа. Люди ждут его месяцами и иногда не дожидаются.

Родители, пожалуйста, обратите внимание на своих детей, когда они болеют, жалуются на головные боли, утомляемость. Это уже может быть началом воспаления почек. При вполне блаополучном анализе мочи – учтите! И потому, при любом заболевании очищайте детский организм питьем травяных настоев, свежих соков, и промываниями кишечника. Не снижайте температуру ребенка жаропонижающими препаратами, а только промыванием кишечника и питьем. Это всегда гарантирует выздоровление с наименьшими потерями. Берегите почки ваших детей с детства, а не губите их!

Для чего нам нужны надпочечники?

Они нам нужны для жизни. Посмотрим, что это означает.

Надпочечники – железа внутренней секреции, парный орган, находящийся над обеими почками в виде маленьких пирамидок. Они представляют собой одно из звеньев эндокринной системы организма. Перечислим все другие звенья этой системы и посмотрим, насколько они связаны между собой.



Здесь дано схематическое изображение всей цепи эндокринных желез. Как видно из схемы, главенствует над всем – гипоталамус. Расположен он в области продолговатого мозга (в области подкорки головного мозга). Этот участок продолговатого мозга, расположенный под таламусом (зрительная область), вырабатывает так называемые тропные гормоны, стимулирующие выработку гормонов со специфическим действием на нижележащие специализированные железы. Тропные гормоны по мере выработки в гипоталамусе стекают в гипофиз, складирующий и выдающий их маленькими порциями по мере надобности организма

в том или ином гормоне в кровяное русло. Тропный гормон, попадая в ничтожном количестве в кровяное русло, стимулирует выделение определенной железой специального гормона, поддерживающего ту или иную физиологическую функцию организма. Есть соматотропный гормон, или гормон роста. Орган-мишень для него – поджелудочная железа. Тиреотропный гормон – стимулирует выделение тироксина тиреоидной (щитовидной) железой. Адренокортикотропный гормон (АКТГ) – стимулирует выработку надпочечниками адреналина и кортикостероидов. Гонадотропный, лютеотропный и лактотропный гормоны ведают ростом и развитием половых желез у мужчин и женщин, беременностью и лактацией. Кроме этих сравнительно крупных желез внутренней секреции есть эпифиз (маленькая, с горошину шишковидная железа), околощитовидные железы (ведают кальциевым обменом), железы в слизистой желудка и тонкого кишечника, а также в ткани мозга, которые имеют одинаковую функцию – вырабатывают эндорфины, или эндогенные морфины. При повышении их концентрации в крови мы засыпаем или, наоборот, находимся в состоянии повышенной бодрости. Кроме всего этого, почки также обладают эндокринной активностью и при определенных условиях выделяют в кровь гормон ренин, сужающий кровеносные сосуды и повышающий уровень артериального давления.

Остановимся на работе надпочечников: они состоят из двух разнородных тканей – внутренний, так называемый мозговой слой выделяет в кровь адреналин – гормон, повышающий артериальное давление, поддерживающий в норме тонус кровеносных сосудов, мышечный тонус, эмоциональную и физическую активность.

Наружный слой надпочечников – корковый, вырабатывает исключительно важные для жизнедеятельности организма кортикостероиды. Кортикостероиды ведают тканевым обменом, тканевым синтезом, т.е. они обеспечивают бесперебойную работу печени, костного мозга и других тканей по синтезу белков, жиров, углеводов, витаминов, гормонов и всех необходимых нашему организму веществ, строящих наши ткани. Кортикостероиды ведают синтезом клеток крови, гемоглобина, тканевых клеток иммунитета – фагов, гистиоцитов, литкоцитов, лимфоцитов, то есть от их уровня и концентрации в крови зависят крепость и здоровье нашей иммунной системы, наша иммунная защита против любых вирусов, микробов, простейших и даже – гельминтов. Короче, наша устойчивость к инфекциям, вирусному гриппу, атипичной пневмонии, СПИДу, наконец.

Нужно сказать, что по химическому строению и составу кортикостероиды сходны с мужскими и женскими половыми гормонами и при прекращении функций половых желез в пожилом возрасте (в крови отсутствуют половые гормоны) в климактерическом периоде они частично компенсируют эти функции, поддерживая в организме соответствующий эмоциональный, физический, интеллектуальный фон.

Ясно, что надпочечники являются для нас незаменимым органом и выделяемые ими гормоны (то есть секрет железы, выделяемый не в полость органа, а прямо в кровь) жизненно необходимы организму. Что происходит, когда надпочечники болеют? Надо сказать, что болеют они крайне редко – важнейший для жизни орган хорошо защищен. Известны в основном два болезненных состояния – болезнь Иценка-Кушинга, или бронзовая болезнь. Она связана с резким падением функции надпочечников, в результате чего резко падает кровяное давление, появляется мышечная слабость, кожа принимает бронзовый оттенок (нарушается пигментный обмен). Причина чаще всего – туберкулез надпочечников. Другая патология надпочечников – феохромоцитома – опухоль надпочечника. Артериальное давление повышается резко и стойко, общее состояние тяжелое. Лечение – удаление опухоли. В обоих случаях патология надпочечников хоть и наступает редко, трудно поддается

лечению и если и можно ее вылечить, то только путем очищения тканей и их полноценного питания.

Но совсем другое дело, когда патология надпочечников вызывается искусственно. А это делается в современной медицине очень часто, поскольку гормональная терапия вошла в медицину как полноправный метод лечения. Сразу скажем, что метод этот является калечащим организм, фактически лишающим его надпочечников и делающим крайне уязвимым к любому вирусу и микробу, а иначе гормонотерапия кортикостероидами – преднизолоном, дексаместазоном и другими производными преднизолона лишает организм иммунной системы, при систематическом применении ведет к состояниям приобретенного иммунодефицита. Откуда все это началось? Началось в 30-х годах прошлого столетия, когда канадский врач-ученый Ганс Селье выделил из надпочечников крупного рогатого скота экстракт, очистил его серией адсорбентов и применил при лечении больных с острыми воспалительными процессами. Воспаления сразу утихли, больные выздоровели на удивление быстро, это вдохновило Селье на дальнейшие поиски, и пошло-поехало… Выделяли из надпочечников животных экстракты, очищали их, концентрировали, модифицировали – это был преднизолон, который стали применять при пневмонии, остром суставном ревматизме, тиреодите, псориазе. Утихали воспаления, симптомы болезни исчезали на время, потом возобновлялись в худшем виде и требовали новых, еще больших доз гормонов. Больные получали препараты в возрастающих количествах и уже не могли обходиться без них. Потом стали синтезировать гормон – аналог натурального – дексаметазон с тем же эффектом. Пациенты, получавшие гормоны систематически, становились чувствительными к инфекциям и часто погибали от любого вируса, поражающего дыхательные пути. Почему это происходило? Вся система желез внутренней секреции в организме обладает совершенной саморегуляцией, благодаря информации, передаваемой самими же гормонами. При повышении концентрации какого-либо гормона в крови гипоталамус прекращает синтез соответствующего гормона, в этом случае – АКТГ. Надпочечники прекращают синтез кортикостероидов. При систематическом приеме гормонов внутрь или в виде инъекций или мазей, аэрозолей надпочечники атрофируются, что происходит довольно быстро (достаточно иногда двух – трех месяцев). Больной становится зависимым от приема гормональных препаратов. Это нарушает функции всех желез внутренней секреции, наступают нарушения тканевого обмена, в частности ожирение, иногда – диабет или акромегалия (рост костей лицевого черепа и конечностей), оволосение кожных покровов у женщин. И все это не останавливает победного шествия кортикостероидов по всему миру. Создаются все новые синтетические аналоги гормонов, все новые лекарственные формы в виде мазей, гелей, инъекций, которые применяются практически при всех заболеваниях: пневмонии, бронхиальной астме, нейродермите, псориазе, ревматизме, диссимини-рованной волчанке, мононуклеозах, всех болезнях кроветворной системы, заболеваниях соединительной ткани, тиреоидитах, полиартритах, вообще всех острых воспалительных процессах, так как кортикостероиды обладают способностью подавлять избыточные тканевые реакции, имеющие место при любом воспалительном процессе – экссудацию (отек), пролиферацию – клеточный рост и т.п. Это происходит благодаря их способности подавлять биосинтез белка. Таким образом, снимаются симптомы воспаления, но сама причина, вызвавшая воспаление, отек, спазм бронха или сосудов, остается. Не проще ли выяснить и удалить эту причину, чем совершать насилие над тканями, нарушая естественный ход тканевых процессов? Надо думать, что воспалительный процесс возник не беспричинно, а как ответ данного органа на что-то, мешающее организму нормально существовать. Обнаружить и удалить эту помеху намного легче и, главное, безвреднее для организма, чем пытаться силой подавить естественный ход тканевых реакций. А единственной причиной воспалительной или даже опухолевой реакции близлежащих тканей является накопление гноя, т.е. мертвых

клеток, не удаленных своевременно током лимфы через толстый кишечник. Причиной воспалительной реакции – особенно в суставах, мозговых оболочках, иногда подкожной клетчатке могут быть также задержавшиеся в тканях остаточные продукты азотистого обмена – мочевина, мочевая кислота, креатин, аммиак и др. Любое воспаление – ангина, гайморит, бронхит, арахноидит, артрит – ликвидируется при удалении из тканей накопившихся в них отходов. Это делается методами общей очистки организма и местной очистки придаточных пазух носа, печени, кишечника, неоднократно описанных в моих статьях по лечению различных заболеваний естественными методами. В одном случае очистительный процесс с полным выздоровлением без применения лекарств может длиться 4–5 дней – ангина, ОРЗ, грипп, в других 2–3 месяца – полипы, астма, полиартрит, арахноидит, мигрень, конъюнктивит, тиреоидит. Но результат всегда один – выздоровление.

Чего мы добиваемся очищением организма и последующим восстановлением тканей биологически полноценной пищей? Ликвидируем причину заболевания и сохраняем надпочечники – они еще понадобятся человеку, а тем более ребенку. Ведь именно гормональная терапия самых различных болезней вкупе с антибиотиками вызвала разрушение иммунитета у людей уже в трех – четырех поколениях, что и вызвало появление иммунодефицитных состояний: СПИДа, атипичной пневмонии, геморрагических лихорадок и т.п. И потому хочется еще раз предупредить родителей детей, страдающих бронхиальной астмой или кожными диатезами, псориазом, – не применяйте гормонов при лечении детей ни в виде таблеток, ни в виде мазей или аэрозолей, поскольку они обязательно вызовут нарушение иммунной системы ребенка – ведь подавляется клеточный синтез белка, индивидуального белка организма, организм становится беззащитным против микробов и вирусов и любое заболевание требует лекарственного лечения. Родители, будьте разумны и при заболевании очищайте организм ребенка питьем травяных отваров с медом и соками лимона, грейпфрута, граната, калины и т.п. Не кормите ребенка твердой пищей 4–7–10 дней, давайте обильное горячее питье (отвары лечебных трав) и свежевыжатые фруктовые и овощные соки. Одновременно промывайте кишечник очистительными клизмами – ежедневно – 7–10 дней. Вы вылечите болезнь – простуду, грипп, ангину, понос без осложнений и без перехода в хроническое состояние или в другую болезнь. В этом смысле очень показателен следующий случай: девочку пяти лет привели к врачу-натуропату. Она страдает тяжелой формой бронхиальной астмы уже три года. С двух месяцев болела кожным диатезом в мокнущей форме, лечилась лекарствами, к двум годам диатез прошел, началась бронхиальная астма – приступы удушья почти ежедневно, лежала подолгу в стационаре, в год 2–3 раза. Начался лекарственный гепатит, головные боли. Лечилась у невропатолога. Головные боли продолжаются, приступы удушья также. Родители лечили девочку упорно в течение двух лет, выполняя без нарушений всю программу естественного лечения. В результате девочка здорова, играет со сверстниками, катается на велосипеде, прекрасно переносит физические нагрузки, ходит в школу. От гормонов, бронхолитиков и ингаляторов отказались через две недели после начала лечения. Почему же не приложить усилия для спасения здоровья и жизни ребенка вместо того, чтобы объявить астму неизлечимой и привязать ребенка, а потом взрослого к лекарствам, умножая число инвалидов? Возникает вопрос: а можно ли избавиться от гормональной зависимости, если больной уже ее приобрел и принимает регулярно преднизолон? Можно, но трудно. Самое нежелательное обстоятельство во всей этой «гормональной истории» следующее – резко затрудняется лечение того заболевания, которое человек пытается вылечить с помощью гормонов, поскольку по нарастающей идет нарушение обмена веществ всего организма. Легче всего избавить от гормонов и вылечить детей. Гормональные ингаляторы и таблетки становятся им не нужны уже через 7–10 дней от начала очищения организма, ведь у детей меньше масса тканей и

загрязняющих клетки шлаков. И потому не отчаивайтесь, если ваш ребенок уже принимает гормоны, старайтесь постепенно избавляться от них, очищая ткани, и ваши старания увенчаются успехом.

Гайморит, синусит…

Синусит (в просторечии гайморит) – это воспаление придаточных пазух носа. Носовые ходы – это начало воздухоносных путей, т.е. органов дыхания человека.

Отсюда воздух поступает вначале в четыре придаточные пазухи носа (две из них расположены в лобной кости – фронтальные синусы и две – в скуловых костях – гайморовые пазухи или синусы), а затем только проходит через носоглотку в трахею, бронхи и легкие, снабжая нашу кровь кислородом. Все воздухоносные пути, как известно, выстланы слизистой оболочкой, точно так же, как и пищеварительные пути организма.

Что же происходит в реальности при дыхании людей в XXI веке при существующей сегодня экологии? Практически 90% людей не дышат воздухом, а заглатывают его после вдыхания через носоглотку. Фактически четыре придаточные пазухи носа выключены из акта дыхания.

Почему же это, происходит и к каким приводит последствиям? Лобная кость (две камеры) и две скуловые кости воздухоносные, они имеют ячеистую структуру, также выстланную слизистой оболочкой. Истинное назначение их – согревать и фильтровать вдыхаемый воздух, после чего уже он направляется в бронхи. Но у придаточных полостей носа есть еще одна очень важная функция. Слизистая, выстилающая лобные пазухи, усваивает из вдыхаемого воздуха легкие ионы и частично кислород путем диффузии и отправляет их непосредственно в головной мозг. Ткань мозга, снабжаемая в достаточном количестве этими «витаминами воздуха», естественно функционирует полноценно и не болеет, т.е. мы не имеем головных болей, арахноидита и много всякой другой мозговой патологии, часть которой буквально смертельно опасна, другая же часть мучает людей годами и в конце концов приводит к слабоумию, слепоте, глухоте и т.д. Не говоря уже и о том, что при нарушении процесса полноценного вдыхания воздуха дети становятся капризными, лишаются аппетита или, наоборот, едят слишком много, у подростков нарушается поведение, плохо усваивается учебный материал и т.п.

Что же мешает придаточным пазухам функционировать полноценно? А мешает то, что слизистая, выстилающая ячейки губчатых костей (две лобных и две скуловых) отмирает и загнивает, начиная с самого раннего детства и на протяжении всей жизни. В результате гной, задерживаясь в придаточных пазухах, через какое-то время начинает выделять в кровь и прямо в мозг, (лобные пазухи отделяет от ткани мозга пластинка кости, пронизанная сосудами) гнойные токсины, представляющие из себя не что иное, как трупные яды, чрезвычайно опасные для организма. И теперь уже степень заболевания мозга зависит от полноценности гематоэнцефалического барьера, т.е. иммунной системы тканей, окутывающих и защищающих мозг. А это три мозговые оболочки, спинномозговая жидкость и кровь, омывающая мозг. Если клетки и жидкий состав этих тканей могут достаточно активно поглощать и нейтрализовать эти яды, то мозг остается здоровым. Если проницаемость барьера нарушена, он неполноценный (а иммунодефицит сейчас – повсеместное явление), то наступают болезни мозга – от головной боли до опухоли или абсцесса.

Поговорим немного об опухолях мозга, которых в последнее время становится все

больше. Диагноз, конечно, трагический, но ведь можно его избежать. Ведь необязательно заболеть и потом лечиться. Лучше лечиться, пока не заболели. Заболеть и лечить болезнь – это порочная установка лекарственной медицины. Больной человек – это рынок сбыта лекарств. Тактика естественной медицины совершенно иная – не допустить болезнь. А это достигается только пониманием того, отчего болезнь возникает. Так вот, опухоль мозга, а также абсцессы (тоже нередкое явление и тоже фатальное) возникают от одной причины – заполненные гноем лобные пазухи выделяют токсины в мозг, что 1) или приводит к образованию гноя уже в ткани мозга – абсцесс или 2) вызывает клеточный рост мозговой ткани для того, чтобы уничтожить эти токсины. Именно потому вновь образованные клетки являются агрессивными, т.е. злокачественными, обладающими огромной разрушающей силой, что и губит уже весь организм. Именно поэтому не нужно любой долговременной интоксикацией вызывать раздражение иммунитета. Иммунная система в любой ткани, где имеет место интоксикация, даст ответ, т.е. захочет избавить организм от ядов и чужеродных продуктов. Если она идеально регулируется нейрогормональной системой, то этот ответ будет адекватным, если же регуляция нарушится, то вместо защиты мы имеем избыточную агрессию тканей в виде синтеза недифференцированных клеток в огромном количестве, т.е. опухоль любого органа.

Чем еще награждает нас хронический синусит? Не столь страшными, но довольно неприятными вещами в виде мигреней, повышения артериального давления, инсульта, склероза сосудов головного мозга, болезни Альцгеймера (коллагеноз мозга) и т.д.

А что же представляет из себя вирусный грипп, ежегодно угрожающий населению планеты и уносящий не одну тысячу жизней? Заболели бы мы этой заразой, имея чистые придаточные пазухи, омываемые воздухом, как и положено, 15–17 раз в минуту (частота дыхания)? Нет, конечно! Вирус гриппа является только поводом, а не причиной заболевания. Истинной причиной гриппа являются шлаки и токсины, в изобилии пропитывающие наши клетки, ткани и органы. В первую очередь это гной в органах дыхания. Они первыми поражаются при гриппе, потом идут осложнения – сердце, почки, мозг и т.д. Больной гриппом умирает не от вируса, а от собственных ядов, которые под действием вируса в огромном количестве выбрасываются из клеток в кровяное русло. Получается, что вирус очищает клетки нашего организма, питаясь шлаками, упакованными в них. В результате мы заболеваем, т.к. вирус разрушает оболочку клеток и яды из них, попадая в кровь, разносятся по всем органам, что может привести к серьезному поражению сердца, почек или мозга. Гриппозный миокардит, нефрозонефрит или арахноидит – тяжелые и опасные состояния. А начало всем этим бедам – в нашей голове. Уж поистине – с головы гниет не только рыба. При очищении придаточных пазух носа специальными процедурами (мы их опишем) из них выделяется огромное количество слизи и гноя, являющихся питательной средой для вируса, от которого мы не можем найти защиты. А лучшая защита – не дать ему пищу из наших омертвленных тканей, т.е. очистить синусы и все остальные ткани организма до заболевания.

Но есть еще одна беда, которая является следствием наличия гноя в скуловых костях и их периодическом воспалении (гайморит) – это наши испорченные зубы, бесконечные кариесы у детей и взрослых, пародонтозы и, в конце концов, протезирование зубов. Унизительно, не правда ли?

А избежать этого можно также просто. Не допускать накопления гноя в гайморовых пазухах, а при его наличии – очищать их. Ведь точно таким же образом, как в мозг, гнойные токсины из скуловых костей поступают в ткани верхней и нижней челюсти и поражают десны и пульпу зубов, в результате чего зубы воспаляются и погибают.

У взрослого человека во всех четырех синусах носа накопляется до двух стаканов гноя. Фантастично? Но вы в этом убедитесь сами, начав активную очистку пазух. «Однако не все же болеют гайморитом! – скажете вы. – Вот у меня рентген показал, что все чисто, гноя нет». Такие заявления я слышу очень часто, а между тем у заявителя – бронхиальная астма. Как это может быть? Дело в том, что гной обнаруживается на рентгеновском снимке только в разжиженном состоянии, когда носом дышать становится невозможно. Если же гной плотно упакован в ячейках воздухоносных костей, он имеет плотность кости и на снимке не обнаруживается. А нос вроде бы дышит свободно, но на самом деле это не дыхание, а заглатывание воздуха через нос и носоглотку, минуя придаточные пазухи. Скажем еще об одной немаловажной вещи – патологии глаз. Близорукость начинается в детстве, причина – ангина. Механизм таков – воспаление глоточных миндалин вызывает напряжение (постоянное, т.е. спазм) коротких межпозвоночных мышц. Этот спазм передается рефлекторно на глазные мышцы, управляющие хрусталиком глаза. Возникает спазм аккомодации, т.е. близорукость.

Дальнозоркость, катаракта, глаукома, атрофия зрительного нерва – болезни пожилого возраста. Причина, как уже понятно читателю, – фронтит, т.е. воспаление или накопление гноя в лобных пазухах. Ведь глаза даже ближе к ним, чем мозг. Вот и идет «дело». Гнойные токсины стекают в хрусталик – помутнение – катаракта. А попали они в заднеглазное пространство, начинаются слипчивые процессы, нарушается отток глазной жидкости, внутриглазное давление повышается, а конечные продукты обмена не выводятся из тканей глаза. Глаз буквально отравляется своими отходами (и не только своими, еще ведь стекают из лобных пазух) и человек слепнет – это глаукома. Лечение – операция, только задерживает слепоту, как и сосудорасширяющие капли.

Совершенно аналогичная ситуация с детскими отитами и старческой глухотой, – шум в ушах и голове. Причина понижения слуха и склероза вестибулярного аппарата внутреннего уха – попадание в ткани уха гнойных токсинов и гноя по евстахиевой трубе из гайморовых пазух.

Вот столько беды приносит нам банальный гайморит, не говоря уже о мигрени, бронхиальной астме, хронической пневмонии, ниже – поражаются желудок, кишечник, почки, яичники, матка, предстательная железа, (простатиты и импотенция начинаются от детских ангин и ОРЗ). Да, не только «рыба…»

Теперь вопрос: почему в придаточных пазухах носа – воздухоносных костях, где природой положено быть воздуху – собирается гной (вспомните хотя бы зеленые сопли у ваших малышей)? Об этом не раз писалось в статьях о заболеваниях почек, печени, позвоночника, грудной железы, щитовидки. Но повторение – мать учения. Гной накапливается от того, что гнойные токсины из кишечника и печени убивают клетки слизистой в синусах. Если мертвые клетки не будут удалены своевременно (мы ведь не промываем ежедневно пазухи) – они загнивают. На протяжении дней и годов получается то, о чем вы прочитали.

В органах пищеварения гнойные яды образуются при гниении съеденной пищи, в первую очередь мясной, т.к. чужеродный животный белок не расщепляется до конца нашими пищеварительными ферментами, Неправильное сочетание продуктов в приготовленных блюдах (белков с крахмалами, крахмалов и белков с углеводами – сладостями) также не усваивается при пищеварении и часто загнивает, а частично сбраживается. Вот и получается – пища портится, а мы болеем.

Но если гайморит (воспаление) или просто гной в пазухах уже в наличии – их надо

очищать очень тщательно и у детей и у взрослых. Методика общего очищения неоднократно описана в моих предыдущих статьях, Здесь напомним только, что после предварительного 1–2-недельного общего очищения (питье травяных отваров и промывание кишечника ежедневно без приема пищи) необходимо очищать пазухи носа закапыванием сока клубня цикламена у взрослых, и сока красной свеклы – у детей. Сок красной свеклы получают, протирая ее через терку и выжимая сок. Свежевыжатый сок (1–2 капли) нужно закапывать в нос ребенку 2–3 раза в день и хорошо высмаркивать, промывая горячей водой. Сок цикламена готовится путем разбавления цельного сока клубня цикламена (купить у травников) дистиллированной водой в 5 или 10 раз. Хранить в холодильнике можно до десяти дней, потом заменить новым разведением. Капать нужно ежедневно по утрам натощак, желательно после клизмы, лежа на спине без подушки по одной капле в каждую ноздрю. Неизбежные неприятные ощущения нужно перетерпеть 2–3 минуты, потом встать, выпить 2–3 стакана горячего отвара трав с медом и соком лимона, потом наклониться до пола на 1–2 минуты и затем промывать и высмаркивать нос. Гнойные выделения могут появиться или сразу или на 3-й, 4-й день, но обязательно появятся и потом уже нужно закапывать ежедневно 1–2, даже 3 месяца. Все это время гной продолжает выделяться. Временами может нарушаться носовое дыхание («заложило нос»). При этом нужно продолжать закапывание. Дальнейший выход слизи даст вам возможность свободно дышать. Это ощущение дыхания после очистки пазух несравнимо ни с чем и, наверное, давно уже забыто вами.

Вот и получается, что очищением всего организма, и в частности пазух носа, можно вылечить много болезней, в том числе аллергию любого происхождения, бронхиальную астму, эпилепсию, все головные боли, болезнь Бехтерева и даже бесплодие.

Эпилепсия

В № 13 (1999) «АиФ Здоровье» помещена большая статья про эпилепсию. Что мы выяснили из нее о сегодняшнем положении вещей в лечении этого заболевания? Описание его дано впервые за 400 лет до нашей эры Гиппократом. За 2400 лет развития медицины и медицинских исследований «никто до сих пор точно не знает, что же такое эпилепсия и кого можно и кого нельзя отнести к эпилептикам» – слова нейрохирурга. Однако профессор П. А. Темин, детский психоневролог и эпилептолог, считает, что сегодня «эпилепсия стала заболеванием лечимым. При появлении противосудорожных препаратов в 70% случаев удается на длительный период устранить судороги. В 30% случаев не удается помочь больным с помощью одного препарата и приходится прибегать к применению второго и третьего препарата». Нейрохирург профессор В. Лебедев отмечает, что эпилепсия разделяется на симптоматическую и так называемую генуинную, т.е. в переводе на русский язык – эпилепсию «непонятно от чего». За научным медицинским термином скрывается элементарное незнание причин заболевания. Можно ли вылечить то, причины чего неизвестны? То есть ликвидировать болезнь, не ликвидируя ее причин? Однако при диагнозе «генуинная эпилепсия», по словам профессора В. Лебедева (нейрохирурга), «больному дают таблетки: тут и транквилизаторы, и снотворные препараты, комбинированные, угнетающие ЦНС, все химически очень сильнодействующие вещества. Такое лечение отражается на психике больного, его интеллекте, приводит к деградации личности». Что же предлагает нейрохирург? Хирургическое лечение, т.е. удаление опухоли мозга или аневризмы артерии, которые вызывают симптоматическую эпилепсию. Ясно, что без удаления патологического субстрата нельзя вылечить заболевание. Но основная масса больных эпилепсией страдают генуинной ее формой, т.е. без явной причины. «В то же время известно (с 1926 г.), что нет такой генуинной эпилепсии, при которой не нашли бы структурных изменений

в мозге. Вопрос в том, приводят ли эти изменения к эпилепсии или эпилепсия порождает эти структурные изменения. И, скорее всего, у разных людей по-разному» – пишет нейрохирург. И здесь опять же предлагается хирургическое лечение в виде новокаиновой блокады эпилептоидного очага и путей распространения судорожного импульса. Но тут же признается, что, «по самым оптимистичным подсчетам, хирургически можно лечить лишь четверть больных эпилепсией», а «после операции улучшение или выздоровление наступает только в 70% случаев». Итак, эпилепсия реально не излечивается, причины ее неизвестны. (Речь идет не о симптоматической эпилепсии). Да, но ведь эту «загадочную» болезнь, каковой она слывет уже 2,5 тысячи лет, можно не допустить. В 100% случаев можно предупредить детскую эпилепсию, да и у взрослого можно ее не допустить, хотя болезнь в основном возникает в детстве, в 5–10 лет, и взрослеет вместе с больным. А чего же все-таки можно не допустить? Как предупредить эпилепсию? То есть, какова профилактика эпилепсии? (Выражение, не употребляемое в медицине, в отличие от «профилактики инфаркта или туберкулеза»).

Профилактика эпилепсии заключается в профилактике образования этих самых структурных изменений в мозге, которые и становятся эпилептогенными очагами и потом уже развертывается вся патологическая цепь, описанная проф. В. Лебедевым – сдавливание сосудов, нарушение кровообращения мозга, кислородное голодание, появление и задержка в мозге токсичных продуктов обмена, повышение биоэлектрической активности участков мозга с измененным обменом веществ, биоэлектрический разряд, вызывающий судороги. Что это за структурные изменения? Это микрорубцы в мозговой ткани, возникшие вследствие воспалительных процессов в ней, а скорее, процессов интоксикации мозга, вызвавших микровоспаление ограниченного участка мозговой ткани с последующим замещением ее соединительной нефункциональной тканью. Этот микрорубчик становится в мозге инородным телом. Как и всякое инородное тело в ткани организма, он вызывает образование аутоантител, что в свою очередь вызывает образование новых эпилептогенных очагов. Все – эпилептический процесс замкнут! И идет его прогрессивное нарастание по восходящей спирали. Понятно, что хирургия здесь бессильна, лекарства тоже, поскольку нарушен обмен веществ в мозговой ткани. Удаление многочисленных очагов невозможно и бессмысленно, подавление повышенной биоэлектрической активности отдельных участков мозга противосудорожными и снотворными препаратами не лечит болезненный процесс, а только подавляет его симптомы, к тому же ухудшает состояние других отделов мозга.

Почему же появляются в мозговой ткани микрорубцы у ребенка и у взрослого? Ведь есть же этому причина? Да и причина совершенно банальна и повсеместна. Это «банальная» инфекция верхних дыхательных путей, бесчисленные ОРЗ и ОРВИ, которые считаются обычными и закономерными, и против которых применяем множество препаратов: от аспирина и антибиотиков до рекламируемого в СМИ и весьма токсичного панадола. Лекарства подавляют симптомы простудного заболевания, погибшие микробы и клетки слизистой носа и придаточных пазух (особенно лобных пазух) выделяют трупные яды (путресцин, кадаверин, птомаины и другие ядовитые моноамины), которые проникают в мозг при недостаточности гематоэнцефалического барьера и в зависимости от того, где слабее клеточная, тканевая защита (простогланджны и др); возникает патологический очаг: в мозге – эпилепсия, в мозговых оболочках – арахноидит, менингит – при более глубоком поражении мозговых оболочек. При локальном поражении зрительного аппарата – близорукость; отит разной степени сложности при поражении слухового аппарата; при тотальном поражении мозга – менингоэнцефалит.

При полноценной иммунной системе всего этого не наступает в детском и молодом

возрасте. Но ОРЗ, вирусный грипп и подобная патология повторяется на протяжении жизни. И чем больше прожито лет, тем больше накоплено токсинов в организме (при несоблюдении внутренней гигиены, т.е. очищения внутренней среды организма). Токсины, поступающие из верхних дыхательных путей, и особенно из придаточных синусов носа, подтачивают гематоэнцефалический барьер – в зрелом возрасте, при напряженной интеллектуальной работе, запредельных стрессах – возникает шизофрения или рассеянный склероз. Не произошло этого – иммунный барьер мозга выдержал испытание на прочность. Но годы идут, синусы не очищаются от слизи и гноя (известно, что у взрослого человека в четырех придаточных пазухах носа – полых воздухоносных костях – накапливается до двух стаканов затвердевшего гноя), следовательно, интоксикация мозга продолжается. Проницаемость гематоэнцефалического барьера уже пострадала значительно. Проникновение гнойных токсинов (путресцина и др.) в мозговую ткань вызывает болезнь Альцгеймера – патологический субстрат – амилоид в ткани мозга, т.е. перерождение мозговой ткани в « несвойственный ей крупномолекулярный белок, содержащий сахар. Эти отложения нерастворимы и ядовиты, они разрушают ткани и клетки мозга. При этом происходит усиленное окисление жиросодержащих слоев оболочки клеток, нарушение ее целостности, обмена глюкозы, избыточное прохождение в клетки ионизированного кальция. В конечном счете, это приводит к гибели нейронов, вследствие чего и возникает слабоумие» (АиФ-Здоровье. № 14. 1999), т.е. болезнь Альцгеймера, которую предлагают лечить унитиолом, разработанным харьковскими учеными. Препарат считается «антиамилоидным». Достоинством препарата считают «слабую выраженность побочных реакций», «возможность проведения… длительных (в течение десятков лет) курсов терапии». Вряд ли введение в организм чужеродного вещества в течение десятков лет вылечит его. Скорее – вызовет новые обменные нарушения, как признал это нейрохирург Лебедев относительно лекарственного лечения эпилепсии. Где же возможность, каков вариант не допустить никакой патологии мозга ни на каком этапе жизни человека? Становится очевидным, что нельзя допускать проникновения в мозг гнойных токсинов из синусов носа, а для этого необходимо на протяжении жизни с самого детства при любом простудном заболевании очищать весь организм и вместе с тем активно чистить придаточные пазухи промываниями водой с солью и йодом, уриной, закапыванием в нос раздражающих и выводящих гной соков (красной свеклы, цикламена, каланхоэ и т.д.) Ни в коем случае нельзя лечить ребенка, заболевшего «простудой» (грипп, ангина, ОРЗ и т.п.), лекарствами – ни химиопрепаратами, ни антибиотиками. Нужно интенсивно выводить накопившиеся шлаки и токсины, промывая кишечник, через кожу – купая ребенка несколько раз в день, делая обертывания, очищая придаточные пазухи, и через почки – обильным питьем травяных отваров с медом и соком лимона (дезинтоксикация), цитрусовых и фруктовых соков – до полного выздоровления. И эпилепсия, и болезнь Альцгеймера, и рассеянный склероз начинаются с первой ангины, пневмонии или бронхита. Их можно не допустить, но вылечить – пока нельзя.

Необходимо отметить также, что во время лечения острого простудного заболевания (а также вирусного гриппа или обострения аллергического заболевания в сезон цветения растений), необходимо воздержание от любой пищи, кроме свежевыжатых фруктовых соков, поскольку собственно лечение болезни, т.е. разрушение и выведение из организма шлаков и токсинов, происходит за счет активирования протеолитических ферментов тканей организма, а этот процесс невозможен при приеме пищи, необходимости ее ферментативного расщепления и усвоения.

И еще было бы нам всем полезно знать, что источником гноя и избыточной слизи в нашем организме являются чужеродные животные белки (мясные и молочные продукты) и обработанная высокой температурой крахмалистая пища в смеси с

сахаром и жирами (мясные пироги, торты, пирожные и т.п.). Пищеварительные ферменты человеческого организма не в состоянии полноценно расщепить и усвоить эти продукты. В результате большая их часть гниет и бродит на протяжении нашего пищеварительного тракта в условиях тепла, влаги и недостаточного количества кислорода. Результат неправильного пищеварения – всасывание токсинов в кровь из кишечника (печень не в состоянии их полностью нейтрализовать). Понятно, что в кишечнике мы имеем в изобилии те же трупные яды, образующиеся от поступающих несколько раз в день в желудок чужеродных белковых продуктов. Поступление их в кровь и ткани ведет к их омертвению и нагноительным процессам в организме (ангина, пародонтоз, бронхит, пневмония и т.п.). Простуда и микробы только вызывают криз очищения, т.е. клиническую картину болезни, но не являются причиной этих заболеваний. Не дать организму возможность очиститься до конца, а заглушить симптомы болезни лекарствами – значит заложить фундамент будущих обменных нарушений в виде самых разнообразных болезней, т.е. создать кризы адаптации. Это и остеохондроз, и опухоли различной локализации, и сердечнососудистая и нервная патология, не говоря уже обо всех кожных заболеваниях.

Таким образом, вместо сложнейших фармакологических и хирургических изысканий и методов лечения, имеющих очень маленький успех и требующих огромных средств (по признанию самих врачей, аппарат для точной диагностики эпилепсии стоит сегодня 140–200$ тыс.), необходимо соблюдать элементарные правила гигиены питания и поведения (т.е. очищение организма при загрязнении внутренней среды – болезни).

Почему же мы всего этого не замечаем? Потому что все мы (и врачи в том числе) являемся пленниками неверных представлений о пище, а иначе пленниками мясной наркомании – «матери» всех наркоманий. Именно это лишает людей трезвого взгляда на вещи, мешает проникнуть в суть явлений и ведет на поводу ложного знания.

Необходимо также отметить, что детская эпилепсия в начальной стадии вполне излечима в течение 6–8 месяцев соблюдения гигиенических правил питания и очищения, описанных выше, т.к. подобный режим питания вполне позволяет рассосаться микрорубцам соединительной ткани, образовавшимся в мозговых структурах у детей.

Берегите глаза (глаукома)

Мы начинаем ценить свое здоровье, когда его теряем. А уходит оно от нас потому, что не только в детском возрасте, но и будучи взрослыми, относимся к нему беззаботно, даже пренебрежительно. Поэтому в течение всей жизни обрастаем целым «букетом» болезней: теряем зубы, слух, зрение, да мало ли что теряем!

Правильно ли мы, например, обращаемся со зрением? Увы, почти все время словно и делаем все для того, чтобы потерять его как можно раньше.

Вот глаукома. Это страшное заболевание, грозящее полной слепотой. А от чего идет эта болезнь? Специалисты говорят, от нарастания внутриглазного давления. А от чего оно возникает? Происхождение его не установлено. Но, пожалуй, одна из главных причин – болезни, которые сопровождают человека с раннего детства: насморк, гайморит, появление полипов, в затем и заболевания глаз – блефарит, конъюнктивит и другие. Все это нарушает кровоснабжение и отток жидкости из

задней камеры глазного яблока, где расположены зрительные нервы.

Повышенное внутриглазное давление формируется десятками лет без особых признаков. Но к пожилому возрасту явно заявляет о себе и уже слишком поздно, чтобы устранить боль, вылечить глаза. Можно только применить уже имеющиеся в распоря-жении медицины средства, чтобы приостановить прогрессирующее внутриглазное давление. В помощь этим средствам должны приобщиться элементарная гигиена глаз и строгое соблюдение режима. Это значит, кроме применения различных глазных капель, прописываемых врачом, больной должен сам строго следить за своим и без того ослабленным зрением.

Известно, что чтение, письмо, шитье, вышивки требуют большого напряжения зрения. Поэтому эти работы должны быть в щадящих объемах, при достаточном освещении. Такие работы следует выполнять обязательно с длительными перерывами для отдыха глаз. Ни в коем случае нельзя читать, писать в сумерках, так как при этом включается «сумеречное зрение», осуществляемое аппаратом особых образований сетчатки глаза, что опять же ведет к нарушению зрения.

Все воспалительные заболевания глаз следует настойчиво лечить, не давая им превратиться в хронические, так как процесс может перейти на глубокие ткани – роговицу, хрусталик и т.д., подстегнет внутриглазное давление, что повлечет значительное снижение зрения, вплоть до полной его потери, и потребует оперативного вмешательства.

А возьмем катаракту (потемнение глазного хрусталика). Неужели так обязательно, чтобы она появлялась у старых людей? А нельзя ли избежать этого заболевания? Оказывается, можно, если в достаточной мере наладить питание ткани глаз, соблюдать гигиену, при первом же снижении остроты зрения обратиться к окулисту. И прежде всего, лечить все воспалительные явления в области носоглотки, а затем продолжать упорно лечить глаза до их выздоровления.

А чем лечить? Каплями для глаз или антибиотиками? Ни в коем случае. Эти лекарства могут загнать болезнь вглубь: в печень, в почки, в легкие. К тому же гайморит, например, никакими лекарствами не вылечить, необходимо оперативное вмешательство (проколы и выкачивание гнойного содержимого, которое образуется заново.

Значит, необходимы иные средства лечения. Какие? Это очищение всего организма от шлаков и, прежде всего, толстого кишечника, то есть промывание его очистительными клизмами. В этот период надо воздержаться от питания, применив так называемое лечебное голодание, которое способствует очищению всех клеток организма от скопившихся шлаков, нарушающих кровообращение, питание тканей.

Известно, что глаза очень тесно связаны со всем организмом человека. Малейшие изменения во внутренних органах фиксируются на радужной оболочке (при иридодиагностике). Но существует и обратная связь. Так как глаза страдают от различных дискомфортов, общее здоровье тела ухудшается от зрительных дефектов. Совершенствуя зрение приемами гигиены глаз, можно вызвать положительные изменения в организме. Вот почему следует лечить не только глаза, но и весь организм. Иначе шлаки и яды, покидая одни органы, с током крови попадают в другие. Этот процесс может продолжаться в течение всей жизни.

Однако при правильном питании и очищении организма от шлаков заболевание вылечивается окончательно, а организм значительно омолаживается. Но при этом

необходимо помнить, что такому процессу будут способствовать и лекарственные травы общеочищающего действия. Вот примерный их перечень: мята перечная, мелисса, подорожник большой, багульник, тысячелистник, шалфей, спорыш, толокнянка. После такого лечения необходимо переходить на естественное питание. Но опять же его следует начинать с свежевыжатых соков, затем перетертых фруктово-овощных смесей. Такой гигиенический режим питания восстанавливает функции больных органов, вылечивает их.

Для закрепления проведенного лечения необходимо в суточный рацион ввести как можно больше свежих фруктов, овощей, перетертых салатов и употреблять их не менее двух месяцев.

Человек – это частица природы, а лечение и выздоровление его – это вхождение выпавшего звена в космическую цепь природы.

Стенокардия

Стенокардия, или ишемическая болезнь сердца (ИБС), – увы, выражение, известное всем, настолько распространена эта патология среди населения, и не только в нашей стране, но и во всем мире. По статистике ВОЗ, сердечно-сосудистые болезни (стенокардия и инфаркт миокарда) занимают первое место среди причин смертности населения всех стран и потому называются «убийцей N 1».

Беда в том, что независимо от уровня жизнеобеспечения населения, калорийности питания и т.п. заболеваемость эта неуклонно возрастает, причем в развитых странах быстрее, чем в других. Становится очевидным, что к сердечной патологии ведут напряженный ритм жизни, обилие стрессов, курение, повышенный уровень холестерина в крови.

К факторам риска относят также гипертоническую болезнь. А причина гипертонии – опять же стрессы, курение, ожирение. Да, нелегко выбраться из этих бедственных витков, которые приводят нас к инфаркту или ИБС. Нелегко, но можно. И возможность эта вполне реальна и доступна человеку, стоит только понять, что же является истинной причиной болезни, а не только способствующим фактором.

А истинной причиной является загрязнение стенок сосудов, питающих сердечную мышцу (коронарных сосудов сердца). Следствием этого загрязнения становится нарушение внутренней поверхности сосудистой стенки. Поверхность эта из гладкой превращается в изъязвленную и начинает задерживать на себе еще больше шлаковых продуктов уже из самой крови, протекающей по сосудам. Это – и холестерин, и соединения кальция, и т.п.

Но самым первым продуктом, нарушающим целость сосудистой стенки, являются гнойные токсины, проникающие в сосуды сердца из больных глоточных миндалин (ангина, тонзиллит), придаточных пазух носа (гайморит), бронхов, легких. Заболевания дыхательной системы (насморк, грипп, ОРЗ, бронхит, воспаление легких), которыми люди начинают болеть с детских лет, не проходят бесследно. Они оставляют накопления гноя в тех органах, которые заболели (в миндалинах, придаточных пазухах носа, бронхах, легких).

Многие ли знают о том, что в лобных и гайморовых пазухах взрослого человека находится около 1–2 стаканов затвердевшего гноя? Ведь только поэтому простуда или вирус гриппа вызывают у него чихание и гнойные выделения из носа. А мы

избегаем простуд, уничтожаем вирусы – почему? Чтобы как можно меньше выделять накопившихся мертвых тканей. А потом – «неожиданно», в 45–50 лет – инфаркт миокарда. Ведь можно вылечить антибиотиками бронхит или пневмонию (воспаление легких) и получить через несколько лет заболевание почек, а через 20–25 лет – заболевание сердца – ишемическую болезнь, что и имеет место на самом деле.

Дети, юноши и взрослые люди страдают самыми разнообразными заболеваниями почек, которые, к счастью, не смертельны и могут сопровождать человека всю жизнь. Пожилые же люди заболевают инфарктом или стенокардией, потому что сердце – жизненно важный орган и лучше защищено иммунными тканевыми барьерами от внутренних и внешних загрязнений, оно выдерживает дольше. Хотя разве редки приобретенные ревматические пороки у детей и молодых людей? А причина их общеизвестна – ангина, синусит.

Итак, сердце заболело… Гной, многие годы копившийся где-то в бронхах, миндалинах, придаточных пазухах носа, достиг коронарных сосудов вследствие истощения иммунного барьера этих сосудов (чему способствовали, конечно, стрессы, курение, переедание, малоподвижная жизнь, недостаток чистого воздуха). Изъязвленная сосудистая стенка закупоривается тромбом, кровь перестает поступать в соответствующий участок сердца, сердечная мышца на этом участке омертвевает. Это инфаркт со всеми тяжелыми последствиями – болезнь тяжелая, но отнюдь не роковая, потому что совершенно ясно, что ее можно избежать, вовремя очищая дыхательные органы от гноя. Если сосуд, питающий сердечную мышцу, закупоривается не полностью, а просвет его только сужается (по тем же причинам), наступает стенокардия, т.е. пониженное снабжение кровью участка сердечной мышцы. Пониженное кровоснабжение органа – это и есть ишемия.

Но самое печальное в этой грустной истории возникновения и развития стенокардии то, что современная медицина пытается вылечить это состояние, вызывая расширение суженных сосудов сердца препаратами, первым и сильнейшим из которых является нитроглицерин (взрывчатка), а все остальные – производные этого чудо-препарата плюс новейшие ганглиоблокаторы и регуляторы нарушенного сердечного ритма.

Современная фармакотерапия пытается заставить суженные сосуды расшириться, привести к норме нарушенный ритм работы сердца, совершенно забывая о способности живого организма к саморегуляции и самоисцелению. Результат подобного лечения самоочевиден: диагноз ИБС – это пожизненный диагноз, и больной попадает в лекарственную зависимость тоже пожизненно, т.е. болезнь эта не излечивается, а только снимаются в какой-то мере ее симптомы – боль, аритмия и т.д.

А ведь от стенокардии можно избавиться полностью, правильно применив систему естественного лечения, т.е. лечения только природными факторами, важнейшим из которых является наша пища – первое и единственное условие построения здоровых тканей организма. Не оздоровив и не обновив качество тканей и органов, невозможно вылечить ни одну болезнь, тем более болезни сердца, работа которого зависит от правильного функционирования печени, почек и легких, т.е. правильного обмена веществ. Достаточное очищение организма от конечных продуктов тканевого обмена и поступление доброкачественного исходного материала (пищи) обеспечивает человеку полное здоровье.

Промывания кишечника, очищение желудка, печени, придаточных пазух носа и полноценное фруктовое и овощное питание с применением соковой терапии могут

излечить стенокардию в течение 3 – 6 месяцев.

Гипертоническая болезнь и головные боли любой давности особенно легко и быстро поддаются естественному лечению – для этого достаточно 6 -недельного курса. Природа всесильна, если правильно пользоваться ее законами. Мы болеем только потому, что полностью пренебрегаем ими, а потом начинаем борьбу с природой в нашем же организме с помощью лекарств.

Инфаркт миокарда. Как отвести беду?

В субботнем номере «КИ» от 21 октября 1995 г. помещена большая статья об угрожающем росте заболеваний сердца в Краснодаре, растущей смертности населения от сердечно-сосудистой патологии. Медики предпринимают героические усилия для спасения ситуации – кардиохирургия и т.п., но удивительно то, что при явном прогрессе и развитии методов диагностики и лечения болезни, (все!) и в первую очередь сердечнососудистые, растут как снежный ком, неудержимо. В чем же дело? Естественно, что невозможно положить на операционный стол каждого больного ишемической болезнью сердца, да и десятую часть таких больных невозможно оперировать, тем более что операция не изменит ход обменных процессов, который привел к тяжелой болезни.

Сегодняшних больных нужно лечить, нет слов, но надо думать о реальном недопущении болезни у тех, кому сейчас 10, 15, 20 лет. Сегодняшние дети, подростки и молодые люди станут жертвами самых зловещих заболеваний инфаркта и ИБС, и врачи опять станут метаться, пытаясь предотвратить катастрофу.

Ведь те, кто болеет сегодня, заболели не сегодня и вчера, а к такому состоянию их привели болезни, перенесенные ранее. В качестве факторов риска теперь называют во всем мире курение, высокое артериальное давление и высокий уровень холестерина в крови. Слов нет, курение недопустимо, это – сильнейшая интоксикация всего организма и коронарных сосудов сердца в том числе. Но как быть с гипертонией и повышенным уровнем холестерина в крови? Как бороться с этим злом, как избавиться от этих болезненных состояний. Что вызывает повышение артериального давления? В частности, в юношеском возрасте – так называемую злокачественную гипертонию? Общеизвестно, что такое состояние бывает, вызвано больными почками. Почему они заболевают у детей, и взрослых, и стариков?

Давайте развернем хронологическую цепь событий, имеющих место в течение жизни человека до того момента, как «скорая» увозит его с инфарктом в стационар.

Человек родился – простуда, инфекция и, пожалуйста, ОРЗ, бронхит, ангина, пневмония в любом возрасте после рождения. Дети болеют, их лечат в поликлиниках и стационарах. Как? Антибиотиками и химиопрепаратами. Так лечили сегодняшних 40–50–60-летних, – контингент, болеющий инфарктом и ИБС. Так лечат сейчас годовалых, 2, 3, 5, 10-летних детей. То есть лекарственная медицина, вместо того чтобы очистить заболевший организм ребенка, еще больше загрязняет его химией и антибиотиками, что является сильнейшим прессингом для иммунной системы. Но она пока выдерживает сегодня, как и 50 лет назад, т.е. ребенок «выздоравливает», а на самом деле просто компенсирует заболевание до поры до времени – очередной простуды или эпидемии гриппа, дифтерии и т.д., и все начинается сначала. Как могут повторные воспалительные процессы в дыхательной системе (бронхиты, гаймориты, тонзиллиты, полипы) оставить здоровыми почки? Ясно, что почки заболевают. При остром воспалении их начинают лечить опять-таки лекарствами, т.е. продолжается

процесс разрушения тканевых иммунных барьеров. Во всех случаях налицо пиелонефриты, гнойные кисты почек и тому подобное. Воспаленная почка, как известно, выделяет вещество, вызывающее спазм сосудов всего организма, – ренин. Следствие – гипертония, даже без курения и повышения уровня холестерина в крови у 17–18-летних!

Как лечат гипертонию врачи, которые должны следить за здоровьем подростков? Лекарствами! Только их постоянный прием в какой-то мере нормализует повышенное артериальное давление. Ну а гипертония в среднем в пожилом возрасте? Как она возникает? А точно так же.

Разве у пожилых людей нет почек? Они есть, только у них они воспалились, заболели не в 10–15 лет (иммунные барьеры 50 лет назад у всех людей были во много раз прочнее), а в 40, 50, 60, 70 лет. А отчего это произошло? Все по тем же банальным механизмам – бронхиты, пневмонии, синуситы, тонзиллиты, наконец, пиэлонефрит, повышенное АД, гипертония. Безусловно, с годами повышается также уровень холестерина в крови – человек успевает съесть за 50 лет больше животных жиров, чем за 10 первых лет жизни. Но ведь существует обмен веществ, скажете вы, и то, что мы принимаем сегодня, мы выделяем завтра. Увы, если бы все было так идеально в нашем обмене, мы ничем и никогда не болели.

Но в том-то и беда, что неправильный образ жизни – переедание, гиподинамия и нарушение среды техногенной цивилизацией – приводит к основательному нарушению обмена веществ у людей, выделительные органы современного человека (кишечник, почки, легкие, кожа) не справляются с той нагрузкой, которую несет организм, огромное количество шлаков и токсинов (отходов обмена) накапливается в нем изо дня в день, из года в год. И когда их количество в определенном органе достигает некоторой критической величины, начинается разрушение этого органа, т.е. болезнь – от ангины у младенца, до инфаркта у взрослого и пожилого человека. Идет человек по жизни и тащит с собой с каждым годом увеличивающийся груз токсинов, поступающих в ткани, как в результате нарушенного обмена веществ (изнутри), так и из внешней среды с воздухом, пищей, водой. Время от времени на этом пути он спотыкается и падает, т.е. болеет простудами, болезнями желудка, печени, кишечника, кожными болезнями и т.п. А потом вдруг – ИБС, инфаркт, неотложка, кардиологическое отделение, кардиохирургия. Человека с больным сердцем лечит кардиолог, специалист по болезням сердца, и он лечит сердце, а не легкие, печень, почки, кишечник.

Получается, что сердце совершенно изолированный орган. Прямо-таки само по себе находится в грудной клетке, и его надо усиленно диагностировать и лечить, причем лекарствами, разными лекарствами, в зависимости от диагноза. А состав крови, омывающей и питающей сердце и сами стенки коронарных сосудов тоже ведь имеет, значение для состояния больного сердца. Имеет, конечно, и корригируется тоже лекарства ми.

Весь обмен веществ в организме больного также нарушен, и этот процесс тоже лечится лекарствами, которых к тому же не хватает – еще одна беда.

Нужно попытаться у кардиологического больного в первую очередь наладить, исправить обмен веществ естественным путем, т.е. подобрать такие исходные продукты этого обмена (речь, разумеется, идет о пище), которые не противоречат физиологическим потребностям организма и обеспечат нормальный ход биохимических процессов в тканях.

Ведь какие бы ни были прекрасные лекарства, они не являются началом обмена веществ, а всякое дело нужно начинать делать с начала, а не с середины. Дом, например, начинают строить с фундамента, а не с крыши, а лечить больного, мы начинаем с крыши – с симптомов болезни, которые явились завершающим проявлением невидимых обменных процессов, нарушающихся в организме десятки лет.

Снимаем симптомы, лекарствами начиная с младенческого возраста. Латаем крышу, а стены разваливаются, фундамент тоже, а мы продолжаем латать крышу. И когда ребенку год, и 5 лет, и 10, потом в 20–40 лет – все тот же процесс.

В конце концов, дом разваливается, но с каким запасом прочности создала его природа, если при таком негодном обращении он все-таки выдержал лет 45–60, а то и больше!

А что же все-таки делать, если перед нами больной с ИБС или другой сердечной патологией, который жестоко страдает и которому нужно здоровье?

В первую очередь, как это ни банально, очистить организм от шлаков, скопившихся в кишечнике, и делать это очень тщательно. Оздоровить слизистую оболочку толстого кишечника, освободить его полость от бродильных и гнилостных процессов и создать чистую среду для развития и роста кишечной палочки, нашего симбионта, т.е. друга, который синтезирует для нас массу полезнейших и крайне нужных для жизни и здоровья продуктов: аминокислоты, из которых печень потом построит наши специфические белковые структуры, а не заимствованные у коровы, курицы или свиньи (т.е. свое, человеческое «мясо», а не говяжье и свиное нужно человеку). Что еще синтезирует кишечная палочка? Витамины группы В, участвующие во всех без исключения процессах обмена, и в частности витамин В12, необходимый для кроветворения. Вот и опять стал не нужен вам единственный источник этого витамина в пище – животные белки, мясо, печень и т.п. К тому же почему-то медицина умалчивает о том, что витамин В12 и его предшественники есть в черном винограде, гранатах, красной свекле и ряде других красных фруктах и овощах, которые сейчас почти криминальны, потому что вызывают аллергию – еще одна неувязка. А не связана ли как-то аллергия с будущим заболеванием сердца – задумывается ли об этом кардиолог? Нет, об аллергии задумывается аллерголог, о легких – пульмонолог, о заболеваниях желудка и кишечника – гастроэнтеролог. А у человека все органы соединены в единый организм, омываемый одной и той же кровью, – у кого же ему лечиться? Наверное, у врача-эколога, знающего механизмы обмена веществ и место человека в экологической системе природы, помнящего о законах природы и гибельности их нарушения.

Есть у нас такие врачи? Готовим мы их? Очевидно, нет. Но если медицина не станет немедленно экологической, т.е. полностью согласованной с законами природы, если она не прекратит борьбу с природой в человеческом организме (подавление симптомов болезней лекарствами), то не прекратится рост числа больных и болезней, появятся новые болезни типа СПИДа, вируса Эбола и т.п., не прекратится вымирание нации и человеческого рода вообще.

Не секрет, что существуют прогнозы эпидемии СПИДа, ДЦП и других болезней, несовместимых с жизнью, уже через 15–20 лет. Человечество начинается с рождения, оно начинается в материнской утробе.

Около 85 процентов детей рождаются сегодня больными или ослабленными. Не говорит ли это обстоятельство о том, что необходимо очищать организм беременной

женщины от скопившихся в нем с детства гнойных отложений, всякого рода шлаков и токсинов, для того чтобы она смогла родить здоровое дитя. Ведь плацентарный иммунный барьер также страдает в эру химии и антибиотиков, как и все наши иммунные барьеры.

Ребенок может переносить в материнской утробе за девять месяцев своего дородового развития всевозможные болезни – от ангины до менингита – незаметно для матери и тем более для врачей. Соответственно формируются болезни уже до рождения, и вот вам ДЦП (детский церебральный паралич).

В крае растет количество детей, больных ДЦП, а лечить их после рождения безрезультатно – это, так или иначе, инвалид.

Вот эти низовые звенья здравоохранения: женская консультация, детская консультация, подростковый кабинет – должны взять на себя всю заботу о здоровье населения и быть ответственны за инфаркт и рак, которые приобретет их сегодняшний пациент через 20–30 лет.

Ведь вопрос здоровья нации не решают в кардиоцентре, онкоцентре и подобных учреждениях индустрии болезни. Мы производим больных и требуем, от врачей их вылечить. Но это процесс, по крайней мере, безуспешный.

Каждому человеку необходимы знания о собственном организме, о его соответствии природе, в которой он живет, и необходимости соблюдения ее законов. Каждому человеку нужно знать, как возникает болезнь и как она вылечивается. Это очень простые истины, доступные всем людям, только их нужно довести до людей. Сделать это могут лечащие врачи, знающие естественную медицину (медицину соответствующую, а не противоречащую законам природы). Врачи тогда станут учителями здоровья, и только тогда количество больных, станет неуклонно сокращаться, и болезни станут исчезать.

Нужно 20 лет, чтобы создать новое здоровое поколение, которое положит начало дальнейшим здоровым поколениям. Но при условии, что мы начинаем сегодня.

Язва желудка и двенадцатиперстной кишки

Язва желудка, т.е. поражение, разрушение участка слизистого и подслизистого слоя желудка, а чаще двенадцатиперстной кишки – нередко встречающееся заболевание.

Мужчины страдают чаще женщин, но если учесть ставший в последнее время почти поголовным эрозивный гастрит (чаще у женщин), то количество страдающих от этой патологии мужчин и женщин сравнивается.

«У кого нет гастрита?» – расхожее выражение. Да, к сожалению, это так, а сейчас гастритом – воспалением слизистой желудка с точечными изъязвлениями – страдают даже дети. Тревожный симптом! Давайте же попытаемся выяснить его причины.

Слизистая оболочка желудка и пищевода – это та поверхность, тот орган, который первым соприкасается с пищевой кашицей, попадающей в желудок после проглатывания пищи. Следовательно, качество пищи должно соответствовать физиологическому строению и возможностям желудка.

Пищевая кашица должна быть, во-первых, хорошо прожевана и перемешана со слюной. Для этого нужно содержать зубы в хорошем состоянии, лечить кариес, регулярно чистить их зубной пастой. Но это означает только обеспечить более или менее правильный механический состав пищи.

Однако совершенно ясно, что самым главным моментом в возникновении изъязвления слизистой оболочки желудка является химический состав съедаемой пищи. Вот и снова напрашивается вывод: «Что едим, из того и состоим. Как едим, так и болеем» – поскольку ткани наши строятся из съеденных нами продуктов и качество последних определяет качество тканей организма.

Вспомним: когда возникает язва? При повышении кислотности желудочного сока. Именно потому она чаще возникает в двенадцатиперстной кишке, секрет (выделяемая слизь) которой имеет щелочную реакцию, и уже небольшое изменение pH-среды в кислую сторону вызывает возникновение незаживающей ранки стенки кишки.

На протяжении многих лет врачи, пытавшиеся лечить язву желудка, создавали теории возникновения этой болезни и на основании их – методы ее лечения. Так были созданы нервно-рефлекторная теория происхождения язвы, затем – вирусная, бактериальная и ряд других.

Но язвенная болезнь не вылечивается ни одним методом, созданным на основе этих теорий. Почему? Потому что в них не учитывается химический состав ткани слизистой и принимаемой пищи и их соответствие друг другу.

Итак, кроме механических характеристик – твердая, мягкая, измельченная, горячая, тяжелая, холодная – пища имеет гораздо более важные для наших тканей химические характеристики: белковая, крахмалистая, углеводистая, жировая, а также кислая или щелочная.

Причем понятие «кислая или щелочная» означает не вкус пищи, а ту реакцию, которая возникает в полости желудка и кишечника при расщеплении пищевых продуктов ферментами желудочного и кишечного соков.

Так, лимоны и все кислые ягоды и фрукты (сырые), расщепляясь в полости кишечника, создают щелочную реакцию среды, так как органические кислоты, входящие в состав свежих фруктов и ягод, диссоциируют не как кислота, а как щелочи, отщепляя гидроксильную ОН-группу с отрицательным зарядом, т.е. группу – носитель электрона. Свободный же электрон в составе ОН-группы оказывает исключительно благоприятный эффект в наших тканях, так как является носителем свободной энергии, необходимой для жизнедеятельности организма.

Итак, мы приняли нашу обычную белково-крахмалистую пищу (бутерброды, яичницу с беконом и хлебом или мясо с гарниром (каша, макароны), пирожки с мясом и т.п., заели сладким десертом, запили сладким чаем, кофе и т.п. Все это попало в желудок в основном кусками, а не гомогенной (однородной) кашицей, перемешанной со слюной, что уже затрудняет пищеварение, так как требует дополнительных количеств желудочного сока.

В полости желудка белки (мясо, яйца, сыр, творог, молоко) расщепляются до аминокислот. Крахмалы (хлеб, каша, макароны) не расщепляются в кислой среде (реакция желудочного сока сильнокислая – PH=3,0).

Для своего расщепления крахмал, обработанный термически (выпечка, варка), требует щелочной среды и фермента амилазы, которую выделяет поджелудочная железа в двенадцатиперстную кишку.

В желудке же все крахмалистые компоненты пищи, задерживаясь при переваривании белков, пропитываются кислым желудочным соком и становятся труднодоступными для амилазы, которая активна только в щелочной среде.

Тем не менее крахмал в кишечнике расщепляется до сахара и глюкозы, которые создают идеальные условия для брожения остальной пищевой кашицы. В результате этого процесса уже в двенадцатиперстной кишке образуются винная и уксусная кислоты.

Среда полости двенадцатиперстной кишки сильно закисляется, что и вызывает изъязвление нежной слизистой оболочки, для которой «родной» является щелочная среда. Закислению среды кишечника способствуют также жирные кислоты, которые образуются при расщеплении пищевого жира под воздействием липазы поджелудочного сока.

Таким образом, нарушение пищеварения, начавшееся уже в желудке, продолжается в кишечнике. Неправильный состав пищи нарушает химическую среду, в которой происходит пищеварение. Это вызывает гниение белковой пищи (недостаточно желудочного фермента пепсина, так как часть его адсорбируется без пользы крахмалами пищи). Кроме того, концентрация пепсина в желудочном соке человека вообще недостаточна для переваривания мясного белка в силу видовых физиологических особенностей строения организма.

Крахмалистая же пища, как было сказано, вместо всасывания сахаров через стенку кишечника, будучи принята вместе с белками, сбраживает их. Таким образом, процесс пищеварения в «норме», так сказать, сопровождается постоянным выделением гнилостных и бродильных ядов, которые, однако, попадая в кровь воротной вены печени, доходят до нее и обезвреживаются клетками печени гепатоцитами в парные неядовитые соединения, выводимые почками.

Понятно, что такое обезвреживание сопровождается повреждением ткани печени и почек, вызывающим с течением времени заболевания этих органов.

Но вернемся к пищеварению в полости пищеварительного тракта. Путь пищевой кашицы – химуса – лежит после двенадцатиперстной кишки через десятиметровый тонкий кишечник. Здесь через стенку кишечника происходит всасывание в ткани всех основных компонентов пищи, переваренной в пищеварительном канале. А это продукты расщепления белка – аминокислоты, продукты расщепления жиров – жирные кислоты, продукты расщепления крахмала – дисахариды и моносахариды, имеющие также кислую реакцию.

Следовательно, при их всасывании в ткани организма (в кровь воротной вены печени, в печень и далее – во все остальные ткани) реакция этих тканей, т.е. нашей внутренней среды, меняется в кислую сторону. Вот тут и начинается первый ключевой момент в развитии язвы желудка или двенадцатиперстной кишки.

На самом деле причиной возникновения язвы является не грубая, холодная или кислая пища (в ротовой полости она все равно пережевывается до приемлемого для заглатывания состояния), не стрессы (нервно-рефлекторная теория), хотя они способствуют ее обострениям. Причиной этого является кислая реакция тканей

организма.

Желудок не изолирован от других органов, а, наоборот, тесно связан с ними кровью и лимфой, омывающей слизистую оболочку, которая выделяет желудочный сок. При сдвиге реакции тканевой жидкости и крови в кислую сторону избыточная кислота выделяется железами слизистой стенки желудка. Кислотность желудочного сока повышается (сдвиг pH в кислую сторону – до 2,0).

Выделяясь постоянно (особенно при частых приемах пищи) в полость желудка и попадая также в двенадцатиперстную кишку, кислый желудочный сок вызывает изъязвление одного или нескольких участков слизистой оболочки этих органов. Больному рекомендуется определенная диета и всевозможные препараты, поглощающие кислотность желудочного сока, чтобы она не травмировала язву.

Пища теперь рекомендуется отварная, приготовленная на пару, рубленая, молотая, пресная (без соли, перца, уксуса, пряностей, без экстрактивных веществ мяса и без жареных продуктов), в теплом виде. Это называется – щадящая диета.

Что она щадит? Слизистую оболочку желудка. Так-то оно так, но каков химизм этой пищи? Ведь это те же животные белки (паровые котлеты, тефтели, творог, яички), жиры – масло, сметана, крахмал. Белый хлеб и сладкое не ограничивается.

Что это значит? Это значит, что при переваривании этих диетических продуктов мы имеем те же процессы гниения и брожения в тонком и толстом кишечнике, всасывание токсинов пищеварения в печень и остальные ткани и опять же – всасывание кислых продуктов расщепления белков, жиров и крахмалов в кровь и ткани, а затем выделение этих кислых продуктов через слизистую желудка – органа, функцией которого является как раз выделение кислоты.

Следовательно, при приеме в пищу белковых продуктов и масла, которые поглощают частично кислотный желудочный сок, а также лекарств, поглощающих кислоту и даже заживляющих язвы (солкосерил, винилин), мы не достигаем цели – снижения кислотности желудочного сока и излечения язвы, которая не заживает из-за постоянного раздражения кислым желудочным соком.

А происходит это потому, что все названные продукты после своего усвоения тканями продолжают закислять тканевую среду, и эта избыточная кислотность выделяется опять же через желудочный сок, и процесс лечения язвы становится бесконечным с временными улучшениями и сезонными обострениями весной и осенью (при смене температур и переохлаждении).

Но вот оказывается, что язвенный процесс в пищеварительном тракте связан также с холодом – язва, безусловно, сопровождается воспалительным процессом окололежащих тканей слизистой и подслизистого слоя. Откуда воспаление? От холода? Это только способствующий фактор.

Воспаляются и болеют только те ткани, в которых находится гной, т.е. омертвевшие и уже разложившиеся клетки или яды, которые проникли в заболевший орган из близлежащих тканей. Вот мы и обнаружили второй ключевой момент возникновения болезни. Какой орган находится близко к желудку и над желудком, откуда в сосудистую сеть желудка могут стекать и гнойные токсины? Это – легкие и бронхи. А нижняя треть бронхиального дерева – это в основной массе капиллярные бронхи, которые к 30–40 годам практически у всех (90%) бывают закупорены гнойными массами (обструктивный бронхит).

Отсюда в сосудистое русло слизистого и подслизистого слоя желудка и двенадцатиперстной кишки попадают из крови и лимфы, омывающих легкие и бронхи, гной и гнойные токсины. Они скапливаются в определенных участках.

При попадании на них кислого желудочного сока (кислотность его повышена за счет пищи) эти участки изъязвляются – мы имеем или одиночную язву, или точечные множественные изъязвления – эрозивный гастрит. Затем на этих участках поселяются микробы,вирусы, простейшие и все, кому не лень; они питаются мертвой тканью.

Все эти микроорганизмы обнаруживаются в материале, взятом при биопсии: гелиобактер, трихомонада и т.п. Это выдается за открытие, создаются лекарства, убивающие данный микроб, их принимают больные и получают ремиссию – язва затихает на время, потом все начинается сначала.

На самом деле при лечении язвы нужно лечить весь организм: бронхолегочную систему, печень, которая играет немалую роль в поддержании язвенного процесса, т.к. при язве очень часто имеет место рефлюкс (обратное забрасывание) желчи в желудок и двенадцатиперстную кишку, прием желчи с повышенной кислотностью, поскольку у язвенного больного имеет место ацидоз (перекисление) всех тканей организма.

Лечение язвы, так же как лечение любой болезни, – это лечение всего организма. Это означает, что в первую очередь больной должен избавиться от излишней кислотности тканей и очистить бронхи от гноя. Нормализовать реакцию тканей можно только с помощью соответствующей пищи, которая в результате усвоения тканями ощелачивает их, так как сама имеет щелочную реакцию. А это сырая растительная пища, т.е. та самая, которую язвенникам запрещают есть. Но чтобы она не раздражала язву и не вызывала лишнего газообразования в кишечнике из-за переваривания грубой клетчатки, она должна употребляться в виде свежевыжатых соков в течение первых двух месяцев.

Однако начинать лечение нужно даже не соками, а отваром трав, вызывающих заживление слизистой. Лучше всего, по моим наблюдениям, с этим справляется перечная мята. Питье мятного чая обязательно с медом в течение 20–30 дней при отсутствии всякой другой пищи в рационе великолепно очищает организм (а не только желудок и кишечник) от остаточных продуктов обмена и особенно азотистых соединений, разрушающих не только слизистые оболочки дыхательных и пищеварительных путей, но и суставные хрящи и оболочки мозга.

Полиартриты, головные боли, мигрень обусловлены накоплением токсичных продуктов азотистого (т.е. белкового) обмена в этих тканях (мочевина, мочевая кислота, креатин, аммиак и др.). Таким образом, излечивая язву, мы попутно лечим и все эти заболевания, очень часто сопровождающие человека всю жизнь.

При выходе через кожу эти же азотистые производные вызывают экзему, псориаз, нейродермиты и т.п. Следовательно, их удаление из организма способствует излечению также этих болезней. Но такого рода «голодание» должно обязательно сопровождаться промыванием кишечника (ежедневные очистительные клизмы 2–4 литрами теплой воды (38°С) с добавлением двух чайных ложек поваренной соли и одной чайной ложки питьевой соды на два литра воды).

Промывания кишечника необходимы не только для выведения его содержимого, но также для очистки каждой клетки тканей организма через лимфатические сосуды,

которые выносят тканевые шлаки в полость толстого кишечника.

Заметьте, что питье мятного чая с медом является реальным питанием для тканей организма. Мед одновременно заживляет язву, а всасываясь в желудке, питает ткани и ощелачивает клеточную жидкость.

В течение 25–30 дней ощелачивается вся масса тканей организма, ликвидируется ацидоз, кислотность желудочного сока нормализуется. При отсутствии питания желудок не выделяет сок – созданы идеальные условия для заживления язвы.

За это время растворяется и выводится через лимфатические пути также содержимое капиллярных бронхов. Легкие расправляются, кислород доходит до легочных альвеол и усваивается ими, что также способствует заживлению язвы. Достаточное количество кислорода имеет исключительную важность для правильного обмена веществ в тканях, и потому при лечении язвы очень поможет прием перекиси водорода внутрь (по 10 капель 3 раза в день в столовой ложке кипяченой воды).

Через месяц после начала лечения нужно хотя бы десять дней пить только соки: свежевыжатый морковный сок вместе со свекольным, сок капусты и сок сырого картофеля. После этого переходить на сырые протертые фрукты и овощные салаты с добавлением растительного масла, сырых яичных желтков, свежих сливок + соки и мятный чай с медом. Такое питание продолжать 1–2 месяца.

Таким образом можно добиться реального излечения язвы и сопутствующих болезней и научиться управлять своим организмом.

Описанным методом в течение 45 дней была излечена кровоточащая язва двенадцатиперстной кишки у мужчины 54 лет. Излечение язвы подтверждено гастроскопией. Трое молодых людей из станицы Новокорсунской и двое из Краснодара излечили язву в стадии обострения, что также подтверждено гастроскопией.

Эрозивный гастрит встречается буквально у каждого третьего пациента (в том числе у детей), излечивается попутно с основными заболеванием за 1,5–2 месяца. Такова сила природы, а не лекарств.

Мастопатия, миома

Связаны ли друг с другом эти заболевания женской половой сферы? Да, безусловно. К ним ведут нарушения в работе яичников, то есть женских половых желез.

Любой дисбаланс в работе этих органов, а он может быть самым разным – увеличение или уменьшение количества вырабатываемых эстрогенов, нарушение их соотношения, нарушение секреторной работы яичников – ведет к образованию опухолей в грудных железах или в стенке матки, или разрастанию внутренней слизистой оболочки матки – эндометриозу.

Это общепринятая точка зрения официальной медицины. Медицина не стоит на месте: развиваются методы диагностики, создаются новые методы лечения, новые лекарства, совершенствуется техника операций, но, тем не менее, количество этих заболеваний растет угрожающими темпами во всем мире.

Рак грудной железы у женщин занимает первое место среди всех раковых заболеваний и принимает характер эпидемии. Женщины даже в молодом, детородном возрасте заболевают, переносят калечащие операции, нарушается нормальный цикл работы яичников, и нередко все это представляет угрозу для жизни, так как доброкачественные опухоли грудной железы и матки имеют тенденцию превращаться в злокачественные.

До боли знакомая картина: у женщины случайно или при осмотре обнаружено уплотнение в груди – не у больной, слабой, старой, а у внешне здоровой женщины в цветущем возрасте. Тактика лечения: немедленно удалить, пока «опухоль еще не выросла». Удалили, операция к тому же косметическая. Через некоторое время – еще уплотнение, в другой железе. Удалили.

Анализ ткани показывает наличие раковых клеток. Приговор. Рушится мир, перспектива мрачная, у женщины депрессия, у родных паника и, самое страшное: чувство обреченности у всех: у самой женщины, родных, врачей. Она может прожить еще и пять, и десять, и больше лет, но это – онкобольная с периодическими курсами химиотерапии. Приговор остается.

А между тем совершенно напрасно! У врачей-натуропатов совершенно иной взгляд на эти вещи. И если правильно определена причина беды, то, удалив причину, можно предотвратить беду.

Гормональные нарушения при опухолях грудной железы или матки, безусловно, имеют место. Но являются они только поводом, а не причиной этих заболеваний. А причиной являются (как уже отмечалось в статьях о заболеваниях щитовидной железы, почек, позвоночника) хронические гнойные заболевания дыхательных органов: бронхов, легких и придаточных пазух носа (гайморит). Причем совершенно неважно, проявлялись они или нет в течение жизни.

Ситуация складывается следующим образом: с опухолью грудной железы разного качества и в разной стадии обращается ко мне множество женщин. Всем говорю одно и то же: у вас хронический обструктивный бронхит и хронический гайморит и фронтит. Нужно лечить не опухоль (этим сделаем только хуже – пойдут метастазы или разрушение иммунной системы), а эти хронические воспалительные процессы. Ответы бывают двух видов:

1) да, я часто болела ангиной, гайморитом, бронхитом;

2) нет, я никогда не кашляла и не болела (это реже).

А результат один и тот же. Как это может быть? А вот как: с теми, кто болеет, все ясно – накопленный в бронхах и легких гной при бронхите частично выделяется, большей же частью остается в просвете капиллярных бронхов. Токсины гноя (путресцин, кадаверин) просачиваются повсюду, а больше всего в грудную железу и… сердце, так как они ближе.

Железистая ткань женской груди очень хороший фильтр и отстойник этих гнойных токсинов. Она их фильтрует и накапливает, а потом дает ответ на их присутствие – опухолевый рост (мастопатия). Вначале опухоль доброкачественная, то есть, в ней еще нет очень агрессивных, «вооруженных до зубов» клеток – злокачественных. Затем появляются и они, и это вовсе не зависит от того, удалены фиброзный узел или киста или нет.

Удалять нужно не опухоль, а токсины, вызывающие ее образование, потому что при их наличии в бронхах, в грудной железе будут возникать все новые опухоли, часто злокачественные. А мы их будем удалять, а потом облучать или разрушать опухолевые клетки, а заодно всю иммунную систему тканевыми цитостатиками (химиотерапия), провоцируя появление новых опухолей – метастазов в любых органах, вплоть до печени, то есть путь тупиковый, принятый во всем мире при лечении опухолевых процессов.

Но ведь есть еще небольшая часть женщин, которые не кашляли и не болели. Как объяснить опухоль груди у такой женщины? Точно так же. Не болели благодаря сильной, полноценной иммунной системе, которая компенсирует до поры до времени состояние здоровья, но не спасает организм от накопления гноя в полостях.

Просвет капиллярных бронхов в нижней трети легких закупоривается гноем уже с детства, потому что клетки слизистой в них отмирают и загнивают, не выводятся оттуда вследствие неправильного, поверхностного дыхания. А отмиранию этих клеток способствуют те же гнойные токсины, поступающие в бронхи уже из кишечника (с кровью), где они образуются при перегнивании белковой пищи.

Вот так идет невидимая, но реально существующая связь между тем, что мы едим, и тем, чем болеем. Корни наших болезней оказываются в кишечнике, а воспаление и опухоли различных органов – это только цветочки. А мы срываем или лечим ядовитые цветы, оставляя корни, дающие новые цветочки.

Итак, у здоровой женщины, которая никогда не кашляла, не рожала или рожала одного – двух детей, кормила их грудью недолго (или не кормила по различным причинам), обнаруживается опухоль – фиброзный узел или киста в грудной железе.

Механизм ее возникновения совершенно тот же, разница только в том, что бронхит у нее не проявлялся благодаря полноценной иммунной системе. И по той же причине (сильная иммунная система) у нее идет интенсивный опухолевый рост.

К тому же большая часть токсинов у них выводится через почки (поскольку не выделяется через кашель), потому у таких пациенток всегда задеты почки – хронический пиелонефрит, хотя изменений мочи может не быть.

Токсины, поступившие в ткань грудной железы, расплавляют ее, образуется киста – гнойный мешок, окруженный плотной капсулой. Другой вариант: вызывают разрастание соединительной ткани – фиброзный узел. Третий вариант, наиболее опасный: вызывают разрастание железистой ткани с изменением качества клеток.

Появляются клетки эмбрионального типа, способные к быстрому росту, имеющие вместо одного два или четыре ядра – это клетки-агрессоры, которые синтезирует сильная иммунная система для уничтожения чужака – мертвой, гниющей ткани, то есть гноя в живом организме.

Правильно поступает организм, желая избавиться от врага? Вполне. Зачем же вырезать эти клетки (тем более что все не вырежешь, они плавают в лимфе) или убивать их химиотерапией, а вместе с ними и нормальные клетки иммунитета и создавать сильную общую интоксикацию? Не лучше ли мирно их «разоружить», убрав того врага, которого они хотят «проглотить» и уничтожить?

Ведь, безудержно размножаясь с целью уничтожения вредных для организма мертвых клеток, они начинают уничтожать и здоровые ткани, то есть крушат все

подряд и являются смертоносными, как всякая перенасыщенная оружием армия.

Совершенно аналогичный процесс имеет место в стенке матки при росте миомы или любой опухоли или разрастании слизистой оболочки – эндометриозе. Что явилось причиной роста опухоли в этом случае? Гнойные и трупные яды, поступающие в стенку матки через кровеносную систему из толстого кишечника, забитого каловыми массами – независимо от того, ежедневный у вас стул или один – два раза в неделю, что бывает нередко.

Возвращаясь к мастопатии, напомним женщинам (и мужчинам тоже), что матери, родившие и вскормившие 4–5 детей и больше, практически не болеют раком или мастопатией, а мужчины в пять раз чаще женщин переносят инфаркт миокарда.

Внимательный читатель, надеюсь, уловил суть дела: у мужчин отсутствует тканевая железистая масса, фильтрующая и откладывающая гной из крови, омывающей бронхи. Но ведь очень близко расположено сердце. И шлаки из крови направляются прямиком в сердечную стенку, обильно снабженную кровеносными сосудами. Вот и тромбоз коронарных артерий, нарушение кровоснабжения соответствующего участка миокарда, его омертвение – инфаркт.

Понятно, что лечить его надо, очищая в первую очередь кровь и легкие. А лучше просто не испытать этого бедствия, то есть проводить правильную, натуропатическую очистку организма до того, как настиг инфаркт.

Не совсем еще ясно, почему долго кормившие женщины не страдают опухолями груди. Ответим вопросом: а почему у роженицы бывает мастит? Мастит – это гнойный нарыв грудной железы после родов, когда железа активно функционирует. Гной же там был давно, он и прорывается при активизации тканевых процессов.

Хорошо это или плохо? Очень хорошо. Женщина перенесла мастит, она освободилась от гноя в грудной железе. Если, конечно, ее не лечили антибиотиками и не заставили этот гной «рассосаться», то есть всосаться обратно в клетки железы.

А если она маститом не заболела, а благополучно кормит ребенка и год, и полтора? Хвалим мы такую маму? Конечно. Но больше надо хвалить ребенка, который добросовестно высасывает вместе с молоком те самые гнойные яды, которые, копясь в ткани железы, вызвали бы опухоль.

А что же ребенок? Бесследно ли проходит для него такое питание? Нет, конечно. Он болеет «простудными» заболеваниями, которых на самом деле не существует. То есть, нет болезни, которая вызвана простудой. От холода можно только замерзнуть, но если человек от холода заболел, это, значит, понизилась энергетика тканей того участка, где есть гной, потому что эти ткани неполноценные, они уже полумертвые.

Известно, что «гной боится холода». Больное место начинает болеть, орган заболевает – это или ангина, или бронхит; пневмония, которыми очень часто болеют маленькие дети. При лечении антибиотиками и химиопрепаратами эти болезни превращаются в бронхиальную астму, ревматизм, кожные болезни и т.п.

Становится понятным, что мастопатию или миому нужно лечить, очищая легкие и кишечник. Работая сорок лет врачом, я могу точно сказать, что нет ни одной женщины с мастопатией, у которой бы не было хронического бронхита, хотя он не всегда обнаруживается даже на рентгеновских снимках. Но ослабленное, жестковатое дыхание прослушивается всегда. Хорошая очищающая терапия всего

организма за полгода ликвидирует мастопатию.

Очень показательным был случай с Викой К. (32 года, не рожала), которую удалось пролечить в стационаре участковой больницы станицы Новокорсунской. Она жаловались на уплотнения в обеих грудных железах, но бронхита не отмечала. При выслушивании легких обнаруживается, что нижняя треть дышит очень слабо (обструкция бронхов), выше – жесткое дыхание.

После двухмесячного интенсивного очищения всего организма – голодание на травяных настоях с медом и фруктовых соках, обильная фруктовая, ягодная и сырая овощная диета (это было летом) и бег по утрам – у нее восстановилось нормальное дыхание.

Из легких выделялось все это время большое количество мокроты, что очень ее удивляло. Опухоли в груди значительно уменьшились. При соблюдении периодического очищения и правильного питания в дальнейшем она полностью излечила мастопатию.

Интересно, что злокачественные опухоли излечиваются быстрее, так как они возникают в организме с высокой реактивностью иммунной системы, но лечение должно быть начато в самом начале заболевания, пока опухолевый процесс не набрал темпа снежной лавины и – без химиотерапии и облучения, которые разрушают иммунную систему.

Из всего сказанного следует еще один вывод, наверное, самый простой и самый главный, но всегда упускаемый из виду. А вывод такой: давайте не накапливать гной в легких, бронхах, глоточных миндалинах, придаточных пазухах носа. А это нужно делать с самого раннего детства (о грудном вскармливании уже было сказано), а самое главное – это нужно делать во внутриутробном периоде.

Это значит: чтобы через 30–40 лет у женщины не было мастопатии, миомы или рака, а у мужчины инфаркта, мама, которая еще не родила этих детей, то есть беременная женщина, должна периодически очищаться и правильно питаться.

О поведении женщины во время беременности и лечении бесплодия вы сможете прочитать в следующей статье.

А сейчас еще раз отметим, что реальная профилактика всех видов опухолей грудной железы и матки у женщин (а также кисты яичника, внематочной беременности) – это лечение хронического обструктивного бронхита у взрослых и детей. Родители! Обратите внимание на ваших детей!

Мой опыт врачебной работы говорит о том, что 70% детей детсадовского возраста страдает хроническим тонзиллитом или хроническим обструктивным бронхитом, лечите их, если даже вам кажется, что они здоровы. Лечите сейчас, чтобы через 20–30 лет не оказаться перед большим злом.

Лето, наилучшее время для лечения естественными методами, то есть очищения организма с помощью обилия фруктов и овощей, создания новых, чистых, здоровых тканей вместо старых, загрязненных, неполноценных.

Дети не учатся. Многие родители свободны, берут отпуска. Лучшее время для очищения и восстановления организма найти невозможно. К тому же это можно делать и на море, и везде, где вы хотите провести лето. Наилучшие условия для

восстановления здоровья, безусловно, за городом.

А как часто приходят к нам мамы с детками в сентябре или позже, чтобы вылечить, астму, аллергию, дисбактериоз, потому что лекарствами не смогли избавиться от болезни. Конечно, вылечиться при желании можно всегда, но самое лучшее время упущено.

Для профилактики любого заболевания у взрослого или ребенка необходимо периодически очищаться и правильно питаться, пока вы здоровы. Методики очищения описаны неоднократно в статьях о лечении астмы, щитовидной железы, печени и др.

Острый лейкоз – что это такое?

Что такое острый лейкоз? Заболевание, которое наступает неожиданно, как гром среди ясного неба, часто среди полного здоровья. Поражает эта болезнь чаще детей и подростков. Прогноз всегда неблагоприятный, т.е. больные очень часто погибают, не успевая излечиться, иногда в течение 2–4 недель. Болезнь начинается высокой температурой, которая держится упорно, несмотря на жаропонижающие и антибиотики.

Вначале диагноз неясен, болезнь путают с ОРЗ, гриппом, простудой. Но ухудшение состояния больного и отсутствие эффекта от лечения заставляют насторожиться.

Анализ крови показывает огромное количество лейкоцитов – в 10, а то и в 100 раз больше нормы. Теперь уже сомневаться не приходится: острый лейкоз. Это звучит почти как приговор. Что делает сильно встревоженный участковый врач? Срочно госпитализирует больного в отделение лейкозов. Диагноз ясен, начинается лечение. Какое? Как современная медицина борется с этой болезнью, называемой в просторечии «рак крови?»

Точно так же, как с раком, – именно борется. А можно ли бороться с природой? Человеческий организм – это часть природы, звено экологической системы планеты, а мы уже давно знаем, что борьба с природой кончается трагически, где бы она ни велась: вне или внутри человека.

Лекарственное лечение (любое!), к сожалению, представляет собой явный пережиток доцивилизованного периода жизни человечества, которое топором или с помощью расщепленного атома все еще воюет с природой.

Таким образом, в результате нарушенной экологии люди болеют, и теперь уже полем боя становится человеческий организм, его святая святых – внутренняя среда, обмен веществ, жизнь клеток, скрытая от глаз.

Лекарственная медицина, вмешавшись немедленно и грубо в этот процесс введением жаропонижающих и антибиотиков и не получив результата, начинает второй этап атаки на организм, пуская в ход танки и тяжелую артиллерию, т.е. лекарства нового поколения, призванные уничтожать лишние, вредные клетки в организме. Эти лекарства называются цитостатики, т.е. останавливающие размножение клеток в организме. Да, конечно, речь идет о чрезмерном размножении лейкоцитов при остром лейкозе или клеток любой другой ткани при опухолях легких, матки, грудных желез, кишечника и т.д. Итак, война в полном разгаре. Клетки размножаются, мы их душим, губим, уничтожаем. Они продолжают размножаться,

видоизменяясь, меняя место роста (метастазы), мы продолжаем их уничтожать все более эффективными препаратами, подавляющими рост клеток, или облучением не менее губительными Х-лучами (рентген), лазером и др. Правильно, вредные клетки, образуя опухоль, сдавливают бронхи, ведут к удушью, вызывают непроходимость кишечника, малокровие, «съедают» больного, губят его. Как же с ними не бороться? Бороться нельзя, потому что борьба с природой всегда безуспешна, эту аксиому надо усвоить.

Природу необходимо: 1) понять; 2) слушать и 3) действовать согласно ее законам. Тогда будет успех, достигаемый без конфликта с организмом.

Как это сделать? Давайте поймем, почему при остром лейкозе поднимается температура и держится стойко и почему так катастрофически растет число белых кровяных телец (лейкоцитов) при одновременной анемии (эритроциты и гемоглобин понижаются). Не признак ли это гнойного процесса, достаточно запущенного? Не похожую ли картину мы имеем, например, при перитоните (гнойное воспаление брюшины), сепсисе и т.п.?

Итак, острый лейкоз – это злокачественный (потому что сильно запущенный) гнойный процесс в организме. Он не начинается внезапно, как это описано во всех медицинских руководствах, но он имеет свою очень давнюю (хотя и тайную) предысторию, которая начинается со дня рождения ребенка (а вернее – до дня рождения, т.е. во внутриутробном периоде). Каким образом? Ребенок родился, его просквозило, он простыл, заболел простудным самым банальным заболеванием, которое медицина называет острое респираторное заболевание (ОРЗ), т.е. заболевание дыхательной системы: бронхов и легких. Как лечим? Теплое питье, лекарства жаропонижающие, не помогло – антибиотики. Обязательно поможет. Температура снизится до нормы, кашель прекратится, после еще будет сопеть – не страшно. Вылечена ли болезнь? Считается, что да. На самом деле – нет. Она просто загнана внутрь, как говорит народ, или скомпенсирована, как говорит медицина. Но это вовсе не означает избавить организм от болезни, т.е. больных структур. А что это за структуры? Очень просто, это мертвые клетки слизистой дыхательных путей (а также кишечника) превращаются в гной, т.е. гниющие трупы клеток, убитых антибиотиками. А почему возникла болезнь? От простуды? Нет. От ядов, отравивших клетки слизистой бронхов, придаточных пазух носа и сделавших их чувствительными к простуде. О том, что в организме эти яды есть, говорит повышение температуры тела. Ведь повышенная температура – это результат нарушения процесса окислительного фосфорилирования, того узлового процесса обмена веществ, в результате которого организм получает и накапливает жизненную энергию, энергию для обеспечения всех жизненных процессов. Окислительное фосфорилирование позволяет нам накопить энергию, освобождающуюся в результате окисления пищевых продуктов, усвоенных тканями, в макроэргических соединениях – своеобразных биологических аккумуляторах живой клетки, расположенных в митохондриях, которые называются АТФ, ГТФ, УТФ, ЦТФ. Как мы видим из названия, везде присутствует фосфор. Циклическое соединение, подобное веществу клеточного ядра, благодаря высвобождающейся при окислении энергии присоединяет к себе молекулу фосфорной кислоты. Энергия окисления «улавливается» и надежно «пакуется» в биоаккумуляторе молекуле АТФ. Таких молекул в организме ежесекундно синтезируется миллиарды, благодаря чему у нас всегда поддерживается одна и та же температура тела – нормальная – 36,6°С. Если она повысилась даже на десятые градуса, т.е. у нас в результате тканевого дыхания образовалась энергия, она сейчас же будет уловлена и удержана образующимися молекулами АТФ (аденезинтрифосфорной кислоты). Как только нам понадобится энергия – для пищеварения, движения, умственной работы и т.п. – молекулы АТФ и

других макроэргов распадаются, высвобождают энергию, нужную нам, а затем снова синтезируются благодаря новым порциям высвобождающейся при окислении (тканевом дыхании) энергии. Это в здоровом организме. Что же происходит при болезни с повышением температуры тела? Отравляется, парализуется или разобщается процесс улавливания энергии, т.е. нарушается процесс сопряженного с дыханием тканей фосфорилирования. Как это происходит?

Компоненты пищевых продуктов, усвоенные тканями, окисляются благодаря кислороду воздуха, освобождается энергия тканевого субстрата, но молекула макроэрга не образуется. В результате окисления миллиардов молекул температура тела повышается. Такой процесс вызывается в экспериментах у животных введением ядов, парализующих окислительное фосфорилирование – динитрофенола, тироксина. Что вызывает его у человека?

Яды, выделяющиеся в тканях в процессе распада больных и омертвевших клеток. Откуда они взялись у новорожденного или 1–2-месячного ребенка? Из материнского организма во время беременности и из грудного молока во время вскармливания. Ведь ни беременная женщина, ни кормящая мать никогда не очищают печень, желчный пузырь, кишечник, придаточные пазухи носа, бронхи от накопившихся там за многие годы мертвой слизи, гноя, каловых масс, вызывающих постепенную незаметную для матери, но очень чувствительную для ребенка интоксикацию всего организма. Наоборот, она ест все без разбору, считая, что чем больше съест, тем лучше. А во что превращается съеденное там, внутри – неважно, там темно и не видно. А превращается вся эта смесь мяса, молока, хлеба и сладостей в гниющую массу в кишечнике, яды из которого, всасываясь в кровь и в наши ткани, вызывают в них образование гноя больше всего в бронхах и придаточных пазухах носа. Но этот гной страшно опасен для ребенка еще не родившегося, т.к. он с кровью матери попадает в его малюсенькое тельце и начинает вызывать в нем разрушения, т.е. болезнь.

Конечно, природа создала для новой жизни мощную защиту – материнскую плаценту, которая не только питает плод кровью матери, но и фильтрует, очищает эту кровь. Однако в наш век химической цивилизации плацентарный иммунный барьер так же нестоек и неполноценен, как и все другие тканевые барьеры.

Огромная энергия роста, заложенная в тканях эмбриона, все же побеждает (не всегда, однако – откуда самопроизвольные выкидыши, мертворожденные дети?), и ребенок рождается на свет вполне сформированным человеком. Однако… не всегда он рождается здоровым (85% новорожденных уже больны) и, во всяком случае, всегда подвержен простуде, инфекции и т.п. Все это мы лечим лекарствами, т.е. копим и копим в организме ребенка мертвые, поврежденные клетки.

В результате этого, а также загрязнения воздуха, воды и пищи сверх всякой меры продуктами распада химической цивилизации (отходы заводов, транспорта, сельскохозяйственной химии) нарушается иммунная система у людей вообще, и у детей особенно. Это значит, что нарушаются иммунные барьеры, защищающие наши ткани – кожу, дыхательную, сердечно-сосудистую, пищеварительную, костную и… кроветворную системы, только у разных людей в разное время и в разной последовательности. Потому одни дети болеют диатезами им запрещают кушать красные овощи и фрукты и цитрусовые (?); другие – астмой; третьи – ревматизмом; четвертые – энурезом, эпилепсией; пятые – лейкозом, это те, у кого гной проникает в костный мозг длинных трубчатых костей, занятый кроветворением – созданием эритроцитов и лейкоцитов. Естественно, что в ответ на прорвавшийся в костный мозг гнойный токсин ткань его отвечает усиленным образованием лейкоцитов, которые

предназначены для удаления из организма всякого рода чужеродных продуктов и сохранения чистой внутренней среды. Если в костном мозге нарывает фурункул, гной не находит выхода и количество лейкоцитов растет неудержимо, в периферической крови их сотни тысяч. Гнойный процесс в организме, естественно, высокая температура. Антибиотики не помогают, т.к. не проникают в костный мозг, если и проникнут – толку от них мало при давно уже развившейся микробной устойчивости к ним. Где выход? Железная логика лекарственной медицины нашла его – выход в подавлении процесса синтеза лейкоцитов: они нам не нужны в таких огромных количествах, они всю кровь превратили в гной! Они, конечно, не нужны, но почему они образуются таким сверхускоренным темпом? Видимо, имеет место чрезвычайная ситуация? Когда государство вводит войска? Когда вошел враг. Что такое лейкоциты? Это тканевое войско организма – известно всем. Их безудержный синтез не результат глупости тканей или их каприза, а очень серьезной причины, которую необходимо устранить.

А как это сделать? Только и только очищением организма и его правильным питанием с самого начала заболевания, без попытки сбить температуру любыми способами, кроме одного – промывания кишечника. Промывать кишечник нужно не один, а 5–6 раз, каждый день различными составами – солевыми, травяными, соками овощей, разведенными водой. Одновременно нужно совершенно изменить питание, перейдя на соковое в течение 30–60–90 дней. Такое очищение организма на тканевом и клеточном уровнях гарантирует излечение болезни и полное здоровье человека: ребенка или взрослого. «Чистота – залог здоровья» – банальная истина. Но, оказывается, речь идет не только о внешней чистоте, хотя она крайне необходима (чистота воздуха, которым дышим, чистота кожи, жилища), но и о чистоте внутренней среды организма, чистоте тканей и крови. Гной в легких – это пневмония, астма; гной в крови – сепсис; гной в брюшной полости – перитонит; гной в костном мозге – это лейкоз. Слушайте природу и лечитесь согласно ее законам. А это значит, что любую болезнь нужно лечить очищением, чтобы не довести до лейкоза. Самые обычные простуды у ребенка: ангину, гайморит, бронхит, диатезы – лечить только очищением, а не лекарствами.

При нарушенной экологии среды обитания нарушение внутренней среды организма неправильным питанием и лекарствами неминуемо ведет к катастрофе, которую пытаются ликвидировать еще более эффективными, т.е. агрессивными лекарствами. Это не путь жизни!

Путь жизни – это только жизнь, согласованная с законами природы, лечение и питание, соответствующие этим законам.

Ревматизм

Заболевание это поражает людей в любом возрасте, но чаще – в детском и юношеском, и потом уже сопровождает человека всю жизнь. Пусковым моментом в его развитии обычно является переохлаждение. Проявляется в виде ревматического полиартрита (поражение суставов – боли, опухание, воспаление с повышением температуры тела), ревматического миокардита, чаще всего или реже перикардита – воспаления сердечной сумки – перикарда с выпотом серозной жидкости в полость перикарда. Оба этих заболевания сердца являются тяжелой патологией и нередко ведут к инвалидности.

В XIX и первой половине XX столетия ревматические заболевания считались самыми распространенными. Теперь их доля в общей заболеваемости сократилась в

связи с катастрофическим распространением бронхиальной астмы, онкозаболеваний, гипертонии. Но природа и причины этих заболеваний одни и те же, просто в разное время они проявляются по-разному, в зависимости от экологического состояния среды обитания людей. И ревматизм, и бронхиальная астма, и онкологические процессы связаны с избыточным синтезом тканевых клеток, но в первых двух случаях это избыточное образование антител, поражающее весь организм (ревматизм) или только дыхательную систему (астма), а при новообразованиях – это локализованная опухоль, то есть избыточная ткань самых различных органов.

Но сейчас мы поговорим о ревматическом полиартрите, поскольку частота этого заболевания среди детей начинает нарастать и связана, как правило, с перенесенными в прошлом ангинами или пневмониями, лечением антибиотиками, которые аллергизируют организм ребенка и переводят воспалительный процесс в аллергический.

Ревматизм относится к группе коллагенезов, т.е. системных поражений соединительной (неспециализированной) ткани организма, основным белком которой является коллаген. Как видно из названия, при заболевании нарушается структура коллагена.

Ни в одной области медицины по-видимому не существует столько заблуждений и неясностей, сколько в вопросе коллагенезов. Во-первых, причина заболевания неясна, механизм развития, многоликость, иногда стертость симптомов, длительное течение с неожиданными ремиссиями и обострениями, практически неизлечимость – все это заставляет врачей до сих пор лечить эту группу болезней практически вслепую, поскольку научно обоснованное патогенетическое лечение отсутствует, а из симптомати-тических методов пока лучше гормонов-кортикостероидов и других иммунодепрессантов (колхицин, плаквинил и подобные препараты) ничего не придумали. Конечно, все это вкупе с антибиотиками. Итак, что такое коллагенезы? В эту группу входят ревматический полиартрит, диссеминированная красная волчанка, склеродермия, периодическая болезнь: так называемые большие коллагенезы, т.е. заболевания, поражающие всю систему соединительной ткани организма. Патологическая морфология этих заболеваний изучена досконально. Известно, что при этой патологии имеет место воспаление и отечность коллагеновых волокон соединительной ткани организма в разных участках – это могут быть суставы, суставные сумки – бурсит с накоплением в них жидкости, может быть перикард – серозный перикардит (воспаление сердечной сумки) или же кожные проявления в виде высыпаний при красной волчанке и склеродермии. Здесь поражается дерма, то есть собственная кожа, расположенная под верхним эпителиальным слоем. При всех этих заболеваниях поражаются также сосудистые стенки внутренних органов, кожи и т.д., поскольку стенки сосудов также представляют собой соединительную ткань. Вообще же соединительная ткань – это, как видно из ее названия, ткань организма, которая соединяет воедино все специализированные органы и нервную систему в одно целое. Она состоит из особого белка – коллагена (того самого, который входит в омолаживающие кожу кремы) и к ней относятся кожа, ногти, волосы, кости, хрящи, сосуды, кровь, лимфа – иначе это основа, строма, остов организма – это ее первая функция. Понятно, что сюда же относятся все лимфатические железы (лимфоузлы), а их огромное множество и они находятся во всех участках тела. Так и называются – региональные лимфоузлы. К сожалению, каждому из нас знакома так называемая ангина – воспаление глоточных миндалин. Лимфоузлы могут воспаляться, увеличиваться, уплотняться во всех участках тела, и это является серьезным симптомом какого-нибудь заболевания: туберкулеза легких или кишечника, рака. А что такое лимфатическая ткань? Это скопление клеток, отвечающих за иммунную защиту организма. Аналогичную функцию несут клетки крови – лейкоциты и

некоторые растворимые белки крови – глобулины. Есть еще клетки тканевой защиты гистиоциты, которые синтезирует опять же соединительная ткань. То есть соединительная ткань – это и есть иммунная система организма, и вторая ее функция – это защита организма от чужеродных частиц и продуктов, загрязняющих его. А это микробы, различные простейшие, грибки и вирусы, паразитирующие на человеке, но самое главное, это наши омертвевшие и загнивающие клетки, которые становятся пищей для упомянутых микробов и прочей нечисти. Без этой очень благоприятной питательной среды микроорганизмы никогда бы не прижились в наших тканях, а были бы уничтожены при попадании в организм здоровыми клетками, поскольку интенсивность биополя здоровой клетки человеческого организма в двадцать раз сильнее микробного биополя. И вот наша иммунная система, то есть соединительная ткань (лимфоузлы, костный мозг), вынуждена синтезировать все новые отряды клеток лимфоцитов, лейкоцитов, гистиоцитов, всякого рода фагов (пожиратели клеток) для уничтожения не только вирусов и микробов, но, главным образом, собственных погибших и загнивающих клеток организма, т.е. тех скоплений гноя, которые находятся в бронхах, легких, придаточных пазухах носа, аппендиксе, яичниках, почках, желчном пузыре, подкожной жировой клетчатке (все хорошо знают, что такое фурункул или банальный прыщ), тканях грудной железы (мастит). Теперь все это в литературе называется СОГИ (скрытые очаги гнойной инфекции). Так вот в процессе этой «клеточной войны» в наших тканях время от времени создаются антитела к собственным клеткам с нарушенной структурой, которые тоже становятся для организма чужеродными. Вот тут и начинается аутоиммунный процесс, то есть разрушение структуры соединительной ткани. Если эта структура загрязнена отходами обмена (азотистыми соединениями, гнойными ядами – мономинами) во всей своей массе, начинается системное заболевание соединительной ткани, которое носит прогрессирующий характер снежного кома: чем больше уничтожается клеток, тем больше синтезируется антител для удаления этих разрушенных, загнивающих и отравляющих организм элементов, и эти витки нового антитемогенеза становятся бесконечными. Оттого-то так трудно лечатся и не излечиваются коллагенезы, тем более при применении лекарств, роль которых заключается в подавлении синтеза «лишних» иммунных клеток, т.е. создании тканевой депрессии (иммуно-депрессанты гормональные и негормональные). Это означает – парализовать способность соединительной ткани синтезу клеток, то есть медленно убивать организм. Недаром после их длительного употребления теряется способность организма к самостоятельному синтезу белков из углеводистой пищи. Нарушается биохимическое звено синтеза белка на уровне аминирования углеводистых цепочек жиров и углеводов и создании «кирпичика» белковой молекулы – аминокислоты[1].

Становится ясной истинная причина системных нарушений структуры коллагена – основного белка соединительной ткани. Причина совершенно банальная – хронические гнойные процессы в организме, леченые длительно антибиотиками, нарушающими структуру тканей вместе с токсинами бактерий, которых они убивают, превращая в гной и самих бактерий, и ткани организма в месте их обитания. В каждом случае заболевания, будь то ревматический полиартрит или красная волчанка, или периодическая болезнь, обнаруживается, что больной переносил в прошлом или частые затяжные гнойные ангины, или фурункулез, или гнойный аппендицит, гайморит, бронхит, отит, остеомиелит и т.п. На протяжении нескольких лет эти гнойные процессы вызывают деструкцию белков соединительной ткани (коллагена), т.е. коллагеноз: Как же избежать этой злокачественной болезни, имеющей тенденцию прогрессировать бесконечно? Избавляться в любом возрасте от гнойных очагов, удаляя из них гной: вскрытием и очищением на уровне клетки, т.е. включая тканевые протеолитические процессы. Это достигается такой простейшей мерой, как прекращение принятия твердой пищи на протяжении 5–7–15–21 дня в

зависимости от длительности и тяжести болезни. Травяные чаи с медом и свежевыжатыми фруктовыми и ягодными соками обеспечивают питание тканей, а отсутствие пищеварения гарантирует их очищение через естественные очищающие пути: кишечник, печень, почки, кожу, легкие. Это достигается употреблением большого количества жидкости (до трех литров), ежедневным купанием, промыванием кишечника, придаточных пазух носа.

Что же делать, если заболевание – коллагеноз, какая-то его разновидность уже наступила? Совершенно то же самое, только уже более длительное время, потому что после очищения организма полностью от гнойных скоплений необходимо еще восстановить структуру соединительной ткани в нарушенных участках (в суставах, коже, перикарде). После 21 дня необходимо перейти на питье большого количества фруктовых и овощных соков (не менее двух литров в сутки) и продолжить очистительные процедуры. О вреде применения антибиотиков, химио-препаратов и гормонов мы уже сказали. Необходимо отметить еще одно распространенное и очень опасное заблуждение фармакотерапии – запрет подобным пациентам употреблять красные и оранжевые фрукты и овощи и цитрусовые. Это верный путь к гибели, поскольку организм лишается наиболее ценных витаминов, микроэлементов, антиоксидантов, антоцианов, ликопена, содержащихся в этих продуктах. Считается, что эти «облигатные аллергены» вызывают ухудшение состояния. Это было бы так, если бы это были аллергены, да еще и облигатные, т.е. обязательные! На самом деле все вышеназванные продукты аллергенами не являются, поскольку аллергеном могут быть и бывают только белковые молекулы, но не молекулы углеводов, из которых состоят фрукты и овощи. Аллергеном же в данном случае являются собственные мертвые белковые молекулы (гной) или белки с нарушенной структурой – аутоаллергены или же чужеродные животные белки пищи, то есть мясные продукты питания и в меньшей степени молочные и белок куриных яиц. Следовательно, при исключении из пищи этих продуктов и тканевом очищении цитрусовые, мед и красные овощи и фрукты не вызовут никаких обострений и принесут незаменимую пользу.

Необходимо знать, что финалом коллагеноза обычно становится амилоидоз почек, т.е. перерождение почечной ткани в бесструктурную крахмалоподобную массу, что грозит почечной недостаточностью. Медицине хорошо известно, что амилоидоз почек также результат хронических гнойных процессов, в частности бронхоэктатической болезни – гнойного бронхита. И еще нужно здесь сказать о периодической болезни, которая якобы обусловлена генетически и встречается только в Армении и Израиле. Однако мне известен не один случай, когда больные армяне переезжали из Армении в Россию, чтобы спастись от этого недуга (периодические приступы болей в животе и подъем температуры тела до 40° и выше). И действительно, приступы периодической болезни у них прекращались и начинались приступы бронхиальной астмы, которой болеют не только армяне. О чем это говорит? Только о том, что и периодическая болезнь, относящаяся к группе коллагенозов, и бронхиальная астма имеют одну причину: гнойные скопления в тканях (бронхах и кишечнике) и в различном климате (сухой и жаркий в Армении – абдоминальная патология, влажный, холодный в России – астма) проявляются по-разному.

Нам приходилось лечить детей, страдающих ревматическим полиартритом. Длительное (в течение 1–2 лет), последовательное лечение, которое заключается в правильном питании и периодических очищающих процедурах, приводит к полному выздоровлению.

Периодическая болезнь – что это такое и как ее вылечить?

Заболевание это довольно распространено в Армении и Ереване, его даже называют в народе «ереванской болезнью. Медицина квалифицирует его как коллагеноз и относит к ряду таких аутоиммунных заболеваний, как ревматизм, системная красная волчанка, склеродермия. Общим для них является системное поражение соединительной ткани организма, т.е. ткани, выполняющей опорную функцию и соединяющей все органы человеческого тела в единое целое. А именно, это – кости, хрящи, сосуды, кровь, лимфа, межклеточная жидкость, слизистые оболочки, кожа с подкожной клетчаткой, волосы, ногти, а также строма всех внутренних органов, т.е. их каркас. Как видим, эта связующая «соединительная» в буквальном смысле ткань в организме – вездесуща. Она пронизывает его с головы до ног и «до мозга костей».

Что происходит при коллагенозах? Нарушение обмена веществ в соединительной ткани, ее клеточных структурых и перерождение коллагеновой структуры волокон этой ткани в аморфную желеобразную массу – амилоид.

При ревматизме это нарушение происходит в суставных тканях и ткани сердца, при склеродермии и диссеминированной красной волчанке в коже и внутренних органах, частично; а при периодической болезни воспаление и нарушение структуры происходит в соединительнотканной строме всех внутренних органов, преимущественно в брюшной полости (абдоминальная форма) или в грудной полости (торакальная форма). Чаще всего поражаются кишечник, печень, поджелудочная железа и почки, т.е. соединительно-тканная основа всех этих органов перерождается (вследствие нарушения химического состава клеток) и разрастается, разрушая специализированную функционирующую ткань – гепатоциты печени, нефроны почек, альвеолы легких.

Возникают процессы избыточного и извращенного роста иммунных клеток, образование антител к тканям собственных органов. Эти антитела пожирают функционирующие, специализированные клетки печени, почек, суставных хрящей, разрушая эти органы – это опасные для организма аутоиммунные процессы,имеющие тенденцию нарастания по типу «снежной лавины», чем больше разрушается клеток, тем больше образуется чужеродных продуктов распада, дающих повод к образованию новых антител для их уничтожения. Ведь в организме, даже больном, все подчинено природной закономерности. Тут возникает вопрос: отчего же начались аутоиммунные саморазрушающие процессы в организме, это – «сумасшествие клеток», пожирающих друг друга? Очевидно, что-то «вывело их из себя»? Да, безусловно. И таким продуктом, наличие которого совершенно недопустимо в нашем организме, и против которого он принимает любые меры, является гной, т.е. разлагающиеся гниющие мертвые клетки тканей, выделяющие трупные яды (путресцин, кадаверин, птомаины), смертельные для организма. К счастью, они поступают в ткани микродозами, вызывающими не смерть, а воспаление и иммунный ответ, т.е. образование клеток, способных их нейтрализовать. Если этот иммунный ответ тканей адекватный, наступает выздоровление (от ангины, ОРЗ, бронхита и т.д.), если же он избыточный, возникает аллергическое заболевание: бронхиальная астма, сенная лихорадка, ревматизм, периодическая болезнь. Различные названия болезней говорят только о различной локализации патологического процесса, а не о различной его природе.

Аллергическая (иная) извращенная и избыточная реакция соединительной ткани организма на какой-то определенный раздражитель внешней среды характерна для очень большого числа заболеваний. Количество их растет с каждым годом во всем мире и во всем мире для их лечения созданы «аллергоцентры». Для аллергоцентров разработана специальная методика лечения – «специфическая десенсибилизация»,

т.е. введение в организм малых доз специфического ослабленного аллергена с целью создания иммунитета против его больших доз, поступающих из внешней среды (весеннее цветение растений – цветочная пыльца, красные фрукты и овощи, домашняя пыль и т.д.).

Но, **во-первых**, специфических аллергенов не существует, а существует один аллерген – антиген, продуцирующий в организме антитела, а затем – аутоантитела, это – гной, находящийся в наших внутренних тканях – глоточных миндалинах, придаточных пазухах носа, бронхах, легких, почках, лимфоузлах и т.д. Все больные периодической болезнью, бронхиальной астмой, ревматизмом переносили в прошлом и настоящем хронические гнойные процессы и лечили антибиотиками ангину, фурункулез, бронхиты, синуситы, пневмонию, пиелонефрит. Внешние же аллергены, которые определяют путем внутрикожных проб, как специфические, являются не причиной болезни, а только поводом к ее проявлению, разрешающим, а не вызывающим аллергию фактором. Проявляющаяся при периодической болезни симптоматика: это боли в области живота, лихорадка, нарушение работы кишечника, рвоты; в случае астмы, это: бронхоспазм, удушье, при кожном заболевании – зуд, сыпь, отек Квинке, при поражении слизистых – чихание, слезотечение, отек голосых связок – ложный круп.

во-вторых: введение аллергенов в малых дозах для создания в организме иммунитета к специфическому аллергену совершенно излишне, при уже имеющихся избыточных клеточных реакциях и только усугубляет состояние больного. Но тут «на помощь» врачу (но не больному) приходят другие препараты: цитостатики, останавливающие избыточный рост клеток, подавляющие его (процветает «репрессивная»терапия, хотя «репрессивная педагогика» давно уже стала одиозной). Вот и идет лечение в аллергоцентрах в течение многих лет: то стимулируем, то подавляем клеточный рост, т.е. «манипулируем» реакциями иммунитета (модулируем иммунитет). Естественно, что подобные манипуляции за двадцать лет существования метода не вылечили ни одного больного, а только «контролировали» ход заболевания. У больного это приводило к возникновению новых заболеваний вместо «вылеченной» аллергии, вплоть до опухолей, гипертонии, инфаркта, а во всем мире вызвало огромный рост аллергических заболеваний.

Приступы периодической болезни часто вводят в заблуждение хирургов и становятся причиной ненужных (часто повторных!) полостных операций (по поводу острого аппендицита, холецистита, внематочной беременности). Органы эти оказываются измененными незначительно, а необъяснимые приступы болей с клиникой «острого живота» продолжаются, изнуряя больного и разрушая внутренние органы.

Медикаментозное лечение периодической болезни имеет целью, как уже было сказано, подавить избыточные клеточные реакции иммунитета гормональными и негормональными цитостатиками (предиизолон, колхицин и ряд других), вызывающими гибель клеток организма и обменные нарушения. Снимается симптом – приступ, а болезнь «загоняется внутрь», т.е. компенсируется до поры до времени. Далее требуется прием все больших доз, все более активных препаратов. Все это очень хорошо известно больным, а ответ медиков один – создаем новые препараты, которые вылечат.

Как же реально вылечить периодическую болезнь и без приема лекарств избавиться от приступов болезни, от «периодики»? Ответ ясен – очищая все ткани организма от гноя и многочисленных конечных продуктов обмена, задержавшихся в организме годами: каловых, желчных, почечных камней, песка, слизи, грибкового

мицелия и т.д., очищая кишечник, печень, придаточные пазухи носа, лимфу, межклеточную жидкость.

Очищение тканей от шлаковых продуктов и восстановление в них нормального, здорового (а не патологического) обмена веществ путем правильного, частого энергетического питания, составляет суть и основу естественных методов лечения или натуральной гигиены (натуропатии – лечения природой). Эти методы позволяют восстановить правильный обмен веществ в организме, что является единственным путем лечения системного заболевания (система соединительной ткани) и всякого заболевания вообще, т.к. и ангина, и астма и рак, лейкоз, инфаркт миокарда являются только результатом общих обменных нарушений. Поэтому естественная медицина излечивает болезни, неизлечимые лекарственными методами: полиартриты, болезнь Бехтерева, бронхиальную астму, ревматизм, периодическую болезнь.

Опухоль

Что такое рак? Страшная, смертельная болезнь, берется неизвестно откуда, развивается исподволь, обнаруживается часто в запущенном состоянии, поражает цветущий возраст, чаще всего – здоровых людей. Некоторые не имели никаких жалоб, не болели, занимались спортом или работой, требующей идеального здоровья – летчики, например. Встречается это злокачественное заболевание и в 16–25 лет, у молодых – чаще всего в виде заболевания крови (лейкоза).

Почему это происходит? Элементарная логика говорит нам о том, что для того, чтобы выработать опухоль, создать ее, организму нужна сильная, мощная иммунная система. Ведь раковые клетки – это клетки с повышенной энергией роста, она намного агрессивнее окружающих их здоровых клеток. По энергии роста и по морфологии похожи на зародышевые клетки, но в отличие от них, они не способны к дифференциации, а развиваются сплошной однородной массой и требуют для своей жизнедеятельности бескислородных условий, т.е. развиваются в анаэробной среде.

В норме человеческий организм растет до 25 лет, т.е. до 25 лет идет прирост белковых тканей: растут кости, мышечная масса, масса внутренних органов и нервной системы. После этого увеличение веса тела означает только накопление жировой ткани, т.е. излишки пищи, съеденной человеком и не израсходованной в виде энергии, превращаются в жиры, откладываются в подкожной клетчатке. Организм запасает также небольшое количество углеводов в виде гликогена – «животного крахмала», который откладывается в печени и мышцах. Во взрослом организме здорового человека масса белковых тканей не растет, и тем более, не откладывается про запас, как жир.

Что же представляет собой раковая опухоль? Она как раз и является недифференцированной белковой тканью, «диким мясом» которое по дикому и растет, превосходя в темпах роста все ткани организма. Естественно, что она их разрушает, съедает и занимает их место. Прискорбная картина! Но почему происходит такое ненормальное, самоубийственное поведение клеток организма? Ведь в организме существует совершенная саморегуляция процессов обмена, осуществляемая нервной и гормональной системой, а также системой тканевых ферментов. Почему в данном случае она не срабатывает? Ведь все имеет свою причину. И причиной недифференцированного агрессивного, т.е. злокачественного роста определенных клеток в организме является наличие в тканях инородных продуктов, причем крайне токсичных и опасных для жизни. Именно наличие в тканях

этих ядовитых продуктов вызывает необходимость создания «армии» способной их уничтожить. Потому раковые клетки любой локализации столь злокачественны, так как функцией их является уничтожение опасных, несовместимых с жизнью продуктов. Но «точечные» удары невозможны, как во всякой войне, и вместе со «складами» подлежащих уничтожению продуктов гибнет и мирное население, т.е. здоровые клетки организма. Именно эта ситуация подтверждается морфологическим анализом опухолей, на серийных срезах, взятых в разной стадии роста опухоли, отчетливо видны стадии развития раковых клеток – вместо одного ядра клетка приобретает два, затем четыре ядра – интенсивный, агрессивный рост. Затем она разрывается, поглощает соседние клетки, убивает их и погибает сама. На смену ей спешат эшелоны других клеток – «камикадзе». Но что же вызывает такую форменную «милитаризацию» клеток, их неудержимую агрессию? Причина должна быть очень серьезной. И этой причиной являются гнойные накопления в любых тканях организма. А уж в них нет недостатка ни у взрослых, ни у детей. Они присутствуют в четырех придаточных пазухах носа (фронтит, гайморит), в деснах (парадонтоз), мозговых оболочках (арахноидит), глоточных миндалинах (ангина), в просвете бронхов и околобронхиальных лимфоузлах (бронхит, бронхоаденит), подчелюстных слюнных железах (паротит), в легочных альвеолах (пневмония), в грудной полости (плеврит), в толстом кишечнике (аппендицит, проктит, парапроктит), в брюшной полости (перитонит), в желчном пузыре (холецистит), подкожной клетчатке (флегмоны, фурункулы, рожистое воспаление).

Что же представляет собой гной и чем он опасен? Гной представляет собой скопление мертвых клеток, гниющих без доступа кислорода. Именно потому недостаточное снабжение кислородом крови и тканей является предрасполагающим моментом развития опухоли, нарушено тканевое дыхание, продукты обмена не окисляются до конца и не выводятся наружу, а задерживаются в тканях и загнивают, выделяя смертельные яды: моноамины – путресцин, кадаверин, птомаины, аммиак, сероводород, метан. Недаром Гиппократ говорил: «Где гной, там очищай». Но если это очищение тканей и полостей организма мы не производим регулярно и обладаем к тому же мощной иммунной системой, способной к борьбе с тканевыми загрязнениями, то она и дает соответствующий ответ на наличие в организме ядов – рост опухоли. Итак, рост опухоли провоцируют яды – в том числе экзогенные (из внешней среды) – никотин (рак легких у курильщиков) и всякого рода загрязнения среды – воздуха, воды, почвы, в том числе радиационные примеси, которые, попадая в организм, вызывают разрушение, дегенерацию клеток. А разрушенные клетки погибают и подлежат удалению – развивается опухоль.

Что вытекает из сказанного? Во-первых, опухоль легко предупредить, не довести организм до перепрограммирования клеточного роста на злокачественный, т.е. не оставлять в организме гнойных залежей, а удалять из всех вышеперечисленных органов. Во-вторых, при образовании опухоли не нужно с ней бороться, особенно облучать и убивать химиопрепаратами, так как результат всегда один – одновременно с опухолью или быстрее ее погибают здоровые клетки (особенно при химиотерапии). Иммунная система теряет свою дееспособность и возможность восстановиться, т.е. рак успешно превращается в иммунодефицит. Если не нужно бороться с опухолью, то видимо, нужно бороться с причиной, вызвавшей ее, т.е. опять же делать то, что делали с целью профилактики – очищать, ликвидировать гнойные очаги и не допускать нового загрязнения тканей.

И отсюда вытекает третий, очень важный вывод: поскольку иммунная система, образующая опухоль, достаточно сильная, вылечиться в самом начале заболевания довольно просто – при проведении комплекса очищающих процедур, все процессы тканевого очищения, программу которого мы задаем организму, проходят успешно и

активно. Избавившись от гнойных залежей, организм сам убирает ставшую ненужной опухоль и ее метастазы. Выздоровление, наступает через 4 – 6 месяцев. Даже после хирургического удаления опухоли процесс очищения проходит довольно интенсивно, если только не была применена химиотерапия или радиационная терапия, нарушающая способности иммунной системы к очищению и восстановлению тканей. Роковая ошибка врачей и пациентов заключается в применении химиотерапии в начальных стадиях – «пока не поздно». Увы, после нее становится уже поздно вылечить болезнь. Парадокс заключается в том, что гной, накапливается в различных тканях у любого, но раковая опухоль возникает только при отсутствии очищения тканей и наличии сильной иммунной системы. Здоровый человек не считает нужным очищаться, тем более, что он не болеет гриппом и простудными заболеваниями. А не болеет он потому, что у него хороший, сильный иммунитет. Организм компенсирует заболевание, не болеет, следовательно, не очищается. Ведь острое простудное заболевание, грипп, вызывает очистительные кризы – легкие, придаточные пазухи носа интенсивно очищаются от гноя. Существует огромная статистика, проведенная в Китае, прослежено, что часто болеющие гриппом болеют раком в шесть раз реже тех, кто гриппом не заражается. Воспринимается это почему-то, как курьез. Но с фактами не поспоришь!

Не болея и не очищаясь самостоятельно, человек копит и складирует омертвевшие гнойные клетки, и при наличии дееспособной иммунной системы образуется опухоль для их ликвидации. И потому мы рекомендуем и очень просим всех читателвй при первых признаках неопределенного недомогания, непонятных болях в любой части тела, потере аппетита, изменении тембра голоса, чувстве удушья, даже небольшого, быстрой утомляемости начать систему очистительных процедур, неоднократно описанную в моих статьях. Эта система доступна в любом возрасте, начиная с новорожденного и до самого преклонного. Запомните! Не нужно ждать результатов анализов, подтверждающих диагноз! Дорог каждый час. Начинайте программу очищения и параллельно обследуйтесь, ведь очищаясь, вы не теряете ничего. Конечно, лучше проводить очищающие процедуры, нормализующие обмен веществ, до начала заболевания и у маленьких детей, а еще лучше – до рождения ребенка. И потому очищение необходимо каждой беременной женщине, желающей родить здорового ребенка.

Ведь не только «трезвость – норма жизни». Норма жизни, прежде всего чистота внутренней среды организма: тканей, органов, клеток. А если внутренняя чистота станет осознанной потребностью человека, то не останется места алкоголю, никотину и наркотикам, а также моральной нечистоплотности и социальным порокам.

Вопросы оздоровления человеческой популяции, повышения качества здоровья, сокращения заболеваемости и смертности от любых болезней можно разрешить только и только на путях естественной гигиены, расматривающей вопросы здоровья и болезни в совокупности с факторами и экологией среды, а организм, как звено в цепи экосистемы природы. Те миллионы, которые тратит государство, и сами больные на излечение раковых заболеваний, дали бы реальную пользу только в случае создания стационаров естественного лечения и профилактики заболеваний с одновременным обучением пациентов правилам экологического поведения в социуме и среде.

Угрозе вырождения противостоит знание

«Уважаемая редакция вестника «ЗОЖ» с большим интересом читаю ваш вестник. В пятом номере вестника за 1997 г. помещена интереснейшая статья Тамары Свищевой «Под угрозой вырождения».

За работами Свищевой и вообще онкологической литературой слежу с большим вниманием и заинтересованностью, поскольку я врач-терапевт с соракалетним медицинским стажем, из которых – пятнадцать лет проведено в НИИбиохимии, где защищена кандидатская диссертация в 1973 г. Последние двадцать лет я занимаюсь исключительно лечением больных методами естественной медицины (натуропатии), сочетая эту работу с работой в биохимической и клинической лабораториях. Мною излечены сотни больных в Ереване, Москве, Краснодаре, самыми различными заболевания всех возрастов, начиная от новорожденных и беременных женщин. В течение последнего года я лечу с очень хорошими результатами онкологических больных. Причем, имейте в виду, что все больные, выполняющие систему естественного лечения – это сильно запущенные пациенты с давностью заболевания нередко 20–30 лет, т.е., которые испробовали все существующие методы и пришли к полнейшему отчаянию и безверию в медицину (в том числе народную(. Вылечили они себя сами, когда сами взялись за это дело, а я только обучала их, как это делать – при отсутствии стационара – это единственная возможность. Результат – всегда выздоровление. Назову только несколько заболеваний, от которых избавились мои пациенты: псориаз, псориатический полиартрит, деформирующий остеохондроз, гипертоническая болезнь, головные боли (давностью несколько десятков лет), бронхиальная астма (в том числе гормональнозависимая), мастопатия, лимфогранулематоз, язвенная болезнь желука и двенадцатиперстной кишки, атрофический гастрит, неспецифический язвенный колит, аллергические заболевания всех видов, в том числе пищевые аллергии и аллергия к амброзии, свирепствующая в южных регионах России.

Опыт моей работы и оценка данных литературы привели меня к некоторым выводам относительно причин возникновения и механизма развития многих болезней, в том числе опухолевых процессов. Я бы хотела поделиться своими соображениями с читателями в целях медицинского просвещения населения, потому что ни рак и ни одну другую болезнь нельзя вылечить и остановить рост заболеваемости препаратами или профилактическими осмотрами, если для этого требуется даже только одна капля крови пациента, как предлагает Т. Свищева. Повально, лавинообразно растущую заболеваемость и смертность может остановить только знание людей о том, как и почему они заболевают и как они могут вылечить себя сами. Другого пути нет и это совершенно ясно.

Итак, отчего возникают опухоли доброкачественные и злокачественные? Отчего возникают болезни крови – лейкозы, лимфогранулематозы и т.п.? Я совершенно согласна с мнением Т. Свищевой (исследователю нельзя не верить), что все являемся носителями простейших жгутиковых паразитов, которые при определенных условиях активизируются и вызывают рост новообразования. Однако все мы также являемся носителями туберкулезной палочки, кокковой флоры и т.п. микрофлоры, которая становится патогенной в определенных условиях.Часть этой микрофлоры (вирусы чумы, оспы) мы успешно уничтожили, однако, счастливее от этого не стали.

Т. Свищева пишет: «Трихомонада – главный биологический противник человека». Однако в XVI, XVII и предыдущих веках главным биологическим противником человека были оспа и чума, уносившие сотни тысяч жертв во время эпидемий. На них мы нашли управу. Какую? Вакцинацией. Туберкулез «победили». Как? Вакцинацией и антибиотиками. Что предлагает ученый для уничтожения «главного биологического врага»? Вакцины и «нетравмирующие методы» лечения.

Однако давайте трезво оценим ситуацию. Мы заплатили за ликвидацию оспы и чумы и сокращение заболеваемости туберкулезом ценою резкого скачкообразного роста аллергических заболеваний, онкозаболеваний (что одно и то же) и СПИДа и

других болезней иммунодефицита (что одно и то же!). Почему массовое применение профилактической вакцинации, антибиотиков, химиопрепаратов (уже в третьем и четвертом поколении людей) и гормональной терапии (во втором и третьем поколении людей) вызвали искажение иммунного фонда человечества и отдельных людей. Возникли избыточные, извращенные иммунные ответы, как на микробных взбудителей болезней, так и на естественные факторы внешней среды (пыльца цветущих растений, красные и оранжевые фрукты и овощи). Как можно говорить о проблеме рака, совершенно не упоминая проблему аллергии, ставшей «чумой XX века»? Ведь именно в аллергиях проявляется в наиболее общем виде вся человеческая патология – нарушенная «иная» реакция иммунной системы, причина всех наших болезней, в том числе сердечно-сосудистая и диабета. Как же быть? Уничтожать трихомонад, как мы уничтожали холерный вибрион и туберкулезную палочку? Все равно – не уничтожили. А с трихомонадами разве не боролись? Разве трихопол 20–25 лет назад не делал чудеса? Результат. Безобидные трихомонады женской вагины стали возбудителями рака.

Но ведь трихомонады и любой микроб и вирус для своего размножения в живом организме требуют питания. Как они могут жить и развиваться в живом организме? Очевидно только в случае его неполноценности, т.е. когда этот организм не вполне живой, а частично мертвый (ведь именно трупные ткани разлагаются под действием микробов, и становятся для них пищей). Подобное явление имеет место у всех людей, питающихся нефизиологической, несоответствующей видовой специфичности человека пищей. А так как только единицы в масштабе человечества соблюдают видово-специфическое (экологическое) пиание, то физиологическим здоровьем обладают только они. В числе этих людей некоторые хорошо известные племена изоляты-хунзы, тубу, кель-кумеры, жители острова Тристан-д-Акунья, которые не болеют почти ничем и живут здоровыми, полноценно функционирующими и трудоспособными до 200 лет. Пищей этих племен являются только фрукты (абрикосы, финики), травыи коренья. Физическому и умственному здоровью их можно только позавидовать.

В чем же дело? Эти племена не носят в своем организме мертвых, неполноценных тканей или носят их минимальное количество, к тому же систематически от них избавляясь. Не забудем, что им посчастливилось избегнуть массовой вакцинации и антибиотиков, т.е. иммунные реакции сохранили свою нормальную напряженность.

Ведь что сделали массовые профилактические прививки? Они сенсибилизировали население, создали избыточные реакции иммунитета – аллергия, общая избыточная клеточная реакция, рак – местная избыточная клеточная реакция.

Что сделало массовое применение химиопрепаратов и антибиотиков, в том числе у новорожденных и беременных женщин? Подавило естественные реакции иммунитета. Появилась патология, не поддающаяся лечению. В ход пошли гормональные препараты, обладающие мощным цитостатическим действием. Они останавливали рост и размножение клеток, снимали воспалительные реакции, но подавляли иммунитет. В ответ на такую удручающую картину на арене появились иммунномодуляторы-активаторы иммунной системы.

Результат – полнейшее нарушение, извращение иммунных реакций организма человека, их подавление. Как следствие, активизируются инфекции, с которыми мы казалось покончили. Вспышка дифтерии среди взрослых и детей. Новая поголовная иммунизация – новое нарушение иммунного фонда населения, не говоря уже о смертельных случаях от прививок. Становятся жертвами те, у кого больные почки, но они даже не подозревали об этом. Чем кончится подобная «медицина»? Это

искусственная медицина, венцом достижений которой стал СПИД – синдром приобретенного иммуннодефицита. Уж действительно приобретенного людьми благодаря усилиям нескольких поколений инфекционистов и фармакологов.

А где же выход? Что делать? Позволить людям умирать от дифтерии и туберкулеза? Нет! Не допустить этих заболеваний? Как? Обеспечив правильный ход обменных реакций в организме, т. е. правильный обмен веществ. А где начало этого обмена веществ? О каких веществах идет речь? О тех, которые организм принимает из внешней среды и тех, которые возвращает в эту среду, т.е обменивается с ней. Начало – вдыхаемый воздух и пища, конец – конечные продукты всей совокупности химических реакций в организме. Когда начинается нарушение хода этих реакций? Когда в организм поступают неправильные исходные продукты, т.е. неправильная пища в сочетании с загрязненным воздухом. Но в количественном отношении пища играет первенствующую роль. Когда начинается любая болезнь – от поноса, ангины и до инфаркта? Когда принятая еда начинает гнить в кишечнике и выделять токсины гниения – трупные яды: амины, путресцин, кадаверин, птомаины и т.п. А когда она гниет? Всегда. Почему? Причин тому несколько: мы едим слишком часто, не успевая переварить то, что съели, мы едим несовместимые смеси и, наконец, мы едим то, что нам есть не положено природой – чужеродные животные белки, т.е. мясные продукты. Биология – анатомия и физиология человека очень отличается от биологии хищников, и то, что переваривается без гниения в желудучно-кишечном тракте хищных животных, загнивает в кишечнике человека вследствии нехватки пищеварительных ферментов для расщепления животныъ белков до аминокислот и недостаточно кислой среды желудка и кишечника.

В результате полусгнившая масса этих белков задерживается в пищеварительной трубке не менее 6–8 часов, выделив за это время достаточное количество трупных ядов, попадающих из кишечника в печень с кровью воротной вены. Печень нейтрализует эти яды и, возвращая их в кровь в обезвреженном виде, отправляет в почки, которые выделяют их с мочой. Но так как этих токсинов гниения в результате избыточного употребления мясной пищи у нас образуется слишком много, печень не успевает их полностью обезвредить и поступая в кровь они разносятся по всем органам организма, попадая в мозг – головные боли, мигрень, нарушение психики; в сосуды нижних конечностей, прямой кишки, откуда особенно затруднен отток – облитерирующий эндартерит, трофические язвы, рожистые воспаления, геморрой; в слизистую желудка и кишечника – язвенная болезнь, неспецифический язвенный колит, в слизистую бронхов, ткань легких, миндалины, аппендикс – бронхиты, астма, пневмония, ангина, аппендицит; в придаточные пазухи носа – синуситы, потом – аллергии (в том числе и на цветочную пыльцу); в коронарные сосуды сердца – инфаркт, ишемическая болезнь сердца; в поджелудочную железу – диабет, панкреатит; в щитовидную железу – тиреотоксикоз, тиреодит и т.п.

Что еще заносится кровью во все эти органы в процессе неправильного пищеварения? Заносятся чужеродные белковые молекулы. Биохимиками установлено совершенно точно, что 40% белковых молекул пищи всасывается в тонком кишечнике нерасщепленными. Что это означает? Это означает образование в организме антител в ответ на этот антигенный белковый материал. Иными словами – на каждый килограмм съеденного мяса, сыра, творога образуется 400 г своих собственных клеток соединительной ткани, выплывающих в кровеносное русло и тканевую жидкость и пожирающих «чужие» белковые молекулы, ибо эти молекулы наши враги, они несут чужеродную информацию и если их не разрушить они потенциально способны изменить тип белкового синтеза, а организм заботится о сохранении видовой и индивидуальной специфичности (иначе, поедая говядину и свинину, чего доброго, превратились бы в коров и свиней). Итак, есть антиген, и в

ответ на него синтезированное антитело: две белковые субстанции, взаимоуничтожающие друг друга – два трупа в межтканевом пространстве, но их накапливается огромное количество в течение многих лет употребления животных белков, т.е. накапливается мертвая ткань, гниющая в клетках. Это и есть гной, накапливающийся в глоточных миндалинах – ангина; придаточных пазухах носа – гайморит; аппендиксе – аппендицит; подкожной клетчатке – фурункулез, рожистое воспаление, псориаз и все кожные болезни; бронхах – бронхит, астма и т.д.

Что же является конечным продуктом тех 60% белковых молекул, которые мы сумели расщепить в желудке и кишечнике (ценою приобретения гастрита, панкреатита, колита и т.д.)? Конечный продукт их расщепления – мочевина, мочевая кислота, креатин, креатинин и др. азотистые соединения. Прежде чем выделить азот, являющийся продуктом расщепления белка, организм должен его синтезировать в виде, пригодном для выделения, не повреждающем ткани.

Таким, достаточно нейтральным продуктом является мочевина, которую синтезирует печень и выделяют почки. о по данным русского биохимика Капланского и американского Фолина, 60% принятых организмом белков, расщепляясь в пищеварительной трубке, попадает сразу в печень для синтеза мочевины, так и не достигнув общего круга кровообращения, т.е. печень наша при современном образе питания цивилизованного человека, превращена в некий завод по прямой переработке сырья (пищи) в отходы (мочевина). Но если бы мы освободили ее от этого тяжкого и неблагодарного труда ассанизатора наших отходов, печень гораздо лучше выполняла бы благородную задачу синтеза индивидуальных белков – тонкодисперсных альбуминов из углеводистых цепочек углеводов фруктов, меда и овощей с присоединением к ним азота, образующегося при распаде наших собственных отработанных белков.

Но кроме мочевины, которая достаточно легко растворяется и выделяется с мочой, в качестве конечного продукта пуринового обмена (т.е. ядерного вещества клеток) мы имеет в нашем организме мочевую кислоту. А это кристаллическое, труднорастворимое вещество, которое имеет склонность накапливаться в соединительной ткани и особенно в суставных хрящах и дерме. Кристаллы мочевой кислоты с острыми, как лезвие бритвы, краями травмируют эти ткани, вызывая в них боли и воспалительный процесс. Точно также они накапливаются в оболочках мозга, отсюда все разновидности артрозо-артритов, мигрени, кожных болезней, остеохондроза.

Нарушения обмена веществ вследствие неправильного питания имеют еще множество аспектов, но мы перечислили основные.

А что же опухоль? Когда развивается рак? Раковая опухоль начинает развиваться, когда где-то накопилось слишком много гноя и организму необходимо избавиться от него. Тогда идет синтез атипичных, агрессивных клеток соединительной ткани, которые могут принимать вид жгутиковых и еще другие разновидности. Тогда и те простейшие, которые обитали на наших слизистых, как безобидные сапрофиты, становятся агрессивными, т.к. они имеют обильное питание токсинами гноя. Организм переходит на военное положение и развязывает клеточную войну. Но фронт здесь пока локализован – развивается опухоль, т.е. скопление агрессивных нефифференцированных клеток в месте, наиболее близком к гнойному очагу. Если это хронический обструктивный бронхит (а этим заболеванием в той или иной степени страдают все), то у женщин – мастопатия или рак молочных желез, у мужчин – инфаркт миокарда, рак легких, болезнь Бехтерева. Если скопления гноя в стенках толстого кишечника, аппендиксе – рак кишечника, опухоли яичников, миома, рак

шейки матки, простатит, аденома простаты и т.п. Хронические синуситы – опухоли мозга или другие заболевания лицевого и мозгового черепа, в том числе кариес зубов и парадонтоз, не жгутиковые – вызывают кариес, а гнойные токсины гайморовых пазух, тут же активизируются жгутиковые или появляются клетки соединительной ткани с элементами жгутиковых – агрессивные, амебовидные, способные поглощать и уничтожать гнойные токсины.

То же самое мы имеем при аллергиях. Механизм развития этого состояния совершенно тот же, с той лишь разницей, что аллергия – это клеточная война тотальным (фронтом), а не локализованным, как при опухоли. Здесь театр военных действий – это кровь и тканевая жидкость организма – избыточные иммунные тела, активные, поглощающие аллергены (пыльцу амброзии и других цветочных растений и др.), наводняют кровь и тканевую жидкость, создавая избыточные тканевые реакции преимущественно в дыхательных органах (бронхиальная астма) или на коже (диатезы у детей, экзема, псориаз, нейродермит у взрослых) или в области носоглотки (всевозможные поллинозы, сопровождающиеся конънктивитами и другой глазной патологией).

Как ни странно это звучит, но механизм развития острых и хронических лейкозов, лимфогрануломатозов и, вообще, всей патлогии белой крови, тот же самый, который описан при образовании опухолей. Здесь особенность заключается в том, что нарушаются иммунные барьеры костного мозга и в нем возникают гнойные очаги, подобные фурункулезу. Ответные реакции костного мозга или лимфоузлов, это и есть наводнение кровеносного русла лейкоцитами и лимфоцитами.

Во всех этих случаях нужно помнить: рак, аллергии, лейкозы возникают в организме с сильной, способной и активной борьбе с гноем и чужеродными молекулами иммунной системой. В организме, лишенном этих способностей иммунитета, мы имеем долго незаживающие хронические гнойные процессы (дегенеративные) или попросту – СПИД. Все специфические образования, найденные при СПИДе ни что иное, как клетки соединительной ткани организма, видоизмененные в длительном патологическом процессе.

Радио– и химиотерапия (азоиприты – потенциальные БОВ) и иммуннодепресанты циклофосфанового ряда, это только яды, парализующие клеточную реакцию размножения и потому сдерживающие рост опухоли и разрушающие ее. Но гораздо больше они разрушают здоровых клеток соединительной ткани, так что делают гибель ракового больного совершенно неизбежной. Как же все-таки вылечить рак, если нельзя применять облучение и химиотерапию, а операция стимулирует рост метастазов? На специфические противотрихомонадные препараты надежды тоже мало, и это только временная мера. Это и неудивительно. Всякое специфическое лечение, т.е. лечение только данной болезни является симптоматическим, потому что любая болезнь, это симптом общего нарушения функций организма.

Если у больного раковая опухоль, это значит нарушен обмен веществ. Цепочку этих нарушений мы уже описали, к тому же, у него ряд других болезней. Нужно лечить все сразу и одновременно, т.е. лечить больного, а не болезнь, и лечить общими неспецифическими методами, т.е. одним единственным методом – очищение тканей и полостей организма, индивидуализировав их для каждого больного.

В комплекс этих мер входят многократные промывания кишечника различными составами соков и отваров трав, питье овощных и фруктовых соков при полном воздержании от другой пищи: различные сроки сокового питания чередуются с

приемом сырых фруктов и протертых салатов. Поддерживается работа щитовидной железы приемом синего йода, очищаются придаточные пазухи носа закапыванием сока клубня цикламена, листьев коланхое, сока красной свеклы. Идет беспощадная борьба с гноем в местах его накопления. Иногда приходится удалять оперативно гнойны кисты яичников, почек. Саму опухоль не нужно трогать, это арсенал взрывчатки, которая может взорваться при любом прикосновении, и дать агрессивнейшие метастазы. Нужно только тщательно и упорно очищать организм.

Но лучше всего, безусловно, не дать возникнуть опухоли. А для этого нужно соблюдать гигиену питания еще до рождения ребенка, т.е. профилактику рака нужно начинать до рождения человека, обучая беременную женщину правильному питанию не образующему гноя в ее организме. Ведь этот гной немедленно переходит в ткани плода и потому, дети после рождения болеют, простуживаясь, ангиной, бронхитом, пневмонией, ОРЗ и т.п. Ведь болезнь, это не результат простуды, а результат того, что забитые, нафаршированные гноем ткани начинают выделять этот гной, а простуда только способствует этоу, т.е. начинает очищение. Нужно его продолжать, а не прекращать, что мы делаем, применяя лекарства.

Профилактические прививки, нарушающие нормальный иммунитет, совершенно излишни, если ребенок выношен в чистом организме (есть специальные методики очищения для беременных) и вскормлен чистым грудным материнским молоком. А для этого, кормящая мать должна обязательно периодически очищать кишечник питьем солевого слабительного, отваров трав с медом и большим количеством цитрусовых соков, периодически – по 5–7 дней пить только свежевыжатые овощные и фруктовые соки, кушать много лука, чеснока в салатах (свежих овощных и зеленых) и совершенно отказаться на период беременности и кормления от мясных и молочных продуктов (кроме сливочного масла и домашних сливок). Вот тогда ребенку обеспечены чистые ткани и гарантия не заболеть ничем и никогда! А если все-таки очищение проводилось недостаточно, и ребенок заболел, вылечить его очень легко: промывание кишечника, отвары трав с медом и соком лимона, фруктовые соки от одного до трех дней вполне достаточны дл ликвидации поноса, высокой температуры, ангины, ОРЗ. И такой ребенок никогда не попадет в стационар, он очистится и выздоровеет. Если мать кормит грудью при болезни ребенка, она начинает внеочередное очищение: солевое слабительное, промывание кишечника, воздержание от пищи с обильным питьем соков и отваров трав с медом, закапывание сока клубней цикломена в ноздри для выведения гноя из придаточных пазух, очищается грудное молоко, ребенок выздоравливает. Не менее важны для приобретения полноценного иммунитета правильные роды (немедленное прикладывание к материнской груди и обрезание пуповины только после прекращения ее пульсации), ребенок таким образом получает молозиво и плацентарную кровь, особенно богатую иммуногеннобулинами. При раннем обрезании пуповины ребенок недополучает около 180 см3 плацентарной крови, что, конечно же, вызывает у него и анемию и недостаточность иммунитета. К тому же, такое ведение родов очень облегчает отделение плаценты и роды практически получаются бескровными. Роженица получает возможность активного передвижения уже в первые сутки после родов. Ребенок спокоен, он рядом с матерью, она его кормит грудью, когда он этого требует. Нет опасности скопления молока в грудных железах, необходимости его сцеживания. Отсюда еще одна крайняя необходимость – обучать беременные пары домашним родам и проводить роды дома, хотя бы, с помощью акушерки. Это – гарантия избежать внутрибольничной инфекции – стафилококкового сепсиса, который может очень даже успешно заложить основы появления злокачественной опухоли лет через 30–40.

Это вопрос первостепенной важности, требующий несколько более подробного

рассмотрения, точнее, это стратегия здравоохранения нации, и если мы ее оставим без внимания, как это делалось до сих пор, то мы не получим ничего, кроме угрозы вырождения и реального вырождения.

Дело обстоит следующим образом: начало вырождению любой человеческой популяции кладет ликвидация сел и деревень, т.е. мест естественного традиционного проживания этноса с традиционным сельским хозяйством и педагогикой, т.е. нравственностью. Ликвидация подобных естественных очагов проживания людей, их скопления в технизированных, урбанизированных городах с искусственной средой обитания, безусловно, ухудшает здоровье уже первого поколения, переселившегося в город. Следующие генерации людей рождающихся в городе испытывают на себе весь его экологический прессинг (химический, шумовой, компьютерный), плюс еще лекарственный, сопровождающий человека со дня его рождения всю жизнь. Эти поколения, естественно, могут только вырождаться физически и нравственно, что и имеет место реально. В городе дети и подростки намного более уязвимы и беззащитны перед пороками общества. Проституция и наркомания стали сегодня среди городских подростков настолько обыденным явлением, что уже не осуждаются обществом. Вполне респектабельные и гуманитарные издания спокойно пишут о «гуманных» методах предохранения от беременности девочек-подростков, рекомендуя оральный секс или новейшие «очень полезные» противозачаточные таблетки. Также легализуется и освещается в печати содомский грех. Ниже пасть наверное невозможно. Общество, растлевающее детей, не имеет будущего.

Благодаря развитию коммуникаций и средств массовой информации, деревня, безусловно, не осталась несведущей подобных «новшеств». Однако в любой еще существующей деревне есть свой микросоциум, соблюдающий в той или иной степени нравственность и мораль. И поэтому необходимо укреплять и возрождать любое, самое маленькое сельское поселение. Обществу и государству это не представляет лишнего расхода. Где бы ни жили люди на земле, они эту землю обрабатывают, они кормят и себя и других. Надо только помогать им, не мешать делать это.

Хорошо известно, что ликвидация села начинается с ликвидации школы и больницы. Если открывать во всех деревнях и селах школы и больницы, эти села будут заселяться, а не запустевать. Больницы, где население будет обучаться гигиеническому, экологически адекватному питанию и повдению в социуме и среде, резко повысит качество здоровья любого социума.

В урбанизированных городах работа подсобных стационаров естественного лечения малоэффективна, поскольку в них отсутствуют экологические факторы, необходимые, как первичные, для излечения естественными методами. Для реального излечения (а не компенсации) болезни необходимы в качестве предпосылок чистый воздух,отсутствие шумового и любого техногенного загрязнения среды. Все эти условия в значительной степени еще можно найти почти в каждом селе. И поэтому в таких сельских больницах нужно лечить не только сельское, но и городское население, хотя бы на время болезни поместив больного в естественную среду обитания. Что касается сложной диагностической аппаратуры, необходимой для лечения, то она, вообще, не нужна. Диагноз совершенно точно может ставить каждый врач, если он умеет пользоваться для этого руками, фонендоскопом и головой, т.е. умеет правильно и профессионально лечить. В конце концов, диагностика всегда может быть прооведена в городской поликлинике, стационарное же лечение должно проводиться в селе, тем более, лечение городских детей. Для них, конечно, нужно организовать как можно больше больниц с обучением. Педагогические кадры всегда найдутся на селе. Теснейшее и активное общение с

природой в детстве, это условие нормального здорового роста человеческой личности. Больница, школа и библиотека в селе – вот те очаги культуры, которые позволят сельскому населению приобрести настоящую, а не суррогатную городскую «антикультуру». Человек начинается с пищи, которую он съедает. Известно высказывание древних: «Скажи мне, что ты ешь, и я скажу, кто ты».

Экологическая здравница на селе, это рассадник экологической культуры в человеческом социуме; гигиены питанияи взаимоотношений со средой и внутри социума. Правильное питание беременной женщины и правильное поведение будущей матери и ее окружающих определяют не только физическое здоровье, но и нравственный облик ребенка и будущего взрослого человека.

Вся эта информация, сконцентрированная в сельской экологической здравнице, распространяется через ее пациентов, которые не только вылечиваются, но и обучаются экологически адекватным вкусам и навыкам. Именно таким образом организовав охрану здоровья населения, т.е. здравоохранение, можно добиться того, что прекратится превращение острых детских заболеваний в хроническую патологию взрослого населения, которая вызывает преждевременную смерть, т.е. уже сокращение численности нации.

Это сегодняшняя реальность, которой не удалось избежать несмотря на все современные технические достижения медицины (диагностическую технику, технологии операций и родовспоможения, и новейшие фармакологические препараты). Лечение людей нужно дополнять обучением естественным методам лечения, т.е. экологически адекватному лечению и предохранению от болезней.

Что такое СПИД и как его вылечить?

СПИД – это синдром приобретенного иммунодефицита в отличие от врожденного, который встречается крайне редко (пока!) и совершенно несовместим с жизнью. Дети с врожденным иммунодефицитом погибают в первые же дни жизни, т.к. встреча с любым микроорганизмом для них невыносима – ткани начисто лишены способности уничтожать вирусы и микробы и нейтрализовать их токсины, хотя время от времени в печати появляются сообщения о том, что в Америке такой ребенок живет в специальной прозрачной стерильной камере, куда все подается стерильное, даже воздух. Называются эти дети гнотобиоты. Итак, с врожденным иммунодефицитом все ясно.

Но если уж нам повезло и мы родились жизнеспособными, то как бы не приобрести этот иммунодефицит в течение нашего земного существования?

На самом деле, едва родившись на свет, мы делаем все возможное, чтобы его приобрести. Что же этому способствует?

Начнем сначала: загрязненный, недостаточно насыщенный легкими ионами воздух городов и закрытых помещений, яркий электрический свет, вообще, электрические приборы и излучающие экраны (телевизор и т.п.), недостаточно чистая с примесью дезинфицирующих средств питьевая вода, денатурированная тепловой обработкой пища, стрессовые ситуации со знаком минус, которых как ни странно, ребенок испытывает даже больше, чем взрослый, вследствие незащищенности своей психики. Каждый детский плач разрушает иммунную систему ребенка и его душевную структуру.

И если кратковременные стрессы сравнительно безобидны, если они сменяются прочными положительными эмоциями, то длительные стрессовые ситуации буквально губительны для иммунитета, т.к. разрушают биополе тканей организма, оголяют клетки от энергетического «кокона» и разрушают их. (О целительном воздействии положительных эмоций известно с самого начала существования человечества, а в наше время выяснилось, что смехом можно даже вылечить рак). Если ко всему сказанному присоединить загрязнение среды вследствие нарушения экологического равновесия на планете техногенным прессингом на природу за последние 150 лет, картина станет полной.

Ясно, что нарушение экологического равновесия среды вне организма сопровождается нарушением эндоэкологии, т.е. его внутренней среды, чему в немалой степени способствуют лекарственные средства – химиопрепараты, антибиотики, гормоны, а также массовые профилактические прививки, заставляющие иммунную систему работать в несвойственном ей режиме.

Вся эта многосторонняя и многоуровневая атака на организм, включая сюда недостаток реального питания клеток организма пищей, содержащей натуральные витамины, микроэлементы, белки, жиры и углеводы (т.е. продукты, созданные природой и не испорченные различного рода обработкой), ведет естественным образом к неспособности тканей нейтрализовать вирусы и микробы, т.е. к иммунодефициту.

На фоне такого пониженного уровня сопротивляемости ранее непатогенная микрофлора (а точнее, условно-патогенная, т.е. такая, с которой организм вполне может сосуществовать и носить ее на слизистых оболочках дыхательной, пищеварительной и мочеполовой систем), становится патогенной и даже убийственной для него. Именно поэтому на смену старым, «побежденным» лекарствами и прививками болезням (чума, оспа, холера) появляются новые болезни, вызванные ранее неизвестными вирусами (СПИД, «болезнь легионеров», вирус Эбола и др.). Они на самом деле не появляются, а проявляются в новой, необычной для человека, как биологического вида, экологической ситуации, т.е. в нашей сегодняшней урбанизированной, технизированной среде. Адаптация к ней потребует больших человеческих жертв, что сегодня и происходит, а в будущем, возможно, приведет к трансмутации вида, и, неизвестно, станет ли это благом или злом.

В настоящее время СПИД можно не допустить, защищая по возможности иммунную систему правильным гигиеническим поведением (питанием и др.). Если же организм уже поражен вирусом вследствие несостоятельности иммунной системы, ее можно восстановить до нормального статуса методами естественной медицины, т.е. очищением организма на уровне тканей и клеток и последующим биологически полноценным тканевым питанием. Таким образом, полностью излечиваются неизлечимые лекарственными средствами заболевания: аллергии, бронхиальная астма, ревматические полиартриты и болезнь Бехтерева, гипертонии, упорные головные боли, неспецифический язвенный колит, язва желудка, вирусный гепатит и цирроз печени, лимфогрануломатоз. Однако такое лечение требует такого времени, какое необходимо для обновления тканей всего организма (т.е. полного излечения, а не только снятия симптомов). А это – 9–12 месяцев.

Все биологические процессы в природе и в организме имеют свои периоды и ритмы, которые изучает биоритмология.

Лечение, согласованное с природой в качественном и количественном аспектах,

безошибочно, безвредно и успешно всегда.

Нами разработана методика лечения СПИДа естественными методами экологической медицины.

СПИД не спит

Говорят, у некоторых африканских проституток нашли антитела к вирусу СПИДа. Вроде бы этот факт подтвержден документально, на основании чего американские ученые с удвоенным энтузиазмом стали работать над созданием заветной вакцины и даже наметили конкретную дату ее появления – 2008 год. Дай Бог, как говорится. Ну а пока что все без исключения страны коротают время до этого знаменательного события. Причем Россия коротает так, что количество ВИЧ-положительных прибывает в геометрической прогрессии.

То, что происходит сегодня в нашей стране, пора называть катастрофой. Если до 1996 года прирост зараженных составлял по нескольку сотен в год, то в последнюю пятилетку СПИД, словно с цепи сорвался. В 2000 году болезнь накрыла новых 50000 человек, а только за три месяца этого года прибавилось еще 25000. Причем речь ведется только о зарегистрированных случаях, а это (по самым скромным подсчетам) составляет только одну десятую часть от реального положения дел.

Если не предпринимать никаких шагов, в ближайшие 5–6 лет, общее количество зараженных россиян составит около трех миллионов человек. Заражение пойдет со скоростью 300 тысяч в год. Наиболее опасными регионами считаются Санкт-Петербург и Ленинградская область, а также Самарская, Кемеровская, Пермская, Рязанская, Ульяновская, Оренбургская, Челябинская и Ивановская области.

Почему статистика так хладнокровно прогнозирует инфицирование больших слоев населения? Потому что в нашей стране практически ничего не делается для профилактики СПИДа. Чтобы провести профилактическую работу, от которой будет реальная польза, потребуется 70 млн. долларов. Федеральный бюджет выделяет на эти цели только 40 млн. рублей. В переводе на доллары эта сумма равна годовым затратам небольшого западного госпиталя.

В общем, денег нет, государство бедное и, скорее всего, скупое. А скупой, как известно, платит дважды. Лечение одного больного стоит десять тысяч долларов в год. Понятно, что применяемая терапия не излечивает заболевания, а только продлевает жизнь на неопределенный срок. Если умножить количество больных на десять тысяч долларов, то сумма окажется без преувеличения астрономической.

На 1 апреля этого года зарегистрировано 103024 инфицированных россиян. Из них – 1362 ребенка. За весь 2000 год было выявлено заболевших в два раза больше, чем за предыдущие тринадцать лет.

Главный прирост дает Московская область – 14396 случаев. Далее идут Москва (10881), Иркутская область (8842), Санкт-Петербург (7582), Самарская область (4947), Свердловская область (4535), Оренбургская область (4286), Калининградская область (3140). Среди инфицированного населения преобладают мужчины. Пациенты в возрасте 20–30 лет составляют 60 процентов.

Извечный вопрос: что делать? Ждать вакцины? Но у России, как всегда, свои нюансы: оказывается, что на нашей территории в основном распространен вирус. А,

в других странах действуют другие типы. То есть долгожданная американская вакцина, скорее всего, пролетит мимо. И потом, есть ли смысл уповать на вакцину, когда к предполагаемому моменту ее создания в России будет уже 2,5 миллиона зараженных?

Из сегодняшнего дня на эту цифру еще можно повлиять, как это делается во Франции, Германии, Канаде и других благополучных государствах. Там постоянно действуют государственные программы, направленные на борьбу со СПИДом, благодаря чему количество новых случаев стало заметно снижаться.

В 1996 году пораженность населения была 0,6 человека на каждые сто тысяч человек, сейчас этот показатель равен 70,8. Считается, что заниматься профилактикой надо, прежде всего с детьми, потому что среднее поколение, как правило, уже потеряно. Это касается не только борьбы со СПИДом, но и с курением, наркоманией и так далее. Но как заниматься, если основным профилактическим компонентом является вопрос полового просвещения, а школьные учителя до сих пор краснеют при одном упоминании этой скользкой темы? Остается одно: родители, радио, газеты. Несколько лет назад журнал «Ньюсуик» выпустил специальный номер, в котором поместил маленькие фотографии всех американцев, умерших от СПИДа. А под фотографиями – краткое жизнеописание. Подействовало невероятно.

Во всем мире от СПИДа умерло уже 13 миллионов человек. По словам руководителя федерального центра по профилактике СПИДа Вадима Покровского, у нас тревогу на государственном уровне не бьют только потому, что основная масса зараженных россиян еще не начала умирать. За последние 13 лет у нас от СПИДа умерло 995 человек, из них 119 детей.

От заражения до смерти проходит в среднем 12 лет (в отдельных случаях продолжительность возрастает до 20 лет, но это исключение). Клинические симптомы заболевания проявляются на восьмой год. Если учесть, что основная армия ВИЧ-положительных начала формироваться в 1996 году, то печальных всходов можно ожидать к 2010 году, когда количество умерших составит 100 тысяч.

Александра Данилова

«АиФ», Здоровье, 2002 г.

СПИД пока спит. Но скоро проснется

СПИД – это не вирус и зараза, а неполноценность нашей иммунной системы, вызванная техногенной средой и технократическим мышлением в медицине и сельском хозяйстве, это экологически безграмотное лечение болезней и выращивание продуктов питания.

Сегодня слово СПИД знает каждый, и каждый его боится так же, как боится заболеть гриппом.

Почему люди боятся заболеть? Причина любого страха заключена в неизвестности, незнании.

Почему, победив все инфекции, мы бессильны против СПИДа? Почему здесь не действует то, что вроде бы успешно побеждало чуму, холеру, оспу, дифтерит, коклюш, полиомиелит, брюшной тиф, туберкулез, проказу? То есть почему

химические препараты и профилактические прививки, благодаря которым человечество ликвидировало инфекционные и вирусные болезни, здесь оказались бессильными? Давайте посмотрим, а на самом ли деле мы ликвидировали эти болезни? Нет холеры? Есть в Индии и в других странах. Попадается иногда и у нас. Нет чумы? Но известия о заболевании бубонной чумой в Средней Азии обошли прошлым летом все газеты. Нет туберкулеза, проказы, полиомиелита, дифтерии, кори, паротита, брюшного тифа? Все это есть, но не в прежних масштабах. Инфекции локализованы, но не ликвидированы. Они загнаны в некие созданные для них современной медициной экологические ниши – ограниченный людской контингент.

Реально отсутствует на земле только натуральная оспа. Но какой ценой мы добились этого? Цена весьма сомнительная.

100 с лишним лет фармакотерапии и профилактических прививок разрослись в огромную иммунную лавину организма. Откуда она? От наращивания иммунитета в течение жизни благодаря внешнему и внутреннему загрязнению среды: промышленными и сельскохозяйственными химическими компонентами – внешнее загрязнение пищей, лекарствами, вакцинами – внутреннее загрязнение. Наконец лавина рухнула, и мы получили СПИД. А что означает само это слово? Синдром приобретенного иммунодефицита. Все предельно ясно: налицо иммунодефицит, т.е. дефектность иммунной системы, которую мы к тому же и приобрели. Можно ли говорить о том, что это состояние вызвано неким вирусом? Оно вызвано истощением иммунной системы человечества, а вирус оказался тем последним фактором, который провоцировал это явление, т.е. болезнь.

Врачи ищут, изобретают лекарство против СПИДа. А почему они не ищут лекарства против загрязнения воздуха, воды, почвы химическими компонентами или радиацией? Потому что найти его невозможно? А против СПИДа – возможно? Ведь СПИД – это такое же загрязнение иммунофонда человечества в целом и отдельных людей. Части целого болеют тогда, когда нарушается внутреннее равновесие целого, всей системы, т.е. она не срабатывает или недостаточно возможностей для ее саморегулирования, самовосстановления.

Теперь, когда причина этого состояния нам ясна, подумаем, как ее ликвидировать. Как становится ясно, проблема эта не из простых и требует действий в масштабе общества, а именно: применения мер внутренней гигиены. Это очищение внутренней среды организма, его эндоэкологии – каждого человека и всех вместе.

Какие же меры социальной гигиены? Это максимально возможное освобождение нашей среды от химии, и, прежде всего от сельскохозяйственной.

Далее, в сельском хозяйстве нужно отрегулировать отрасли таким образом, чтобы отдать предпочтение растениеводству, подумать о культурах наиболее питательных, калорийных, биологически полноценных, способных дать кроме углеводов и жиров полноценные белковые продукты. К таким культурам относятся в первую очередь фрукты, орехи, затем овощи, зерновые, масличные, листовые овощи.

Мы мало знаем и применяем в питании больных и здоровых людей такие фрукты-лекарства, как курага, слива, дыня, арбуз, инжир, шелковица, актинидия. Даже виноград и яблоки мы не используем полноценно. Очень мало применяем в повседневном питании свежие овощи – капусту, свеклу, сельдерей, пастернак, батат, топинамбур, стахис, огурцы, тыкву, болгарский перец. А ведь каждое из названных растений – и аптека, и полноценная углеводистая и белковая пища! Нет у нас и в повседневном питании меда, орехов, сушеных фруктов и овощей, нет очень многих

съедобных трав – свежих и сушеных…

Говоря о зерновых, нужно знать, что самой ценной из зерновых культур является гречиха.

Проросшие пшеничные зерна в виде ежедневной добавки к блюдам представляют собой очень богатый источник витаминов и биологически активных веществ. Из молочных продуктов особенно ценно сливочное масло.

Необходимо также знать о вреде, который наносит сахар. Это фактически химический реактив, совершенно лишенный биоэнергии, витаминов и микроэлементов и требующий для своего усвоения несколько десятков ферментов организма. К тому же разряду продуктов относится мука высшего сорта, манная крупа, полированный рис. Посчитаем, какую долю нашей ежедневной пищи составляют эти продукты, лишающие организм биоэнергии, витаминов, микроэлементов, и какую часть свежие фрукты, овощи, мед и орехи – источник и жизни и здоровья?

Сахар должен быть заменен полностью медом и сухофруктами. Та же сахарная свекла в сыром и вареном виде намного полезнее сахара. При наличии достаточного количества такого набора продуктов мясные продукты, по своей природе являющиеся патогенными и разрушающими иммунную систему, становятся излишними. Наконец, один из важнейших моментов в защите иммунной системы ребенка и взрослого: прекращение применения лекарств для лечения острых и хронических заболеваний и прекращение применения профилактических прививок, т.к. ослабленные вакцины, которыми производятся прививки, это чужеродный белковый, т.е. иммуногенный материал, вызывающий в организме гипериммунные реакции, следствием которых становятся сначала избыточный иммунитет, а затем его истощение. Применение гормональных препаратов с целью подавления иммунных реакций при лечении больных ревматизмом, коллагенозами, бронхиальной астмой, псориазом, пневмонией и др., является прямой дорогой к приобретению иммунодефицитного состояния.

Приведем мнение профессора И. Чепурного из Ставрополя: «Человек не может заразиться ВИЧ, если у него не было гепатита или других заболеваний печени. Организм с нормальной иммунной системой не подвержен этому заболеванию. Если у человека здоровые клетки, вирус не сможет заставить их работать на себя, так как в организме есть собственная природная защита, так называемая система очистки генов. И далее: «…число лиц с приобретенным иммунодефицитом непрерывно увеличивается. Одна из причин – все возрастающее применение в медицине препаратов, вызывающих угнетение и подавление иммунитета человека».

Как было бы прекрасно, если бы средства, затрачиваемые на поиски лекарств и вакцин против СПИДа, пошли бы на исправление экономики и экологии и создание очень простых, экологически чистых лечебных учреждений, в которых вместо привычки глотать таблетки и принимать уколы, у больных воспитываются привычки правильного гигиенического питании.

Защищайте и восстанавливайте возможности иммунной системы хотя бы тем, что не разрушайте ее. Таким образом, вы сумеете уберечься от СПИДа, от гриппа и даже от рака. Особенно щадите иммунную систему детей – четвертое поколение, выросшее в химической среде, особенно уязвимо и нуждается в особой защите от лекарств!

1992 г. «Краснодарские известия»

Через 10 лет после публикации этой статьи в «КИ» в газете «АиФ-Здоровье» появилась статья – «СПИД не спит». Приводим ее полностью для того, чтобы читатели смогли сделать вывод: *научными прогнозами нельзя пренебрегать,* ибо в законах природы не нарушается принцип причины и следствия.

Программа борьбы со СПИДом

СПИД – «Чума XX века» (первая вирусная инфекция не с локальными очагами, а с пандемией), охватившая к 1981 году 124 страны мира. В настоящее время СПИД стал ведущей темой, привлекающей внимание медицинской науки и практического здравоохранения всех стран мира в связи с быстрым распространением инфекции, не знавшей аналогов среди других инфекционных заболеваний.

Первое сообщение о неизвестной болезни было опубликовано в 1980 году в США. Через год эта же болезнь была зарегистрирована в Западной Европе.

Наблюдение за эпидемиологией позволили обосновать гипотезу о существовании ранее неизвестного инфекционного агента, характеризуемого одновременно инфекционными, онкогенными и иммунодепрессивными свойствами.

В 1983 г. независимо друг от друга Л. Монтанье (Франция) и Р. Галло (США) выделили Т-лимфотропный ретровирус от больного с лимфоаденопатией, названный первоначально «вирус, ассоциированный с лимфоаденопатией». Позже были получены аналогичные вирусы и антитела к вирусу от больных СПИДом. Вирус был обозначен МТУ и отличался от вирусов НТУ-I и НТУ-II, выделенных от больных лейкозом с выраженными инфекционными онкогенными и иммунодепрессивными свойствами. Говорилось о лабораторном происхождении вируса, селекционированного в качестве бактериологического оружия, однако маловероятна разработка бакоружия, которым трудно заражать людей и эффекта, от применения которого нужно ждать несколько лет.

Более аргументированы теории естественного происхождения вируса. После его выделения у африканских зеленых мартышек и других приматов и определения склонности вируса к мутации возникло предположение, что «обезьяний» вирус путем отрицательной мутации мог транспортироваться в возбудителя СПИДа. Предполагается, что из Африки вирус был перенесен на о. Гаити и оттуда – в США. Этому способствовала массовая закупка фирмами США дешевой донорской крови в странах Африки. Рост проституции и наркомании также способствовал распространению вируса МТУ.

По данным ВОЗ, на март 1988 г. в 133 странах зарегистрировано 131433 случая заболевания, однако реальная цифра больных составляет 150 тыс. Эксперты ВОЗ считают, что сейчас насчитывается от 5 до 10 млн. человек зараженных ВИЧ. К 1991 г. примерно 1 млн. из них заболеет СПИДом. Наблюдения показали, что число регистрируемых больных и вирусоносителей СПИДа постоянно увеличивается.

В среднем через каждые 8–10 часов число больных удваивается!

Такова ситуация в мире на сегодняшний день. Россия не составляет в ней исключения.

По данным американского проф. Дж. Груммана, в нашей стране даже существуют более благоприятные условия для распространения СПИДа, чем во многих африканских странах (ЛГ № 161989), хотя наши ученые не настроены столь пессимистично, видимо, подобная угроза и заставила создать у нас Ассоциацию по борьбе со СПИДом.

Что же представляет собой СПИД в аспекте будущего выживания человеческой расы?

По всем имеющимся данным, он претендует стать универсальной патологией, поражающей все ткани организма и не знающей государственных, расовых, возрастных и половых ограничений, следовательно, представляет реальную угрозу существованию человечества.

Ни одно заболевание, а тем более СПИД, нельзя рассматривать изолированно, вне экологической ситуации, в которой оно развертывается вне экологических связей организма, а также филогенетического анализа его генофонда.

На основании имеющихся уже в медицинской науке данных постараемся уяснить себе патогенез заболевания для возможного выяснения его истинных этиологических факторов (причин). Возможно, мы сумеем ликвидировать нависшую над человеческим родом угрозу, ликвидировав эти факторы – причины возникновения СПИДа.

Итак, возбудитель СПИДа обладает специфическим тропизмом к Т4=лимфоцитам (Т-хелперы), что ведет к гибели лимфоцитов, а не их пролиферации (в отличие от других Т-лимфоцитарных вирусов). В то же время зафиксирован процесс активной продукции Т-клетками вируса без видимых цитопатических изменений – замедленное действие вируса. Имеет место также избыточный выброс гуморальных факторов, которые активируют В-лимфоцитарную систему, в результате наступает гиперпродукция иммуноглобулинов. Так образуется порочный круг: дефицит лейкоцитов, нарушение иммунитета и гиперпродукция гуморальных его компонентов, в конечном счете, также истощающая возможности иммунитета.

Наступает также дефект системы моноцитов – теряется их способность к хемотаксису, фитотаксическая активность, способность к продукции интерферона I.

В крови повышается уровень альфа-интерферона, но понижается способность лейкоцитов реагировать на его воздействие.

Перечисленных нарушений достаточно, чтобы организм стал легко уязвим даже для условно патогенной микрофлоры. Происходит активизация как эндогенной микрофлоры (вирус герпеса, грибки СапсПс1а), так и экзогенных бактерий. Вследствие онкогенной активности вируса более чем у 1/3 больных развиваются онкогенные поражения кожи в виде саркомы Капоши.

Итак, из дефектов иммунитета отметим количественное снижение и качественные дефекты Т-лимфоцитов, увеличение спонтанной продукции иммуноглобулинов, дефект антиген-специфического ответа, дефект лейкогенного ответа Т-клеточных структур, уменьшение цитотаксическои активности, снижение способности отвечать продукцией антител на новый антиген, нарушение функции моноцитов, появление антилимфоцитарных антител, супрессерных факторов. Все это приводит к синдрому приобретенного иммунодефицита, узловым моментом в котором является Т-хелперный дефицит и функциональная неспособность этих клеток (Т-лимфоцитов)

стимулировать В-лимфоциты, т.е. организм становится беззащитным к агрессивным факторам внешней и внутренней среды. Развиваются инфекция или опухолевый процесс, угрожающие жизни. На этом иммунологическом фоне характерна активизация дремлющей инфекции – туберкулез, глубокие микозы, пиодермия, то есть весьма часто подобные процессы предшествуют заболеванию. СПИД возникает на фоне уже истощенного (предварительно-избыточного и извращенного иммунитета). Возникают характерные пневмонии, лимфоаденопатии, не выявленная лихорадка. Все патологические процессы торпидны, резистентны к антибиотикам и сульфапрепаратам. Поражения желудочно-кишечного тракта характерны как диаррейный синдром и истощение. Возникают менингиты, нередки изнуряющая лихорадка и сепсис, приводящие к гибели. Особенно часты всевозможные пиодермии (стрепто и стафилодермии), новообразования, резистентные к цитостатическим препаратам, аллергические проявления в виде крапивницы с персистирующими высыпаниями.

В настоящее время выработаны достаточно надежные диагностические тесты, позволяющие выявлять как больных, так и носителей вируса. Однако, как указывают авторы учебного пособия «СПИД. Проблемы лечения и профилактики» (М., 1989) Л. Д. Тищенко, Г. К. Гагаев, А. Б. Сомов, лечение больных СПИДом остается нерешенной проблемой из-за отсутствия эффективных этиотропных средств.

Возникает вопрос: как могут какие-либо этиотропные средства вылечить это заболевание? Как? Уничтожением вируса? А как же сопровождающие биоцидные эффекты этих препаратов на фоне истощенного иммунитета? Ведь химиотерапия, идя с фанатичным упорством на войну против микробов синтезом все новых «химических пуль», поражающих якобы «микробную мишень» (П. Эрлих), создала такой порочный арсенал этого самого химического оружия против всевозможной микрофлоры, активнейшее применение которого и привело в конечном итоге вместе с химическим загрязнением среды к иммунологической несостоятельности иммунофонда человечества. Актом, увенчивающим эту войну человека с собственным организмом, и явился синдром приобретенного иммунодефицита.

Кем и когда приобретенного? Человеком и человечеством в историческом процессе нарушения экологических связей организма со средой обитания, с экосферой.

Есть ли смысл искать новый химический препарат против мутированного природного вируса при полнейшей иммунологической несостоятельности макроорганизма? Ведь мутации вирусов бесконечны. В отличие от них человеческий организм стабилен и обладает системами саморегуляции и самокоррекции, обеспечивающими гомеостаз и одной из этих систем и является иммунная система, конечно, не изолированная, а находящаяся во взаимосвязях (обратных связях) с нейрогуморальной и эндокринной системами саморегуляции, в свою очередь, находящимися в многосторонних связях с системами пищеварения, дыхания, выделения.

Где же путь к ликвидации необратимых нарушений иммунитета, спровоцированных мутированным «обезьяньим» вирусом?

Ведь заболевание проявляет однозначную тенденцию к росту. Это не эпидемия оспы или чумы, которые, поражая отдельные, пусть очень большие человеческие контингенты, ликвидируются каким-либо способом (гигиенические мероприятия, предохранительные прививки, химиотерапия). Все это пройденные этапы. Теперь лекарства и профилактические прививки не могут помочь, потому что именно этим

способом мы нарушили иммунный фонд человечества, потому что нарушена святая святых организма – это способность охранять себя, свою физическую индивидуальность.

Каким же путем шел человеческий вид к системному нарушению соединительной ткани, ее уязвимости, невозможности самоотрегулироваться и уничтожать чужеродные структуры?

Очевидно, проблема СПИДа неотделима от проблемы коллагенозов, возникновения их как системной деструкции соединительной ткани, лечения поколениями иммунодепрессантов с растущей биологической агрессивностью (гормональных и негормональных), кстати, лечения безуспешного.

Однако проблема и СПИДа, и коллагенозов уходит своими корнями в экологическое прошлое человечества, к той экологической катастрофе в истории человеческого вида, когда в результате изменения климата на земном шаре и оледенения огромных пространств были практически уничтожены запасы естественной пищи человека – плодов и орехов.

Люди вынужденно обратились к мясоедению, что в тех условиях, очевидно, было равно людоедству, настолько нефизиологичным и неэтичным был этот продукт для плодоядного человека

Но, покрыв огромные пространства, толстым слоем льда, уничтожив многие биологические виды (мамонты и др.), этот катаклизм все же не сумел погубить человека, который изменил свои природные, физиологические, пищевые продукты с растительных на животные.

Началось нарушение одной из важнейших экологических связей человека – трофические цепи извратились употреблением в пищу животного белка, чужеродного человеческому организму по структуре и потому агрессивного, вызывающего микродеструкцию соединительной ткани организма. Пероральный его прием не избавляет от этой опасности, т.к. известно, что около 40% животных белков, принятых с пищей, всасываются в тонком кишечнике на уровне молекул. Всасываясь в кровь, они направляются, прежде всего, в печень – иммунокомпетентный орган. Чужеродная белковая структура в крови – это уже антигенный вызов организму, за которым неминуем тканевый ответ – синтез антител.

Повторные, систематические и нецелесообразные (на пищевые раздражители) иммунные ответы на вторжение чужеродной белковой структуры не могут на протяжении жизни индивидуума (онтогенез) и на протяжении биологической истории вида (филогенез) не расстроить систему соединительной ткани, ее иммунных ответов, не истощить иммунную систему (избыточный иммуногенез), не нарушить возможность ее самокоррекции – единственно реальную возможность излечения любого нарушения организма.

Эпоха технической цивилизации нанесла экологической нише человека непоправимый урон, она сделала ее неспособной к самовосстановлению, т.к. была сопряжена с чрезмерным техногенным загрязнением экосистемы, исчерпанием ее биосферных ресурсов и значительным уменьшением видового разнообразия, что ограничивает восстановление системы за счет взаимодействия в биоценозе.

Подобная пессимизация экологической ниши самым прямым образом сказывается на качестве организмов ее обитателей. Но человек усугубляет свою экологическую

ситуацию тем, что нарушает физиологические закономерности питания и лечения, т.е. коррекции собственной саморегулирующейся системы (живые организмы – открытые системы, обменивающиеся со средой веществом и энергией).

Употребляя в пищу продукты, денатурированные тепловой и другими видами обработки, человек прежде всего обрекает себя на энергетически бедную, лишенную световых калорий (имеющих биологический смысл) энтропийную пищу: при тепловой обработке нарушается нативная структура продукта – носитель биологической энергии. Далее: употребление в пищу животного белка разрушает иммунную систему, благодаря избыточному иммуногенезу, а также вызывая в кишечнике процессы гниения и затем иноксикацию тканей трупными ядами (путресцин, кадаверин, птомаины, индол, скатол). Конечным же продуктом обмена животных белков являются трудновыводимые из организма азотистые соединения в виде мочевой кислоты, которая также вызывает системную деструкцию соединительной ткани организма и желез внутренней секреции. За нарушением физиологического питания следуют болезни всякие, в том числе инфекционные. Патологический процесс – это, прежде всего нарушение обмена веществ и только потом его проявление в виде болезней.

Инфекционные заболевания лечим химиотерапией (той самой «волшебной пулей» П. Эрлиха – химика), антибиотиками, или прививками, т.е. введением антигенного материала (чужеродный белок), или иммунного материала – антител. Все эти акции ведут к дальнейшему истощению иммунной системы, заставляя ее работать в навязанном ей чужеродном режиме, но отнюдь не способствуют, не создают условий для реализации возможностей системы к саморегуляции. Не выводя патологическую информацию (микробный агент) из организма, они только нейтрализуют ее и, оставляя в тканях, способствуют накоплению дальнейшей структурной дезинформации (дезинтеграции).

Прочно вошедшие в арсенал лекарственной терапии в течение последних десятилетий гормональные и негормональные иммунодепрессанты, последовавшие за ними иммуномодуляторы только извращают режим работы иммунной системы, нарушая ее типологическое состояние, а следовательно, и возможности борьбы с болезнью.

Массовые профилактические прививки против инфекционных заболеваний, введенные повсеместно более 100 лет тому назад, значительно изменили иммунный фонд человечества, опять же навязав иммунной системе несвойственный ей режим работы. Ликвидация эпидемических инфекционных заболеваний далась людям дорогой ценой.

Была ли альтернатива химиотерапии, систематическому введению чужеродного антигенного материала в человеческий организм, непрерывному стимулированию или (затем) подавлению иммунной системы? Могло ли человечество быть избавлено от инфекций другими путями? В том-то и дело, что инфекционные заболевания значительно сократились благодаря применению только гигиенических, а не лекарственных мер. Гигиена внешней среды, водопровод и канализация, пришедшие на смену средневековой антисанитарии, качественно изменили ситуацию. Но, создав гигиену внешней среды, врачи забыли о гигиене внутренней среды. Призывая мыть руки, фрукты и овощи, введя асептику и антисептику, врачи и гигиенисты, к сожалению, совершенно упустили из виду состояние внутренней среды организма и необходимость держать ее в постоянной чистоте.

Альтернатива массовым профилактическим прививкам, химиотерапии

инфекционных заболеваний, затем применению иммуномодуляторов лежала в гигиене внутренней среды организма. Чистота тканей, отсутствие в них гноеродных токсинов – гарантия здоровья и невосприимчивости к инфекциям. Человечество, увековечив память Коха, Пастера и других инфекционистов, совершенно забыло гигиениста Петтенкофера, оспаривающего роль микроба, как возбудителя инфекционного заболевания. Принимая внутрь микробные культуры, выделяемые его коллегами, он не заболевал. Не могло же это быть чудом. Но в технический век победил технический подход к организму: микроб и химическое оружие против него, и проблема казалась решенной, тем более что результаты были налицо: специфические химиопрепараты лечили инфекционные болезни. Лечили или залечивали? Патологическая информация, оставаясь в организме, нарушала генофонд вида. Судить об этом приходится нам – потомкам. Мы ликвидировали натуральную оспу, и в том же году получили СПИД. Гигиена внутренней среды, безусловно, начинается с гигиены пищи, того компонента внешней среды, который постоянно (наряду с атмосферным воздухом и водой) становится нашей внутренней средой. Понятие о чистом, т.е. негноеродном, питании было предано забвению – существует оно со времени Гиппократа, Пифагора, Платона. Мясные продукты объявлены наиболее калорийными и ценными пищевыми продуктами со времен немецкого диетолога Фойта (60-е годы XIX в.), рассчитавшего совершенно неадекватными методами калораж пищевых продуктов, которыми мы пользуемся в современной диететике. Усиленно стало развиваться мясное животноводство, и уровень потребления животных продуктов в пище стал мерилом благополучия и цивилизованности нации. Растениеводство отошло на второй план. Фрукты и овощи и даже зерновые перестали рассматривать всерьез как пищу, способную дать калораж, обеспечить рост организма, физическую силу, здоровье.

Налицо самый явный пример извращенного мышления, нежелание выяснить суть явлений.

Животные белки были объявлены единственными биологически полноценными продуктами, без которых не может расти и жить человеческое существо. Многочисленные примеры вегетарианства и растительного сыроедения как отдельных лиц, общин, так и целых народностей – этнических изолятов хунза, тубу и др., вообще не брались в расчет и считались казуистикой. В том же ряду, разумеется, стояли Пифагор, Платон, Ганди, Шоу, Толстой, не говоря уже о врачах-натуропатах: С. Грехем, Г. Шелтон, Н. Уокер, А. Чейз, И. Вивини, Х. Бенджамин, Ю. С. Николаев, Г. Шаталова и многие другие.

Вдохновляло сокращение смертности от инфекционных заболеваний. Роста заболеваемости и смертности от неинфекционных заболеваний как-то не замечали. Заставил задуматься в середине прошлого века невиданный рост аллергических заболеваний. Но техническая цивилизация быстро нашла средство: иммунодепрессанты, потом – иммуномодуляторы! Ведь у нас есть химия – неужели мы не сможем бороться с аллергическими реакциями?!

Мы успешно боролись с чумой, оспой, холерой; с коллагенозами, инфарктами, опухолевым ростом – безуспешно. Потом пришел СПИД. Чем бороться со СПИДом? В медицине есть известное понятие «эфферентная (т.е. очищающая) терапия». Только применяется этот метод в терминальных стадиях потери больным органом функций – почечной или печеночной недостаточности, и в том виде, как его применяют теперь (диализ (очищение) крови), спасти этот метод никого не может.

Почему нельзя эфферентную, очищающую терапию применять на самых ранних стадиях заболевания или, еще лучше, до заболевания, т.е. очищать внутреннюю

среду организма (но не через кровь) у больных и не больных людей. Что такое очищение? Это прежде всего промывание полостей (кишечника – в первую очередь), это, тканевое очищение, т.е. временное воздержание от пищи с целью тканевого аутолиза патологических структур организма и конечных продуктов тканевого обмена, это очищающее питание растительными продуктами и сырыми соками – фруктовыми и овощными, ощелачивающими внутреннюю среду и выводящими все загрязняющие ее продукты, мешающие оптимальному процессу обмена веществ.

Какие пищевые продукты загрязняют организм? Животные белки, создающие процессы гниения в желудочно-кишечном тракте, и в качестве конечных продуктов – нерастворимые, кристаллические азотистые соединения (мочевая кислота и др.).

Растительные углеводы и жиры не обладают этим свойством, они не содержат азота и в качестве конечных продуктов обмена дают только воду и углекислый газ, легко удаляемые из организма. Они не становятся питательной средой для микробов. Ею становятся только токсины гниения, образующиеся при переваривании трупного материала – мясных продуктов. Микробы и вирусы паразитируют только в цитоплазме клеток, насыщенных токсинами. Цитоплазма здоровой, «чистой» клетки бактерицидна и убивает микробный материал. Естественная микрофлора кишечника, не подавленная гнилостной и бродильной (условия создаются при неправильном пищеварении) микрофлорой, вырабатывает витамины и биоактивные вещества, необходимые организму, синтезирует аминокислоты (в частности В12).

Но тут раздается: «Жизнь есть способ существования белковых тел…», «Нет жизни без белка!» Конечно, это так. Но почему-то мы забываем, что организм – каждый – синтезирует индивидуальные белки не из чужеродного белка, который способен только сломать его собственную структуру, а из строительного материала, кирпичиков-аминокислот. Но, во-первых, этого материала вполне достаточно в растениях, особенно зеленых (полноценные белки), во-вторых, аминокислоты можно получать также, синтезируя их в процессе обмена из углеводистой цепочки углеводов и жиров путем ее аминирования, а не путем расщепления белковой молекулы со всеми сопутствующими этому процессу неприятностями для организма. Вот где лежит путь к экономному использованию пластического и энергетического материала при условии, что мы не денатурируем его тепловой и иной обработкой, т.е. пищевая промышленность производит не конфеты, компоты, консервы, макароны, манную крупу, а производит сушеные фрукты, цельные крупы, сушеные овощи, а сельское хозяйство – в достаточном количестве фрукты, овощи, мед, орехи. Зерновые же, малообработанные или необработанные (проросшее зерно), в значительно меньшем количестве удовлетворяют физиологические потребности организма. Такое питание не вызывает ожирения. Будучи энергетически полноценным, оно обеспечивает человеку высокий уровень работоспособности, здоровья, гарантирует правильный, пропорциональный (не избыточный акселерация!) рост и здоровье детского организма, высокую умственную и физическую активность, делает излишними профилактические прививки. Это – последовательный путь очищения внутренней среды организма, гигиены внутренней среды, которая вместе с гигиеной внешней среды – чистая экология – поднимет возможности иммунной системы, позволит ей сопротивляться инфекционным агентам, в том числе ВИЧ.

Все остальные профилактические мероприятия социальной гигиены, безусловно, необходимы, однако они неэффективны сами по себе, а только в сочетании с мерами внутренней гигиены организма.

Гомосексуалисты, наркоманы, проститутки – это только группы риска, наиболее иммунно истощенные контингенты. На самом деле неполноценность иммунной

системы в эпоху техногенной цивилизации и нефизиологического питания стала достоянием всего человечества.

Для преодоления СПИДа необходимо исправить этот приобретенный дефект иммунитета человека и человеческой популяции.

Борьба со СПИДом и его ликвидация – это не только медицинская и социальная, но и экологическая и технологическая проблема, которую нужно решать в масштабе всей планеты. Для этого необходимо экологизировать пищевые навыки и потребности людей, вернуть человеку его первозданную растительную пищу, вернуть тем самым физическое и духовное здоровье.

Путь к этому долог и труден, но начать его нужно уже сегодня.

Для этого необходимо создать широкую сеть оздоровительных лечебных учреждений – школ здоровья, в которых могут лечиться естественными методами (силами природы и организма без применения лекарств) контингенты больных с самыми различными заболеваниями, а особенно дети и беременные женщины, а также оздоровляться еще не заболевшие люди (в стадии предзаболевания).

Все вместе они одновременно обучаются правильным гигиеническим, экологически адаптированным пищевым навыкам, навыкам быта и общения.

Подобные школы здоровья становятся очагами медицинской культуры на селе, просвещая и оздоровляя сельское, а также городское население, которое предпочтительнее станет лечиться в небольших сельских стационарах.

Вместо концентрации больных в городах и создании в них «индустрии болезней» в виде крупных клиник мы будем иметь «индустрию здоровья» и воспитание экологически адаптированных потребностей и навыков в экологически сохранной среде – в сельской местности, курортных зонах.

Экологически ориентированное сознание, отказ от вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания), излечение болезней, привычка к здоровью – таковы достижения школ здоровья, находящихся в каждом селе и маленьком городе.

Этому процессу оздоровления людей будут сопутствовать соответствующие процессы в экономике (экологизация производства).

В сельском хозяйстве станут приоритетными направлениями растениеводство, пчеловодство. В растениеводстве – плодоовощеводство. В полеводстве больше внимания можно будет уделить севообороту трав и восстановлению естественного плодородия земли вместо интенсивных аграрных технологий с применением пестицидов и химических удобрений с целью получения максимальных урожаев. Целые отрасли сельского хозяйства, например промышленное свекловодство, табаководство, станут ненужными. Пчеловодство как одно из звеньев экологической цепи будет способствовать повышению урожайности садов и полей, восстановлению природы.

Свекла будет употребляться в пищу, а не в сахарном производстве, соответственно – сахарный тростник.

Важным компонентом пищи станут орехоплодные – полноценные источники

растительного белка, намного превосходящего по качеству животный белок.

Экологически ориентированное сельское хозяйство будет не истощать, а обогащать почвы. Экономика общества в целом будет ориентироваться на удовлетворение человеческих потребностей, а не амбиций бюрократического аппарата, вооружение, избыточное развитие тяжелой индустрии, бездумное исчерпание энергетических ресурсов, загрязнение среды.

СПИД как болезнь пришел к нам последним в цепи заболеваний цивилизации. Уйдет он также последним, после того как мы сможем вылечить, т.е. ликвидировать экологическими, естественными методами все другие болезни. Если мы не научимся этому, если медицина продолжит проторенный путь химиотерапии, люди не сумеют выбраться из порочного круга болезней и разрушения природы – всеобщего экологического кризиса, охватывающего биосферу и человечество как часть биосферы Земли.

Алкоголизм и наркомания

Наркомания и алкоголизм – тяжелые недуги общества. В настоящее время они достигли угрожающих масштабов и при дальнейшем их распространении грозят разрушить всю социальную структуру общества и нарушить генофонд нации, принимая характер национального бедствия.

Аналогичная ситуация имела место в различное время в разных странах и государствах, что кончилось или их полным распадом и гибелью (Древний Рим) или, если правительства своевременно били тревогу и принимали соответствующие меры – нация возрождалась. Так было, например, во Франции в начале (20-е годы) XX века, когда страну захлестнули потоки абсента. Открылось огромное количество дешевых пивных, в которых людей прилежно «обслуживали» предприимчивые трактирщики. Психическая полноценность нации была под угрозой. Правительство приняло тогда совершенно жесткие меры, запретив продажу абсента и преследуя в уголовном порядке продавцов этого зелья. Было создано соответствующее общественное мнение, осуждающее опасность, грозящую здоровью и существованию нации. И все утряслось. Люди перестали употреблять абсент, не без некоторого, конечно, сопротивления. Но общество отрезвилось. Трезвый разум и творческий талант не покинули французов.

Несомненно, что в сложившейся в начале XXI века в России ситуации подобные меры крайне необходимы. Если не продажа, то, во всяком случае, безудержная и агрессивная реклама спиртного (и пива) должна быть запрещена. Да и государственную продажу спиртного необходимо ограничить, а частную продажу – преследовать, как продажу наркотиков. Кстати, антиалкогольная компания Горбачева, хоть и была проведена весьма неумело и топорно и уничтожила многие гектары виноградников, спасла очень многие семьи от разрушения, а людей от гибели. Но поскольку наше государство подобные меры не проводит и, по-видимому, проводить не намерено, поговорим о реальном лечении наркомании и алкоголизма при желании больного и его семьи избавиться от недуга. Все дело в том, что ни доводы разума, ни сила воли здесь не помогают или помогают, но ненадолго, а если надолго, то не навсегда. Алкоголик или наркоман, даже избавившись от зависимости, путем психологического воздействия – кодирование, НЛП или собственной воли и разума, все равно, остается больным человеком и если не страдает его физическое здоровье, то страдает здоровье психическое. Это человек с измененным характером, в котором есть агрессия и злоба, неуравновешенность, немотивированные поступки,

неадекватные по отношению к окружающим действия. А вся причина в том, что алкоголь и наркотики, употребляемые систематически, становятся непременными ингредиентами обмена веществ организма и сохраняются в тканях печени и мозга и после прекращения их употребления. Совершенно то же самое происходит с никотином, разрушающим здоровье мужчин и женщин (а теперь уже подростков и даже детей). Они не удаляются из организма, поскольку смешанное питание нисколько не способствует очищению тканей, а наоборот, загрязняет организм другими шлаками и ядовитыми отбросами в виде мочевины, мочевой кислоты, путресцина, кадаверина, аммиака, метана, сероводорода, окиси углерода и т.п. Не достаточно ли, чтобы если не убить, то искалечить человека? Что и имеет место на самом деле. И потому, если человек и его родные на самом деле хотят избавиться от алкоголя, никотина, наркотиков и т.д., то страдающему этим недугом без всяких героических волевых усилий, очень часто кончающихся неудачей, необходимо предпринять грамотную очистку тканей организма от всякого вида наркотиков, в том числе пищевых, поскольку некоторые составные нашей обычной еды являются также наркотиками, поддерживающими употребление более сильных ядов. Это: кофе, черный чай, соль, сахар, мясо, хлеб. И об этом необходимо знать всем для того, чтобы уметь организовать для себя и своей семьи правильное, биологически полноценное питание, позволяющее создать физически и психически полноценную личность, а детям расти и развиваться без болезней и отклонений в развитии.

Очищение на тканевом и клеточном уровне – первейшая необходимость для избавления от любой зависимости, в том числе лекарственной, которая практически есть у всех. А что нужно для этого делать? Кто очистит каждую клеточку печени и мозга от алкоголя и никотина, чтобы прекратилось разрушение личности, изменение характера, не только тела, но и душа были здоровы и совершенны? Ни скальпель, ни лекарство, ни трава не сделают этого. Это сделает только сам организм при одном условии: если избавить его от работы по перевариванию пищи и предоставить, таким образом, покой эндокринной, пищеварительной и выделительной системам. Желудок, печень, поджелудочная железа и кишечник избавляются от необходимости выделять пищеварительные ферменты. Но абсолютного покоя и бездействия в живом организме быть не может. И потому при отсутствии пищеварения в организме активизируются протеолитические ферменты, тканевые ферменты, осуществляющие растворение больных, деструктивных, неполноценных, загрязненных белковых молекул нашего тела, то есть, всего того, что нас так или иначе отравляет, ослабляет, вызывает болезни, недомогание, неполноценность, смерть. И потому прекращение питания (алиментарная депривация) на определенный физиологически целесообразный отрезок времени является путем к избавлению от любой болезни, обновлению клеточного состава тканей, омоложению организма и продлению жизни.

Особенность живого организма в том и заключается, что нарушенная саморегуляция всевозможными лекарственными препаратами: антибиотиками, гормонами, тканевыми иммунодепрессантами, химиотерапией, способна восстанавливаться по мере очищения тканей от загрязняющих и нарушающих их функцию включений. Таким образом, самоочищение и самолечение организма принимает прогрессирующий, ускоряющийся характер, реактивность тканей возрастает и при определенной настойчивости обязательно достигается желаемый результат.

Тем более, что по новой методике тканевого очищения, клетки и ткани организма получают питание при выключении процесса пищеварения. Это достигается тем, что в качестве питья употребляется не дистиллированная вода, а настои лечебных трав с медом и соками кислых ягод. Это дает возможность отдыхать пищеварительным железам, не выделять пищеварительные ферменты, так как для усвоения этих

настоев они не требуются. Показателем этого является выделение тканевых шлаков по всему желудочно-кишечному тракту, что ясно «читается» на языке. «Язык – зеркало желудка». Белый, а затем желто-зеленый налет на языке свидельствует о выходе тканевых шлаков на всем протяжении пищеварительной трубки.

На 22-й день такого условного «голодания» у алкоголика начинается активное очищение печени от алкоголя. Дыхание приобретает резкий запах испорченного вина – алкоголь из печени выделятся с выдыхаемым воздухом, это может длиться от одного до трех дней. Затем дыхание очищается, начинает очищаться язык. «Голодание» необходимо продолжать до 28–35 дней. После 24-го дня добавляются свежевыжатые цитрусовые соки, арбузный, виноградный сок. После 36-го дня добавляются все соки овощей по сезону. Такое соковое питание желательно продолжить еще две недели. Таким образом, 50 дней тканевого очищения с питьем отваров и соков полностью очищают организм от наркотических веществ и продуктов их распада. Параллельно необходимы промывания кишечника для полноценного «промывания» всех клеток организма с помощью лимфотока. Предпринимающий такую капитальную чистку организма должен полностью представлять себе свой организм, механизм его загрязнения и очищения. А именно, нужно знать, что конечные продукты обмена веществ выводятся из клеток в межтканевую жидкость, а оттуда проникают в ток лимфы, текущей по лимфатическим сосудам. Лимфатическая система в отличие от кровеносной не замкнута. Лимфатические капилляры, собирая «отработанную» тканевую жидкость, сливаются в грудной лимфатический проток, который выносит лимфу к толстому кишечнику. Он, в свою очередь, расщепляется на мелкие лимфатические сосуды и затем – лимфатические капилляры, которые заканчиваются на сосочках слизистой толстого кишечника. А это значит, что для полноценного выхода тканевых шлаков, выносимых током лимфы, слизистая толстого кишечника должна быть чистой, а не зашлакованной слизью, гноем и каловыми массами, что имеет место на самом деле. А потому ежедневные двух или трехкратные промывания кишечника физиологическим раствором (0,9 процентный р-р хлористого натрия – поваренной соли и питьевой соды) или травяными настоями играют решающую роль в процессе дезинтоксикации.

Необходимо также знать, что на слизистой толстого кишечника имеются рефлексогенные зоны всех внутренних органов, а также всех разделов центральной нервной системы. И потому, слизистая, очищенная от шлаков, не будет отравлять весь организм, что имеет место при грязном кишечнике, забитом отходами пищеварения. И поэтому трех– или четырехкратные промывания кишечника даже без голодания могут ликвидировать сильнейшую головную боль или даже приступ пароксизмальной тахикардии, не говоря уже о неукротимой рвоте.

Итак, правильно проведенное семинедельное очищение освобождает человека навсегда от влечения к алкоголю, никотину, наркотикам и от очень многих болезней, обновляет и омолаживает организм. Конечно, оно будет особенно эффективным, если проводится в зоне, насыщенной кислородом, т.е. вне города, на берегу моря, в горном курорте и т.п.

«Музыкальный» яд

Наркомания и самоубийство – нередкие явления среди исполнителей и слушателей рок-музыки. Например, несколько лет назад в течение одного весеннего месяца решили покончить с жизнью сразу три человека из мира рок-музыки.

Солист группы «Лесоповал» написал записку, в которой он просил никого не винить

в своей смерти. Распахнул окно квартиры и выбросился с пятнадцатого этажа…

Психолог Д. Азаров в статье «Больная музыка исходит из больной души» («На грани невозможного», № 3,1999 г.) рассказал, что он предположил, что во всех этих смертях, возможно, повинна музыка и «прогнал» через компьютер все сочинения этих групп.

«Мне удалось выделить сочетание нот, – говорил Д. Азаров, – сходные для всех случаев. Когда я несколько раз прослушал эти музыкальные фразы, то ощутил такой прилив «мрачного настроения», что сам был готов полезть в петлю. Судя по всему, это и есть тот самый «звуковой яд», способный доводить человека до сумасшествия и самоубийства».

Влияние музыки на человека известно давно. Древнейший врач Асклепий, как упоминают летописи, успешно применял для лечения многих болезней музыку и пение. Д. Азаров приводит следующие факты: «Еще в прошлом веке русский исследователь Догель написал научный труд «Влияние музыки и цветов спектра на нервную систему человека и животных». Автор убедительно доказывает, что у человека и животных под воздействием музыки меняется кровяное давление, частота сердечных сокращений, хания вплоть до полной остановки.

Большинство «классической» музыки благотворно влияет на здоровье. Так, снимает головную боль и невроз прослушивание полонеза М. Огинского.

Нормализует кровяное давление и сердечную деятельность «Свадебный марш» Мендельсона.

Улучшает сон и работу мозга сюита «Пер Гюнт» Эдварда Грига и т.д. Даже растения растут лучше от мажорных классических мелодий. Рок-музыка их угнетает.

Мастера боевой японской системы киай-дзюцу использовали во время поединков специальные крики. Различались «воскрешающий» крик, восстанавливающий дыхание и сердечную деятельность, и «умерщвляющий крик», способный парализовать человека и убить мелких животных. Считается, что эффект зависит от высоты тона и артикуляции.

В Японии провели эксперимент со 120 матерями, кормящими детей грудью. Одни слушали классику, другие – джаз и поп-музыку. В первой группе количество молока у мамаш увеличилось на 20 процентов, а во второй уменьшилось вдвое.

«Еще одна опасность, – говорит Д. Азаров, – это чрезмерная сила звука, чем злоупотребляют сегодня многие ансамбли». Эксперименты показали, что от громкой музыки в мозгу слушателей происходят необратимые патологические изменения, своего рода «дебилизация». Особенно пагубно влияет на здоровье современная рок-музыка. Многие специалисты считают ее одним из ведущих факторов в резком росте числа самоубийств (в 5–7 раз!), а также числа психически ненормальных людей.

Большинство рок-музыки содержит в себе сатанинскую кодировку, а многие производители рока являются членами сатанинской «церкви». Например, всемирно известный певец и композитор Элтон Джон заявляет, что все исполняемые им песни написаны с помощью колдовства. Не менее известный музыкант Мик Джаггер посвящен во все ритуалы черной магии. Вот названия некоторых его песен: «Симпатия к дьяволу», «Заклинание моего брата демона». В записи рок-песен вставляются сатанинские заклинания, призывы, внушения, богохульные выражения.

Доказано, что подсознание человека способно усваивать фразу, даже если она сказана наоборот, или на языке, непонятном для слушателя. И этот эффект широко используется сочинителями рок-музыки.

О том, что несут подобные концерты, судите сами. Во время одного из них, в 1995 году в Лос-Анджелесе, обезумевшие танцоры вдруг стали душить друг друга, топтать. В одночасье погибло в давке 650 человек. Тележурналистка, ведущая репортаж с места происшествия, вдруг увидела перед собой сатану, который говорил ей, что это его люди.

Небезобидно и ношение рок-сатанинской символики в виде оскаленных черепов, окровавленных лап и т.д. Мыслеобразы, возникающие у их носителей, в основном подростков, вживаются в их подсознание и вызывают соответствующее поведение: жестокость, наркоманию, алкоголизм, сексуальную распущенность и другие формы сатанизма.

Газета «Исцеление», 2002 г.

Климактерический синдром

Климактерический синдром наступает у женщин до, во время и после прекращения функционирования яичников.

У человека основными железами внутренней секреции, т.е. железами, вырабатывающими гормоны – физиологически активные вещества, поступающие непосредственно в кровь, являются: половые железы, надпочечники, поджелудочная железа, щитовидная железа, гипофиз, эпифиз, гипоталамус. Выпадение функции яичников (прекращается синтез яйцеклеток, дающих начало потомству, и женских половых гормонов) компенсируется со стороны всей цепочки желез внутренней секреции, так что женщина, лишаясь возможности иметь ребенка, сохраняет здоровье и работоспособность. Это – великий дар Природы, позволяющий пожилым женщинам жить и отдавать детям, внукам, обществу накопленный жизненный опыт, заботу, любовь и мудрость.

Но не у всех женщин в период менопаузы все обстоит благополучно. Вот является на арену климактерический синдром, становящийся нередко причиной физических и духовных мук на долгие годы. Конечно, в это время теперь рекомендуется заместительная терапия: прием женских половых гормонов. Это: химиопрепараты или вытяжки из тканей животных. И то и другое при длительном приеме приносит больше вреда, чем пользы, а принимать их нужно практически до конца жизни. Проблема состоит в том, чтобы дать организму возможность самостоятельно ликвидировать все неполадки, вызванные прекращением работы яичников.

Разберем, что такое климактерический синдром. Это: скачки артериального давления, головные боли периодические или постоянные, чувство жара, охватывающее женщину через определенные промежутки времени, так называемые «приливы» и повышенный риск переломов, вследствие остеопороза костей. «Приливы» и повышенное артериальное давление приписывают отсутствию периодических кровопатерь (месячных), имеющих место в репродуктивном возрасте.

Так ли это? Чувство жара есть ничто иное, как повышение температуры тела. Она может быть обнаружена. А может и не обнаруживаться при измерении температуры кожных покровов. Отчего вообще повышается температура тела и когда? Она

повышается при инфекционном заболевании – остром или хроническом, и при тиреотоксикозе. В обоих случаях в организме вырабатываются определенные яды, которые парализуют процесс окислительного фосфонирования, т.е. синтеза в тканях при тканевом дыхании макроэргических соединений, аккумулирующих энергию, выделяющуюся при расщеплении пищевого субстрата в наших тканях, т.е. его окислении кислородом воздуха. Эти соединения называются аденозитрифосфорная кислота и некоторые другие. Аденозитрифосфорная кислота (АТФ) не образуется, если в тканях присутствуют гнойные токсины или избыточное количество гормона щитовидной железы – тироксина, – это известные разобщители сопряжения окисления пищевого субстрата с фосформированием.

В чем смысл образования молекул АТФ? В том, что они улавливают энергию, выделяющуюся при расщеплении пищевых продуктов (углеводов, жиров, белков) и становятся «аккумуляторами» биологической энергии, кдторую потом они отдают на нужды организма (функционирование органов или синтез новых тканей, рост и развитие).

Если нарушен синтез АТФ, выделяющаяся энергия превращается в тепловую и повышается температура в тканях организма. Что происходит при климактерическом синдроме в женском организме? Активизируются так называемые СОДИ (скрытые очаги дремлющей инфекции) и яды, поступающие из них в кровяное русло и дальше в ткани, парализуют синтез АТФ, температура тела повышается. Возникает вопрос: почему же раньше это не происходило? Потому что раньше эти самые СОДИ, т.е. очаги гноя в различных тканях и органах (глоточные миндалины, десны, придаточные пазухи носа, легкие, аппендикс, лимфоузлы) были надежно упакованы и отгорожены от остальных органов сильной иммунной системой, системой, созданной при активном участии половых гормонов.

Почему дети часто болеют в младенчестве и нередко «перерастают» болезни в период полового созревания? По той же причине. Выступают на арену активные половые гормоны, создающие мощный иммунный тканевой барьер. Болезни не ликвидируются, компенсируются, т.е. загоняются внутрь. Яркий пример – бронхиальная астма, диатезы. Выявляются эти болезни при ослаблении или угасании функций эндокринных желез, в том числе половых. Вот вам и воздействие стресса или климакса (также мужского) на состояние всего организма.

Повышение АД при климаксе происходит вследствие активизации воспалительного, процесса в почках, появившегося там еще в детстве при ОРЗ или ангине. Нарушение в физическом здоровье, безусловно вызовет и нарушение функций нервной системы и психики. Возникает тот самый климактерический синдром, до сих пор неразгаданный и неизлечимый лекарственной медициной.

В натуральной, т.е. естественной медицине этот синдром лечится с легкостью при очищении организма на уровне тканей и клеток с последующим их восстановлением правильным, биологически полноценным питанием. Роль заместительной терапии теперь играет пища, но она нужна всему организму, а не только половым железам. А ведь очень многие ягоды, фрукты и пищевые травы содержат растительные гормоны, аналогичные тем, которых недостает в организме женщины в период менопаузы. Это: черная смородина, черника, инжир, морковь, корень солодки голой, корень девясила, портулак и др.

Организм женщины омолаживается в течение 9–12 месяцев, нередко возобновляется месячный цикл (после раннего климакса), т.е. восстанавливается преждевременно угасшая функция яичников.

Таков реальный метод излечения не только климактерического синдрома, но и любой другой болезни, в частности инфекционных болезней и тиретоксикоза. Это законы Природы, или, если угодно, ее тайны, которые нужно знать всем, желающем быть здоровыми в любом возрасте.

Импотенция

Импотенция стала в последние годы весьма распространенным явлением среди мужчин по всему миру, впрочем, как и любая другая болезнь. Все болезни – сердечнососудистые, онкологические, диабет «молодеют», в том числе и это заболевание половой сферы. Заметим, что это происходит при непрерывном развитии медицины, медицинских технологий и, конечно, фармакологии. Постараемся разобраться в этих неувязках. Безусловно, рост заболеваемости, появление новых вирусных инфекций связаны с повсеместным ухудшением экологии, в результате чего ослабляется и не справляется со своими обязанностями иммунная система.

Но кроме этого, существуют конкретные условия, в которых живет каждый из нас, и конкретные причины наших болезней, и зная об этих причинах мы сумеем избежать очень многих бед.

В частности, вокруг импотенции за последние 10–15 лет накручено столько рекламной шумихи, столько препаратов, аппаратов, операций и протезирования! И понятно – ведь ею страдают иногда вполне вроде бы здоровые молодые мужчины, а это уж вовсе сбивает с толку и открывает путь любым манипуляциям.

На самом деле все обстоит следующим образом: импотенция не является самостоятельной болезнью, а является следствием простатита. Простатит, в свою очередь, является следствием заболевания почек любой стадии, даже самой начальной. Все урогенитальные пути омываются общим током лимфы, и инфекция, попав однажды в какой-нибудь орган, чаще в почки, свободно путешествует годами по всем мочеполовым органам.

А откуда попадает инфекция в почки и каким образом? Попадает в самом раннем детстве, при первой же ангине, ОРЗ, бронхите, синусите и т.д. А поскольку эти болезни лечатся лекарствами, т.е. еще большим загрязнением, а не очищением детского организма, то всякого рода патогенная микрофлора (пусть даже убитая антибиотиками) оседает в почках (ведь почки – орган выделения). Здесь же оседают и задерживаются антибиотики, которыми лечили болезнь, омертвевшие клетки слизистых дыхательных путей и самих почек. При таком раскладе первая простуда, особенно, если ребенок промочил ноги, становится причиной какого-то заболевания почек, или острого гломе-рулонефрита с высокой температурой, кровью и белком в моче, или вялотекущего пиелонефрита, может быть, даже протекающего незаметно для ребенка и родителей. Во всех случаях уже у мальчика начинается воспалительный процесс в предстательной железе (простатит), который, конечно же не может дать характерные симптомы, поскольку сама железа еще недостаточно развита. У девочек, естественно, все это переходит в гениталии, в основном, в яичники. Проявляется это у девушки при первых месячных: болями в области яичников, нередко, очень упорными и тяжелыми или после – кистой яичника у незамужней еще женщины.

И что же дальше происходит с нашими детьми? Дети растут, растут их органы и их болезни. Пиелонефрит и простатит, угнездившийся в организме 2–3-летнего

мальчика, при росте ребенка, особенно в период полового созревания, компенсируются и это длится достаточно долго, лет 15–20. Но по прошествию этих лет мужчина достигает 30–40-летнего возраста, самого активного и цветущего и тут, совсем некстати, начинаются проблемы…

Нередко это становится трагедией для мужчины. Прежде всего – он один на один со своей бедой. Обсуждать проблему с женой не всегда хочется и удобно: начинаются упреки в бурной молодости, иногда вовсе не обоснованные и всяческие домыслы подобного рода. Даже в случае сочувствия и понимания со стороны жены, она также беспомощна в этой ситуации, потому что у обоих нет элементарных медицинских знаний. Конечно, здесь очень страдает психика мужчины, что только ухудшает ситуацию. И начинаются поиски и метания, иногда вдвоем, чаще – в одиночку. В ход идет все – и африканское йохимбе, и другие «чудо-препараты» и стимуляторы – естественные, растительные, химические – всякие. Все это кончается тем, что более цивилизованные отправляются на протезирование, менее цивилизованные прислушиваются к довольно сомнительным советам своих сотоварищей, которые способны только разрушить семью и окончательно растлить мужчину.

А, между тем, импотенция, будучи заболеванием всего организма, вылечивается при излечении всех остальных болезней, вылечивается однозначно, с математической точностью. Вот как это происходит: годам к 30 и даже к 25 у мужчин накопляется достаточно болезней, в первую очередь, стандартный набор: хронический бронхит, синусит, простатит, пиелонефрит, остеохондроз, нередко гепатит (особенно, при злоупотреблении спиртными, почти повсеместным), панкреатит, плюс – у каждого свое. Если при наличии всех этих заболеваний потенция у мужчины еще сохранена – то это похоже на чудо и говорит только о безграничных возможностях организма. Итак, расстройства половой сферы при заболевании жизненно важных органов вовсе не удивительны, и лечить импотенцию, как таковую одну болезнь – вполне безуспешное занятие. Зато при правильном, систематическом лечении всех остальных заболеваний, импотенция вылечивается, как естественный результат оздоровления и омоложения организма.

Здоровье детей

Оно нам очень дорого – это здоровье. Дорого родителям ребенка, бабушкам и дедушкам, дорого обществу, следовательно, государству.

Здоровые дети сегодня – это здоровое общество через 10, 20 лет, это здоровое общество и через 50–100–200 лет. А ведь нация и человечество имеют историю, как в прошлом, так и в будущем. Здоровье сегодняшнего зрелого и пожилого поколения – результат тех обстоятельств и той жизни, которую они прожили, начиная со дня рождения и даже до дня рождения, еще в материнском чреве. Это результат здоровья или болезни прошлых поколений плюс сегодняшние условия экологии (т.е. внутренний обмен веществ) в самом организме – все это аксиомы.

Почему же сегодня катастрофически ухудшается здоровье детей и новорожденных, почему растет детская смертность, рождается до 85 процентов больных и ослабленных детей? Очевидно, в результате ухудшения экологической ситуации во всем мире, и в частности в Краснодарском крае, где вдобавок к промышленным выбросам применяется огромное количество пестицидов и минеральных удобрений в сельском хозяйстве. О влиянии всего этого на организм женщины, беременной и кормящей матери есть очень много серьезных,

аргументированных медицинских исследований. Но при всем неблагополучном состоянии внешней среды у человека, и взрослого и ребенка есть довольно хорошо защищенная тканевыми иммунными барьерами внутренняя среда. И если уважать ее целостность, не вмешиваться в нее грубо концентрированной химией (лекарства в виде таблеток и инъекций) и постараться не нарушать равновесие внутренней среды нефизиологическим, не соответствующим потребностям организма питанием, то можно защититься от болезней или вылечиться от них без больших потерь для организма.

Чем чаще всего болеют дети? Простудными заболеваниями, ОРЗ, бронхитами, ангинами, синуситами и т.п. Потом желудочно-кишечные неполадки, понос, иногда токсический, дисбактериоз, дискинезия желчных путей, нередко болезнь Боткина – вирусный эпидемический гепатит. Все остальное – последствия названного: эпилепсия, бронхиальная астма, кожные диатезы, аллергии всевозможные: пищевые, к пыльце цветущих растений, амброзии, домашнюю пыль и т.д.

Как поступает сегодняшняя медицина с этой наводнившей нас детской патологией? Лечит лекарствами. Начиная от рождения и далее – постоянно антибиотики, жаропонижающие, антиспазматические, противосудорожные препараты. От инфекции предохраняют профилактические прививки. Если только их удается делать, а удается не всегда.

Парадокс заключается еще и в том, что если удается массовыми прививками населения ликвидировать какую-нибудь инфекцию, оспу например, на ее месте незамедлительно появляется другой вирус или микроб, еще более зловредный и непобедимый грипп, СПИД, вирус Эбола. Все это объясняется только тем, что человеческая система иммунитета, т.е. клетки соединительной ткани организма, не выдерживает массированного химического и чужеродного биологического прессинга (промышленная и сельскохозяйственная химия, антибиотики, химиопрепараты, гормоны, профилактические прививки). Эти клетки попросту погибают, а оставшиеся теряют свой биологический потенциал, энергетику. И организм в целом истощает свои резервы по синтезу новых иммунных клеток. Иными словами, наступает как приобретенный, так и (уже теперь в третьем и четвертом поколении, живущем в химически загрязненной, техногенной среде) врожденный иммунодефицит.

Что это означает и чем грозит, объяснять не надо: повальным СПИДом, эпидемия которого ожидается на земном шаре через 15–20 лет. Иными словами, современная лекарственная медицина началась в средние века, когда мир был еще свободен от химических заводов, а вся химия помещалась в тиглях алхимиков, создавших первые и весьма эффективные (хоть и весьма токсичные) лекарства – препараты ртути, мышьяка и т.п. Ртутью лечили сифилис 200 лет назад. Теперь предлагают ею же (сулема) лечить рак. Далеко ли мы ушли в нашем прогрессе? И насколько полезно это лечение для больных людей? Рост заболеваемости всеми болезнями во всех возрастах, несмотря на развитие медицины, и рост смертности населения особенно от сердечно-сосудистых и опухолевых заболеваний, говорит о обратном. Необходим реальный подход к человеку и его здоровью. Где начало здоровья или болезни?

В обмене веществ организма, совокупности химических реакций, результат которых – наша жизнь. А результат химической реакции зависит, в первую очередь, от ее исходных продуктов, т.е. пищи, которую мы едим, которой кормим наши ткани. Чем же кормим? Полезным или вредным или только вкусным и невкусным? Где критерии доброкачественности, физиологичности пищи, ее биологической полноценности, пригодности для жизни? В нашем вкусе! К сожалению, это так. Чем вкуснее, тем лучше и больше съедается. А ведь вкус человека извращается от

денатурированной пищи. Вареная, печеная, жареная, подсоленная, специи, мясо, кофе, алкоголь – все это перевозбуждает, а затем притупляет вкусовые рецепторы языка, неба, глотки, и естественная натуральная пища – свежие овощи и фрукты – уже кажется невкусной.

А где заключена истинная биологическая ценность пищи? В световых калориях, накапливаемых растением в его плодах, ягодах, листьях, корнеплодах в процессе фотосинтеза. Фотосинтез – уникальный в зеленой природе процесс, который способны совершать только растительные организмы. Фиксируя энергию солнечного света в макроэргических (богатых энергией) связях хлорофилла, они затем переводят ее в макроэнергитические связи углеводов, белков и жиров, которые копятся в плодах, орехах, семечках, корнеплодах растений, делая их источником жизни для животных и человека, т.е. источником биологической энергии, которая необходима нам для осуществления всех жизненных функций.

А какие калории мы получаем в денатурированных тепловой обработкой животных продуктах? Тепловые калории, содержание которых сегодня только и учитывается в диетологии. Но человек не тепловая машина, а биологическая система большой сложности, и этой системе, нашему энергообмену приходится переводить тепловую энергию в биологическую, т.е. «оживлять» убитую тепловой обработкой еду уже в своих тканях, затрачивая на это свои собственные ферменты, т.е. свою биологическую энергию. Вот и получаем мы вместо прибыли энергии ее проигрыш – в результате болезни и преждевременная старость (плюс химия и лекарства, о которых уже говорилось). А во что превращаются сами животные белки в организме человека?

Увы, не имея физиологических возможностей для их полного ферментативного расщепления, организм человека вынужден терпеть их загнивание в кишечнике, всасывание трупных ядов от гниющих белков пищи в кровь, в печень, почки, затем опять частично в кровь и в самые различные ткани, куда они заносятся кровью и оседают в них. Кровь же, освобождаясь от ядов (закон гомеостаза – постоянного состава крови – должен быть, соблюден свято, иначе нам не жить), принимает в себя новые порции яда из пищи и все идет сначала. Едим-то каждый день, даже не делая ни на день перерыва. (Вспомним посты и не только однодневные, но и сорокадневные, а ведь сорокадневное голодание – это полный срок для очищения организма).

Так накапливаются в органах отходы обмена веществ (а опаснее всего из них – продукты азотистого обмена – мочевая кислота и др.), которые, разрушая клетки, превращают их в гной. Этот процесс совершается медленно, постоянно. В результате уже у годовалого ребенка может быть и ангина, и бронхит, и пневмония, а после – больные почки – энурез, дисбактериоз, печень – дискинезия желчных путей, суставы – полиартрит, сердце – ревмокардит, плохой сон, ночные страхи или судороги – эпилепсия, болезни кожи – диатезы, псориаз, бронхит, переходящий в бронхиальную астму (которую лечат у детей спазмолитиками – но-шпа, эуфиллин, теофедрин). Вот неполный перечень детских болезней, не говоря об инфекциях, считая, что они ликвидированы. А что сказать о врожденной патологии новорожденных? О детском церебральном параличе?

Как противостоять этим бедам, как их отвести, не допустить?

Ответ может быть один-единственный: надо очищать организм ребенка, когда он уже заболел, и очищать его же, когда он еще не заболел. Очищать нужно и новорожденного, и его кормящую мать, и еще не родившийся плод в утробе матери, и

мать -задолго до наступления беременности, т.е. фактически еще девочку. Для врача-эколога не должно быть возрастных границ, он лечит человека родившегося, растущего и живущего на этой планете.

Врач обучает детей и их родителей правильному питанию, образу жизни, труда, отдыха, спорта, творчества, взаимообщения в семье и в обществе, общения с природой. «Врачи должны быть учителями здоровья» – вот лозунг естественной медицины, основанной на законах природы, а не борющейся с ней, когда полем битвы становится организм заболевшего ребенка или взрослого.

Мамы, берегите детей! Папы, бабушки и дедушки – берегите детей! Поймите, изучите законы природы, живите в согласии с ней! Мир изменился! Таким техническим, синтетическим, химическим он не был никогда, ни 1000, ни даже 100 лет назад.

А наши дети пришли именно в этот мир, они вступили в него не по своей, а по вашей воле и потому вы ответственны за их здоровье и благополучие в нем.

И червь шипел в могильной яме,
И птицы пели мне с ветвей:
Не шутит небо с сыновьями —
оберегайте сыновей,
И даже через клочья пены
неутихающих морей.
О том же пели мне сирены:
оберегайте дочерей.

Это строки из произведения Л. Мартынова «Дедал», который предостерегает отцов и матерей: оберегайте сыновей и дочерей. Дедал, потерявший своего сына.

Женское бесплодие

А существует ли такая проблема? Безусловно! – скажет читатель. Действительно, немало супружеских пар и в нашей стране, и за рубежом не могут иметь детей, несмотря на то, что у женщины не обнаруживается никаких отклонений в органах деторождения. И начинаются путешествия из клиники в клинику, от «бабок» к «дедкам». Заканчивается все это искусственным оплодотворением, если позволяют средства, или усыновлением ребенка, что нередко становится проблемой из-за бюрократической волокиты, или ни тем, ни другим, а «примирением с судьбой». Остается чувство неполноценности, непознанного материнства, душевной боли на многие годы.

А самопроизвольные выкидыши? Сколько женщин, забеременев, не могут доносить беременность до срока, преждевременные роды («выкидыши») нежизнеспособного ребенка следуют одни за другими. И опять – нет средств, и эта безысходность доводит до отчаяния.

А ведь всего этого могло не быть: ни «примирения с судьбой», ни отчаяния – при наличии элементарных знаний о своем организме и о том, как организм связан с окружающей его естественной средой, то есть природой.

А связан он посредством воздуха, воды и пищи, а также солнечного излучения и космической энергии. Безусловно, неспособность женщины доносить ребенка до

срока связана с химическим и радиационным загрязнением среды – как воздуха, так и воды и почвы. На эту тему написана не одна диссертация, по этой проблеме работают целые институты, однако загрязненность среды растет, а не уменьшается.

Следовательно, людям нужно самим взяться за решение своих проблем и заняться своим спасением. То есть в создавшейся ситуации выбрать тот оптимальный вариант поведения, который позволит им остаться здоровыми, жизнеспособными и полноценными во всех отношениях.

Это напрямую относится и к женщинам, и к мужчинам. И хотя мы говорим здесь о женском бесплодии и способах его излечения, совершенно то же самое относится к мужской импотенции, неполноценному составу спермы и всему, что становится причиной мужского бесплодия. А истинной причиной и женского, и мужского бесплодия являются… болезни, перенесенные в детстве будущими мамами и папами.

Медицине известно, что вирусный паротит (свинка), перенесенный в детстве, может вызвать у мальчиков воспаление яичек – орхит, что может стать в зрелом возрасте причиной бесплодия. Но почему-то умалчивается о том, что не только паротит (против него создана профилактическая прививка), но и любое воспалительное заболевание дыхательных путей (пневмония, бронхит, ОРЗ, грипп, гайморит, ангина, тонзиллит), перенесенное в детском или подростковом возрасте, может стать причиной бесплодия, как у женщины, так и у мужчины.

А кто не болеет? – скажете вы. Болеют все дети, а бесплодием страдают только некоторые взрослые люди. Да, это так. Бесплодием страдают те, у кого слабее иммунный бартер детородных органов, вследствие чего эти органы поражаются воспалительными процессами, протекающими почти всегда бессимптомно в детстве. А такой хронический, вялотекущий процесс с годами (болеет ведь ребенок ОРЗ или ангиной не один, а множество раз, и всякий раз снова поражаются герминативные органы) вызывает слипчивые процессы и разрастания соединительной ткани в яичниках, матке, придатках, даже не успевших полностью сформироваться.

Удивительно ли, что, когда наступает срок половозрелости, в таком яичнике не вызревает полноценная яйцеклетка или слипшиеся трубы не пропускают ее своевременно в матку (готова внематочная беременность – состояние, угрожающее жизни), или же вследствие неполноценности тканей матки, перенесших в течение предыдущих лет воспалительный процесс с разрастанием соединительной ткани, женщина не может доносить до срока наступившую беременность. Тяжелая душевная травма вдобавок к физическому страданию, которую приходится переживать даже не один раз.

Итак, профилактика бесплодия идет с детства. Это означает: дети не должны болеть. Как этого добиться? Женщине, которая собирается родить ребенка, нужно очищать организм и правильно питаться еще до наступления беременности, но во время беременности и грудного кормления это делать обязательно. Также необходимо периодически очищать организм ребенка и правильно его кормить, не ожидая наступления какой-либо болезни, а не делать это только тогда, когда уже грянул гром, то есть когда приходится лечить кожный диатез, бронхиальную астму и т.п.

А лечение бесплодия? Возможно ли оно не в течение многих лет, а одного года, все-таки минуя искусственное оплодотворение? Да, возможно, и доказательство этому – не один ребенок, живой и совершенно здоровый, родившийся у

«бесплодной» мамаши.

Как же это возможно? Очень просто. В молодом возрасте очень высоки способности организма и всех его тканей, в том числе детородных, к самоочищению и самовосстановлению, тем более, если женщина относительно здорова и не страдает тяжелыми хроническими заболеваниями. А ведь, сколько молодых и здоровых женщин страдает бесплодием, будучи неспособными, забеременеть или выносить ребенка!

Для того чтобы выйти из этой неприятной ситуации, женщине необходимо пройти полный курс естественной терапии, то есть очищения организма и его восстановления. То есть буквально создания новых, здоровых тканей. В молодом организме с полноценной гормональной системой (или с небольшими ее нарушениями) этот процесс происходит очень интенсивно и за сравнительно короткий срок, 8–12 месяцев.

Лечение совершенно исключает применение лекарственных и гормональных препаратов, оно преследует только одну цель: исправить, нормализовать обмен веществ в организме. Достигается это коррекцией исходных продуктов обмена, то есть изменением нашей пищи таким образом, чтобы состав пищевых продуктов соответствовал физиологическим потребностям организма, а не только удовлетворению нашего вкуса и чувства сытости.

Этим достигается не только очищение и восстановление здоровых детородных органов, но и соответствующие целительные процессы во всех органах организма: печени, почках, легких и бронхах, сердце, сосудах, нервной системе и, что очень важно, в эндокринной системе женского организма. Следовательно, восстанавливается гормональный баланс организма без введения в него каких-либо гормональных препаратов, способных только нарушить процесс саморегуляции как эндокринной, так и любой другой системы.

Результат всегда одинаковый – наступление беременности через 8–12 месяцев, вынашивание и рождение здорового ребенка при правильном проведении беременности и родов. Далее, правильное питание матери во время грудного вскармливания обеспечивает достаточное количество грудного молока, правильный его состав (чистое молоко) не вызывает наступления простудных заболеваний (и вообще заболеваний) у ребенка.

Вот как можно избежать и горя и бед, связанных с привычными выкидышами, детскими болезнями, детской инвалидностью и прочими несчастьями, которых не должно быть в нашей жизни.

Методики естественного неспецифического лечения многократно описаны в моих статьях по лечению и профилактике заболеваний бронхов, почек, печени, щитовидной железы, позвоночника, опухолей грудной железы. Это методы неспецифической терапии, то есть они одинаковы при лечении различных заболеваний, так как при любом заболевании естественная медицина лечит весь организм для восстановления его саморегулирующих механизмов.

Напомним основные моменты лечения: первый этап – очищение всех клеток и тканей организма. Такое клеточное очищение достигается только одним методом, который называется алиментарная депривация, то есть воздержание от твердой пищи. Это отнюдь не голодание, а питание тканей, исключающее процесс пищеварения (травяные чаи и фруктовые соки, употребляемые в течение 10–14

дней, всасываются в желудке и не требуют для усвоения воздействия пищеварительных ферментов).

В этом заключается ключевой момент естественного лечения. Вместо токсичных лекарств в организме начинают активизироваться и выполнять свою целительную работу по расщеплению и выделению патологических клеточных включений собственные тканевые ферменты, называемые протеолитическими, то есть расщепляющими, лизирующими патологические, больные и даже мертвые, загнившие ткани организма. Выделение всех этих шлаковых и крайне токсичных продуктов происходит через кишечник (активизируется лимфоток, выносящий продукты распада из межклеточной жидкости в просвет кишечника), почки, печень и легкие.

Пациент воочию убеждается в выходе гноя из легких и носовых ходов, помутнении мочи (гной, и слизь активно выделяются почками). Холестериновые сгустки (желчные камни) выделяются из печени и желчных путей. Этот период активного очищения длится от одной до трех недель.

Во втором этапе – восстановительном, употребление овощных соков, салатов и свежих фруктов позволяет печени и костному мозгу синтезировать новые белковые клетки и ткани, которые качественно отличаются от старых, больных, расщепившихся и выделенных организмом. Ведь строительным материалом для их синтеза послужили свежие сырые фрукты и овощи, содержащие натуральные витамины, микроэлементы и солнечную энергию, в процессе фотосинтеза усвоенную растением в виде биологической энергии, доступной нашему прямому усвоению.

Организм и все его ткани (в том числе и яйцеклетка), насыщенные биологически полноценным питанием, имеют совершенно иное, лучшее качество. Беременность наступает естественным путем, кроме здорового ребенка, мать и отец получают собственный обновленный, здоровый организм (при условии, если отец также прошел курс естественной терапии), застрахованный от возникновения в будущем неизлечимых болезней (рака, инфаркта, инсульта, диабета и т.п.).

Если родители настолько разумны, что подобные очистительно восстановительные курсы проводят ежегодно, то они и их дети даже в современных условиях нарушенной экологии природной среды не болеют, проявляя завидную устойчивость к инфекциям, эпидемиям, холоду и жаре, не говоря о том, что навсегда исчезает проблема различных пищевых аллергий (красные фрукты и овощи, мед, цитрусовые и т.п.).

В процессе лечения любого заболевания, который длится от шести месяцев до одного года (у детей 1–3 месяца), человек настолько овладевает знаниями о своем организме, приобретая правильные навыки саморегуляции, поведения, питания и очищения организма, что не нуждается уже во врачебном контроле, поскольку приобретает знания о причинах, механизмах возникновения и лечения своего заболевания, а также новое знание о природе и месте человека в системе Космос – Земля – Человек.

Мамам, у которых есть девочки-подростки, нужно помнить, что любое нарушение эндокринного цикла (боли, несвоевременное начало, нерегулярность) у девочки имеют в своей основе те же причины – детские заболевания, леченные антибиотиками и другими лекарствами. Все эти нарушения очень хорошо излечиваются естественными методами. Такое лечение станет залогом будущего здоровья женщины и ее ребенка.

В заключение я приведу только один отзыв счастливой мамы, у которой после шести лет бесплодия родилась замечательная девочка.

«Меня зовут Ольга. Пришла я лечиться вместе со своей мамой Ритой, как говорится, за компанию, потому что не верила, что мой приговор – бесплодие – можно изменить. Я лечилась шесть лет у докторов, прошла все мыслимые обследования и методы лечения, ничего не помогало. Пришла и начала лечиться, сначала чтобы похудеть. Было тяжело и психологически, и физически. Ребенка мне пообещали через один год, если я буду соблюдать все рекомендации. Через один курс лечения я забеременела, через девять месяцев родила дочку. В ходе беременности девять месяцев не ела мяса, старалась употреблять больше пищи в сыром виде и пила соки. Ребенок родился с весом 3 кг 780 г, ростом 52 см, здоровый, без пищевой аллергии.

Моя мама пришла лечиться от астмы, вызванной аллергией. Лечилась она долго, но зато полностью излечилась. Голодала она один раз полтора месяца, было тяжело, но она верила, у нее очень сильный характер, и она выдержала. Теперь от аллергии остались одни воспоминания, а к врачу чувство глубокого уважения и огромной благодарности.

Деркач Ольга Сергеевна».

Роды без насилия, «мягкие» роды, роды в воде

Рождение человека – это естественный физиологический процесс и проходить он должен в условиях, привычных для матери и ребенка, еще не родившегося, однако знающего уже многое о мире, в который ему предстоит прийди. И очень желательно ему прийти в этот мир мягко, с любовью и лаской, которые помогут ему совершить переход из его личного космоса в наш человеческий мир. Об этом пишут, говорят и делают это уже во многих странах: в России – Игорь Чарковский, которого знают в Америке, Испании и др., во Франции – Фредерик Лебойате и Мишель Оден и т.д.

Что же означают «мягкие» роды? Это роды в интимной обстановке с участием обоих родителей. Отец помогает матери в период предродовых схваток и принимает роды – ребенок рождается сам, лучше в воде, которая облегчает родовые схватки, предотвращает гравитационный атмосферный удар (ребенок из водной среды – амнеотического яйца – выходит в водную же среду). После родов ребенок не разлучается с матерью ни на минуту. Еще связанный с ней пуповиной, его «дорогой жизни» в течение предыдущих трех месяцев, он уже начинает сосать материнскую грудь, высасывая первые, ценнейшие для него порции молозива. Продолжающееся поступление крови из материнского организма через пульсирующую пуповину дает ребенку дополнительно 160–180г плацентраной крови, обогащенной иммунными телами. Естественный иммунитет, полученный ребенком в первый час его жизни на Земле через материнскую кровь и молоко закладывает основы его будущего здоровья и дает возможность избежать профилактических прививок, создающих искусственный противоинфекционный иммунитет, разрушающий впоследствии иммунную систему взрослого.

Подобные роды закладывают основу будущего психического здоровья человека и дают ему душевную устойчивость против стрессов на всю жизнь.

Определенная предродовая подготовка организма беременной женщины путем ее очищения и правильного питания делает домашние роды совершенно безопасными.

Обо всем этом существует наука, называемая духовным акушерством, которую мы будем изучать на семинарах о естественных родах.

Здесь необходимо отметить то вжнейшее обстоятельство, что дети, рожденные женщинами, прошедшими курс естественной терапии в период беременности, оздоравливаются от возможных в будущем заболеваний еще в материнской утробе и им гарантировано в земной жизни полноценное здоровье без лекарств и профилактических прививок.

Обучение же «беременной пары» пренатальному воспитанию плода (т.е. дородовому обучению), гарантирует к тому же высокие умственные способности, хороший характер и разнообразные способности которые должны быть развиты после рождения специальными методиками.

Как родить ребенка, который никогда не будет болеть!

Беременная женщина, которая ест котлеты, шашлык, сосиски и рыбу, пьет молоко, ест творог, готовит своему новорожденному ребенку ангину, воспаление легких, бронхит, гайморит, а потом – головную боль, заболевание почек, суставов, и даже эпилепсию.

Здоровье и жизнь – это то, что нужно всем людям. Начало жизни определяет все ее дальнейшее течение. А начало человеческой жизни – в материнской утробе. Как сформируется там, в тайне и тишине святая святых природы, будущий человек? Здоровым, красивым, умным, счастливым или наоборот? Все это зависит только от женщины, готовящейся к священному званию – МАТЬ. Она творец своего дитя, она его лелеет и формирует, как скульптор скульптуру. Если скульптура некрасива – неужели она виновата в этом? Ведь за девять месяцев беременности не только создаются внутренние органы, и формируется внешний облик человека, но программируются, закладываются его способности, его возможности. После рождения нужно суметь только правильно их раскрыть и реализовать.

Здоровый ребенок, который не болеет никогда, это ли не мечта родителей, а тем более матерей?! Кто проводит с ребенком бессонные ночи, прислушиваясь к дыханию больного малыша, со страхом притрагиваясь ко лбу, пылающему жаром, – мать, для которой детские годы ее ребенка часто превращаются в непрерывное хождение по врачам и лечение в детских стационарах.

Как избежать детских болезней и лечения детей лекарствами, которые совершенно подрывают иммунную систему, как добиться того, чтобы ребенок не болел детскими инфекциями, не принимал профилактических прививок, нарушающих внутреннюю экологию организма? И возможно ли это?

Современная наука о естественной профилактике и лечении болезней говорит на основании опыта – возможно вполне! Но для этого необходимо создавать здоровье ребенка до его рождения, а не после. Не только здоровье, но и характер и даже судьбу будущего человека может создать мама.

Это великое таинство природы, сравнимое с сотворением первого человека, и как же можно беременной женщине, которая выполняет роль творца по отношению к своему ребенку, вести себя, как она хочет или как принуждают обстоятельства? Кушать что хочет, слушать все что придется – рок-музыку или ругань, например?

Будущий человек внутри нее слышит и видит все это, но ведь одновременно он формируется внутренне и внешне, и поэтому и разум, и душа, и тело этого человека создаются в прямой зависимости от того, какую информацию: положительную или отрицательную получает его мать. А все детские инфекции? Будут ли они возникать и развиваться в чистом организме? Ни в коем случае! Так, а что такое чистый организм? Человек, который часто купается, моется? Нет, мыться и купаться нужно ежедневно, но это – чистота только наружная. Кроме нее есть чистота внутренней среды, чистота клеток и тканей, и если она существует, то простуда не вызовет ангину, а дифтерийная палочка не вызовет дифтерию, а возбудитель дизентерии – кровавый понос. Попросту все эти микробы погибнут под воздействием здоровой энергии наших клеток, просто сгорят в этом биополе.

Значит, надо помочь организму очистить себя до конца. Как? Подавлять очистительные реакции лекарствами? Не получится ничего хорошего, кроме аллергии, т.е. накапливания в организме мертвых клеток убитых микробов и своих собственных, недаром же пенициллин и родственные ему препараты называются антибиотиками, т.е. «убийцы жизни». Именно они и вызвали огромную вспышку аллергических заболеваний во всем мире и сумели истощить иммунитет части населения до такой степени, что начал одолевать приобретенный иммунный дефицит, т.е. СПИД.

Итак, вернемся к началу – началу человеческой жизни. Как ее лучше всего начать? Лучше всего начать в чистоте. То есть будущей маме еще до зачатия или в возможно ранние сроки беременности нужно очищать организм от гноя и отбросов, накопленных в течение жизни. Но, очистившись однажды, беременная женщина должна строить тело будущего ребенка из здорового «прочного строительного материала», т.е. ей нужно употреблять в пищу те продукты, которые не вызывают образования гноя в организме и снабжают плод всеми микроэлементами, и витаминами, а также достаточным количеством биологической энергии. Это сырые растительные продукты: фрукты, овощи в виде протертых салатов, орехи, листовая зелень, проросшие зерна злаковых – пшеницы, овса, гречихи, тыквенных семечек, подсолнечника. Все эти продукты создают здоровое чистое тело будущего ребенка, который родится здоровым, и не будет болеть никогда при условии грудного вскармливания и правильного питания в дальнейшем.

Мы, имеем большой опыт лечения больных детей, начиная с новорожденных, причем страдающих месяцами и годами диатезами и бронхиальной астмой, частыми и хроническими простудами, эпилепсией.

В нашем центре экологии человека все они вылечивались окончательно, (результаты лечения отслеживаются в течение нескольких лет).

Будущие мамы! Задумайтесь о здоровье и благополучии своих детей, пока они еще не родились – это будет как раз вовремя!

Питание беременной женщины

Всем вам известна совершенно неблагополучная демографическая ситуация, сложившаяся в последние годы в России и в Краснодарском крае. Смертность уже превысила рождаемость, т.е. идет естественная убыль населения. Причем население убывает не в результате войны, массовых убийств, а в результате условий жизни. Это говорит о том, что мы живем неправильно, и заставляет задуматься: что же делать, чтобы исправить эту неправильную жизнь?

Из чего создан человеческий организм? Из воздуха, которым мы дышим, воды, которую мы пьем, и пищи, которую мы едим. Постараемся же исправить компоненты окружающей среды, составляющие наши ткани, чтобы получить хорошее их качество, т.е. здоровье, способное противостоять простудам и инфекциям. Поскольку ни простуд, ни микробов избежать нам все равно не удается.

Состав воздуха мы изменить не в силах. Дышим тем, чем нам дано: в городах – грязным воздухом, в сельской местности – достаточно чистым.

Состав воды тоже мало зависит от нас, можно только в какой-то степени ее очистить: фильтровать, кипятить, замораживать и т.д. Зато мы имеем полную возможность, подбирать себе ту пищу, которая построит наше здоровое тело, свободное от болезней и не допускающее возможность заболеть. Как же не воспользоваться этой великолепной возможностью женщине, особенно той, которой предстоит родить ребенка?

Наступил счастливый миг в жизни женщины, она узнает, что беременна. Господь сподобил ее высшему счастью – дал ей возможность сотворить человека, как когда-то сотворил его Он сам. И потому беременная женщина должна, прежде всего, постоянно находиться в молитвенном состоянии, мысленно обращаться к Богу, благодарить его за счастье материнства и спрашивать советов, как себя вести. Бог никогда не останется глухим к молитве матери, и она получит ответы на все свои вопросы, если будет серьезна и настойчива в стремлении получить их. И вот в этом состоянии ей нужно, прежде всего, позаботиться о пище, т.е. строительном материале для своего ребенка. Но чистая, благотворная, полноценная пища дает пользу только в том случае, если она попадает в чистую среду. Значит, первой заботой беременной женщины должно быть очищение собственного организма от ненужных, накопленных за прожитые годы мертвых гниющих тканей, отбросов обмена, накопившихся во всех органах человеческого организма.

Как это сделать?

Прежде всего, выпить слабительное, лучше всего, если нет гастрита или язвы желудка – 30–40 г сульфата магния (английская соль, растворенная в стакане теплой воды), в семь часов вечера. Это прекрасно очистит желчные ходы печени и кишечник. Очистительная клизма на следующее утро промоет кишечник, освободит от огромного количества залежавшихся каловых масс, слизи и даже гноя. Такая клизма (2 л теплой воды + 1 столовая ложка крупной столовой соли) должна быть проделана в течение недели ежедневно по утрам. Для того чтобы очищение коснулось не только кишечника, но и других органов: печени, почек, особенно легких и бронхов, в которых сидят многолетние залежи слизи и гноя, необходимо первые пять дней воздержаться от пищи, а принимать только чай, настоянный на травах, обладающих очищающим действием, с добавлением меда (1–3 чайные ложки на 1 стакан) и сока лимона или калины, вишни, алычи, граната – (около 3 столовых ложек свежевыжатого сока на 1 стакан). Такой чай прекрасно очищает и питает все ткани организма матери и плода и вполне дает возможность очень спокойно 5–7 дней воздерживаться от пищи. Такое воздержание вместе с ежедневным промыванием кишечника основательно прочищает кровь и лимфу будущей мамы, что приносит огромную радость ее дитю, которое начинает питаться кровью, чистой от токсинов и ядов, выделяемых в кровь многолетними отбросами, накопившимися в кишечнике, легких. Тем самым закладывается основа не только здоровья, но и характера ребенка, а потом взрослого человека.

После 5–7-дневного воздержания от пищи (в эти дни можно также пить

свежевыжатые цитрусовые соки) женщина должна начать соковое питание с добавлением свежих фруктов. Это означает, что утром она продолжает выпивать 1–2 стакана травяного настоя, затем до 11 часов дня 2–4 стакана соков: яблочного, апельсинового, грейпфрутового, гранатового, виноградного, вишневого, сока свежих помидоров – по сезону, по вкусу, в чистом виде или смешивая 2–3 вида соков. В 11 часов, можно съесть, какие нибудь свежие фрукты – по сезону, или фруктовый салат из 2–3 видов разных плодов.

Такой салат вкусен и полезен, нарезанные фрукты можно полить взбитыми сливками или сметаной.

Следует помнить золотое правило, фрукты – самостоятельная еда. После них или до них нельзя ничего кушать, потому что иначе вся их польза превращается во вред – фрукты, смешиваясь с хлебом, сыром, мясом, маслом, начинают бродить в желудке и кишечнике, нарушается пищеварение, и в кровь всасывается из кишечника огромное количество ядов, разрушающих ткани организма.

Через 1,5 часа после фруктового завтрака можно выпить травяной чай или сок фруктовый или овощной. Овощные соки представляют особую ценность для человека, тем более беременной женщины. Они поставляют организму строительный пластический материал для тканей плода. Их готовят так: овощи подбирают лучшего качества, моют, чистят, пропускают через соковыжималку, лучше электрическую, можно и ручную или мясорубку, затем отжимается сок через ткань. Сочетания овощей следующие: морковь, свекла, капуста; морковь, свекла, яблоки; тыква, яблоки; морковь, яблоки. Во все эти соки можно добавлять сок редьки, пастернака и зеленые соки: петрушки, щавеля, свеклы, шпината, огурцов, помидоров, болгарского перца. Такие соки можно пить в количестве от 3 до 6 стаканов в день. В 15 часов можно снова поесть фрукты, а затем в следующий раз поесть в 19 часов – фрукты или салат из протертых овощей, по сезону; в салат кладутся те же овощи, из которых готовят соки, протирая их на мелкой терке, добавляя зелень, лук, чеснок, сок лимона, клюквы или помидоры, очищенные от кожуры.

В 21 час можно выпить свежий сок – 1–2 стакана, фруктовый, или овощной; можно вместо сока выпить отвар трав с медом и соком лимона (или 1 чайной ложкой яблочного уксуса). В дальнейшем через 5–7 дней в салаты можно добавить орехи, подсолнечное масло, сырые яичные желтки, проросшие зерна пшеницы, подсолнуха, гречихи (размолотые в кофемолке).

Далее можно заправлять салаты сметаной, добавлять в пищу печеные овощи – тыкву, свеклу, лук, айву с маслом, зеленью, приправами и каши – гречневую, ячневую, сваренные на воде с добавлением после готовности соли (очень мало), масла, лука и протертых овощей. Такие каши очень вкусны, питательны и полезны. Два раза в неделю можно вводить в питание творог, сметану, сливочное масло. Творог можно сочетать, как и орехи, только с овощами и зеленью, кислыми фруктами. Свежевыжатые овощные и фруктовые соки обязательны в рационе беременной женщины ежедневно и обязательно нужно добавлять к сокам, салатам и кашам пшеничные отруби и сырые яичные желтки (1–2 в день).

Такой пищевой рацион является биологически полноценным и не вызывает процессов гниения и брожения в кишечнике и после – в других тканях. Женщина, питающаяся таким образом, однозначно родит здорового ребенка.

Пшеничные отруби – это прекрасный источник витамина В.

Итак, будущие мамы, обдумайте внимательно, что лучше: питаться привычно, рискуя собственным здоровьем и здоровьем своего малыша или, приняв к сведению приведенные рекомендации, вовремя перейти на правильное и полноценное питание.

Желаю успеха тем, кто сделал правильный выбор.

Надо спасать до рождения!

В ряде центральных средств массовой информации в последнее время появились статьи об участившихся случаях внезапной смерти детей грудного возраста, или, как это еще называют, о синдроме СВС. Трагедии чаще всего случаются в осенне-зимние месяцы, жертвами становятся малыши 4–6 месяцев от роду. Почему такое происходит? Об этом сегодня размышляет врач-натуропат.

Очищение организма беременной женщины – это гарантия от возникновения СВС у ее будущего ребенка.

Трехкратная такая процедура за 40 недель вынашивании плода в сочетании с чистым питанием матери обеспечит здоровые ткани новорожденного, что исключает возможность дальнейших заболеваний от охлаждения, инфекции и так далее.

Чистый режим питания – это и чистое грудное молоко, лишенное гнойных токсинов. На мой взгляд, СВС возникает от интоксикации организма ребенка, то есть оттого, что концентрация токсинов в его крови достигла некой критической величины. Часть из них попала в кровь из тканей 4–6-месячного малыша. Они накоплены там за девять месяцев его пребывания в организме матери и питании кровью матери, содержащей массу токсинов, попавших туда в процессе пищеварения.

Гормонально весьма активный организм матери справляется с этими ядами, отправляя их в разные уголки организма, чаще всего в подкожную жировую клетчатку. Однако часть их проходит через барьер печени матери и плацентарный барьер и с кровью пупочной артерии попадает прямо в организм плода и накапливается в его тканях.

Рождается ребенок, по-видимому, здоровым. Но отчего этот здоровый ребенок заболевает? От переохлаждения? От вируса? А ведь он кормится грудным молоком, где фильтруются те же токсины, которые шли к нему с материнской кровью во время беременности. К 4–6 месяцам жизни концентрация трупных ядов в организме ребенка достигает той критической величины, которая и вызывает смерть при параличе дыхательного центра в продолговатом мозгу.

Предвижу вопрос: откуда трупные яды у новорожденного? Они образуются в организме матери в процессе пищеварения животных белков и частично рафинированной и обработанной пищи, короче, пищи, лишенной своих натуральных, природных качеств, то есть живой, биологической энергии нативной структуры молекул. Называются эти яды – путресцин, кадаверин, птомаин, и о них написано в любом учебнике биохимии.

Очистите организм беременной от них, снабжайте его сырой растительной пищей – фрукты, овощи, свежевыжатые соки, проросшие зерна, орехи – и вы гарантируете здоровье матери и ребенка, отсутствие в числе прочего также токсикозов беременности.

Нами разработан метод профилактики детских заболеваний путем пренатального оздоровления плода. Это делается введением беременной женщины с возможно более ранних сроков беременности в гигиенический режим питания, отдыха, труда, семейных отношений и созданием для нее положительного информационного поля.

В этой работе участвуют врач-гинеколог, сама беременная, ее муж и, по возможности, все близкие и заинтересованные в ее судьбе люди. Для каждого из них это также работа для самого себя, своих детей и родных.

Не сомневаюсь, что разработанный нами в Краснодарском центре экологической медицины метод пренатальной профилактики спасет детские жизни от угрозы СВС, а также и детского церебрального паралича. Очень хотелось бы организовать в Краснодаре курсы для беременных женщин (а лучше – супружеских пар). Конечно, в первую очередь это будут женщины из группы риска, у которых в семье уже произошла трагедия СВС или есть ребенок с ДЦП.

Способы предупреждения этих и других заболеваний, применяемые до рождения ребенка, в организме матери, детально разработаны нами теоретически и дают хорошие результаты.

Лечить ли детей лекарствами?

А как же еще лечить? так и слышится голос встревоженной мамы. Что делать, если температура у ребенка высокая, ребенок кашляет, задыхается? Как тут удержаться от спасительной жаропонижающей таблетки или от уколов? У ребенка воспаление легких – скорее назначают антибиотики, без промедления колят четыре раза в сутки только они спасут!

Сколько же здесь заблуждений, нагроможденных одно на другое! Начнем с конца. Что вызывают антибиотики в качестве побочного эффекта? В лучшем случае – дисбактериоз кишечника, поносы, в худшем – глухота и остановка умственного развития ребенка.

Но чтобы уметь избежать лекарств, нужно знать, отчего болеют дети простудными заболеваниями и как можно предохранить их от этих болезней и не довести до того, чтобы антибиотики стали жизненно необходимыми.

Отчего заболевают первой ангиной? Почему в 2–3 месяца ребенок вдруг начинает кашлять и чихать? Что такое простудное заболевание? Простудное заболевание – это очистительный криз, начатый природой в загрязненном отбросами обмена детском организме. Это очищение маленького человека (так же, как и взрослого, между прочим) от слизи и гноя, которые накопились в его дыхательных путях, бронхах, глоточных миндалинах. А как же холод? Простудился – заболел? Но это повсеместное и укоренившееся в людях заблуждение!

Воздействие холода, простуда – это только повод, провоцирующий начало процесса очищения. Выходит – холод полезен? Да! И простуживаться полезно, и болеть тоже? Да! Но лучше все-таки не болеть, т.е. лучше не загрязнять ткани организма, чтобы не приходилось потом очищаться таким неприятным, а иногда и небезопасным образом. При загрязнении организма неудаленными продуктами обмена (шлаками) любая простуда (а иногда пыльца растений, мед, цитрусовые) становится поводом для их вывода и очищения живой системы. Так уж мы устроены: человек – часть экосистемы, в которой все взаимосвязано, и там, где грязно, природа

чистит, т. к. всегда в каждом своем звене она стремится восстановить нарушенное равновесие.

Существует выражение «Микробы – наши друзья», потому что, паразитируя на отходах обмена, скопившихся в наших тканях и, разлагая, их они способствуют освобождению организма от этих отходов, намного более ядовитых для нас, чем те же вирусы и микробы. Ведь известно, что здоровые клетки бактерицидны, они убивают любую инфекцию, если они здоровы, если их энергетический потенциал не снижен огромным количеством собственных токсинов.

Откуда же эти шлаки, токсины, отходы в нашем организме? Да из всего того, что мы едим, пьем, вдыхаем, то есть из того, что входит в наше тело и перерабатывается в нем.

Причиной скопления гноя и слизи в наших тканях становится, прежде всего, мясная и молочная пища, особенно у детей с несовершенными еще механизмами иммунитета.

Почему мясная пища? Предвижу удивление и возмущение читателей: а что же кушать, откуда взять белки для растущего организма?

Начнем по порядку. Почему мясо превращается в гной в наших тканях? Потому что оно гниет в желудочно-кишечном тракте с выделением очень ядовитых веществ – трупных ядов, имеющих свои названия: путресцин, кадаверин, индол, птомаины. Обо всем этом узнает любой врач на втором курсе медицинского института, но потом „забывает» и поэтому «забывает» очищать и организм заболевшего человека от ядов, которые день за днем накапливаются в печени и выводятся недостаточно при том режиме мясного и смешанного питания, которого мы придерживаемся. Скапливаясь в организме, токсины гниения попадают из крови в ткани, отфильтровываются, главным образом жировой тканью, ее так и называют – «отстойник шлаков». Помимо жировой ткани эти токсины очень часто попадают в суставы (отсюда полиартриты), а у детей, чаще всего в глоточные миндалины и верхние дыхательные пути, а отсюда ангины, ОРЗ, бронхиты, пневмонии. Потому что в этих, тканях токсины вызывают гибель лейкоцитов, и других клеток иммунитета, устремившихся в очаг скопления токсинов для их разрушения. Начинается неравный бой, очень часто оканчивающийся победой ядовитых продуктов, т.е. гибелью клеток организма. А скопление мертвых клеток подвергается в тканях бескислородному распаду, т.е. гниению.

Процессу накопления гноя и возникновению воспаления в любом органе нашего тела способствует еще то обстоятельство, что чужеродные белки мяса и молока вызывают в организме образование излишних антител (как всякая чужеродная животная ткань), т.е. дают начало аллергическим заболеваниям, которые на самом деле всегда являются результатом наличия в организме какого-то гнойного воспалительного процесса в прошлом или настоящем, будь то ангина, фурункулез, синусит или воспаление легких.

Все факторы, вызывающие аллергию (кроме химических раздражителей), в том числе «злейший враг человека – амброзия», на самом деле, как и простуда, только способствуют очищению организма от забивших его шлаковых продуктов, а это проявляется кожными высыпаниями или отеком, чиханием или удушьем.

Белки молочных продуктов, особенно принятые вместе с крахмалами (молочные каши), у детей превращаются в слизь и забивают верхние дыхательные пути. Белки

коровьего молока, а тем более сухих молочных смесей, никак неприемлемы для детского организма. Для их усвоения ребенок тратит слишком много своих энергетических ресурсов, а усваивает их не полностью, а только частично. Остальная часть, становясь антигенным продуктом, в конце концов, трансформируется в слизь, и начинаются бесчисленные ОРЗ и пневмонии. Как мы лечим их? Лекарствами, направленными против возбудителя заболевания – микроба. В результате гибнет и микроб, и клетка, в которой он паразитирует, и все это копится внутри организма до поры до времени, пока в один, далеко не прекрасный день может быть уже не у ребенка, а у взрослого начнется аллергический насморк, бронхиальная астма, экзема, полиартрит, воспаление почек, печени или того хуже – острый суставной ревматизм, диссеминированная волчанка, арахноидит, тот же вирусный грипп.

Возникает два вопроса: как лечить заболевание и как не допустить его? Конечно, лучше заболевание не допускать. А для этого мы должны быть очень внимательны и добросовестны по отношению к своему ребенку не только, когда он родился, но и пока еще не родился. Иными словами, беременная женщина должна правильно питаться, не загрязнять свою внутреннюю среду, т.к. от качества ее тканей и состава крови напрямую зависит качество тканей, то есть здоровье будущего ребенка. Нельзя допускать накопления гнойных токсинов в организме ребенка еще до его рождения, а именно это и происходит при смешанном питании беременной женщины, лишенном каких бы то ни было гигиенических правил. Такой ребенок, появившись на свет, неминуемо будет болеть, потому что система тканей и органов организма должна очищаться, чтобы быть жизнеспособной. Так ведь не помогаем же мы этому процессу очищения, начавшемуся во время болезни, а только мешаем ему приемом пищи и лекарств!

Результат – болезнь загоняется внутрь, компенсируется, становится хронической или переходит в какое-то другое заболевание.

Теперь возникает другой недоуменный вопрос у мамы – как кормить новорожденного? Чем, если не молоком и не молочной кашей? Новорожденного ребенка нужно кормить, прежде всего, грудным молоком, и это святая обязанность каждой матери. Но не всегда оно бывает, и не всегда оно идет на пользу ребенку, очень часто – во вред, и ребенок на грудном вскармливании болеет всеми детскими болезнями. Это говорит только о том, что состав материнского молока является гноеродным и, питаясь им, ребенок загрязняет свои ткани гнойными токсинами, теми самыми, которые вырабатывает материнский организм в кишечнике (в результате смешанного питания) и отфильтровывает в кровь, а из крови – в молоко. А лактация – прекрасная возможность для очищения крови: материнский организм очищается, отфильтровывая все токсичные продукты обмена из крови вместе с жиром в молоко. И мать старается: ест побольше да пожирнее и обязательно мясо, чтобы обеспечить ребенку полноценную пищу. Получается больше вреда, чем пользы.

Все это значит – если заболел грудной ребенок, матери нужно срочно очищаться, промывать кишечник, не кушать 3–5 дней, в это время пить настои трав с медом или свежевыжатые фруктовые и овощные соки, или хотя бы кушать только сочные фрукты и овощи, и эту пищу продолжать как можно дольше, одновременно – периодически промывать кишечник.

Ребенку тоже нужно промыть один или два раза кишечник и одновременно с грудным вскармливанием (в результате фруктово-овощной диеты молоко матери очищается, совершенно изменив свое качество), давать питье в виде настоя мяты и шиповника с медом и соки сочных фруктов, но свежевыжатые. Если болеют дети, уже отнятые от груди, нужно обязательно несколько раз промывать им кишечник и сразу

переводить на настои трав с медом, фруктовые и овощные соки в течение 3–5–7 дней. Потом давать ребенку козье молоко, а прикармливать, кроме фруктовых и овощных соков, фруктов и овощных салатов, кашами, сваренными на воде с добавлением сливочного масла (кроме манной и рисовой). Такое питание (а с течением времени добавлять сухофрукты, орехи, яичные желтки, сливки, сметану) вполне достаточное и не вызывает болезней.

Если правильно соблюдать режим питания ребенка с самого рождения, а лучше – до рождения, мы не будем иметь больных детей.

Нужно, конечно, чтобы при этом дети дышали чистым воздухом полей, леса, моря, хотя бы когда они болеют. Чистым воздухом, в котором есть легкие ионы и озон, а не воздухом города, где есть огромное количество вреднейших химических выбросов. Старайтесь вывозить заболевших детей за город, в село, там они быстрее вылечиваются. Спокойно, без паники очищайте организм ребенка слабительным, (касторовое масло), не заставляйте его кушать (больные дети сами отказываются от еды), давайте пить отвары трав с медом и соком цитрусовых (лимоны, грейпфруты) или кислых ягод. Летом незаменимы вишневый, томатный, сливовый, яблочный соки, арбузы. Постепенно по мере естественного процесса выздоровления (температуру тела можно снижать аппликациями на ладони, ступни, вообще на тело сырого, протертого картофеля или моркови) добавляйте в пищу ребенка фрукты, салаты из свежих протертых овощей, каши на воде с добавлением сливочного масла после готовности, тушеные или печеные овощи с маслом: тыкву, морковь, картофель, капусту – все это с большим количеством сырой зелени. Подобное лечение физиологично, оздоровляет ребенка и делает его невосприимчивым к простуде, очищает организм от накопившихся в нем болезнетворных продуктов, которые вызывают заболевание.

Мамы! Берегите своих детей от болезней, питайтесь правильно во время беременности и грудного вскармливания!

Что касается полноценного белкового питания, то белков вполне достаточно в овощах, фруктах, зерновых (каши из необдирного зерна, отруби) и особенно – зеленых овощах, грецких орехах и фундуке. Питаясь подобным образом, ваши дети вырастут здоровыми, сильными и умными, с ровным, спокойным характером, без комплексов и капризов. Конечно, при условии, если и вы будете родителями спокойными, доброжелательными и, самое главное, здоровыми.

Ребенок плачет, беспокоится, не спит ночью…

Попытаемся разобраться в заболевании или просто в непонятном беспокойстве ребенка по возможности более полно.

Во-первых, необходимо знать, что плач и бессонница ребенка, когда бы они ни случились, имеют под собой почву – нарушение физического здоровья организма (также, впрочем, как и у взрослого, любое нервное расстройство имеет причину – заболевание физического тела).

В том-то и дело, что энергетические и материальные нарушения в организме связаны очень тесно и нарушение физического тела – любая болезнь, будь то простуда или гипертония делают возможным проникновение в организм человека темных сущностей, которые обладают способностью вампиризировать больного (особенно они любят это делать с детьми, потому что энергия растущего организма –

это самая лучшая, чистая энергия, которой они питаются). Эти темные сущности – злые духи имеют обыкновение паразитировать (как и микробы, кстати) на разрушающихся больных тканях организма. Здоровые, полноценно жизнеспособные клетки попросту их убивают, неполноценные же представляют для них пищу и позволяют расти, и размножаться.

Что же является в организме ребенка или взрослого самой благоприятной пищей для них? Это гниющие, разлагающиеся ткани и каловые массы, накопившиеся в толстом кишечнике, гной, который может откладываться всюду, порой там, где мы вовсе не ожидаем, например, в оболочках головного мозга, вот вам и головные боли, очень упорные, мучающие годами или же заболевания глаз – близорукость у детей или глаукома у взрослых. А известные нам места скопления гноя? Это глоточные миндалины – гланды, придаточные пазухи носа (гайморит) и все лимфоузлы – подчелюстные, подмышечные, паховые, расположенные по ходу бронхов в грудной клетке и другие, расположенные по ходу кишечника в брюшной полости. Гной с током лимфы и тканевой жидкости очень легко попадет в лимфоузлы и в грудные железы кормящих матерей, а следовательно, дальше с грудным молоком в желудок и кишечник грудного ребенка – вот вам и болезни новорожденных и даже синдром внезапной детской смерти, не говоря уже о беспокойстве грудного ребенка, вздутии животика, непонятном крике и плаче. А если ребенок не грудной? Тогда он сам накопляет в себе гнойную ткань. Откуда? Из той пищи, которую ест, так же, как и взрослый человек.

Вот почему пища человека должна быть «чистой» т.е. не гноеродной, не способной превратиться в организме человека в мертвые клетки. А это, прежде всего сырая растительная пища: свежие фрукты, их соки и проросшие злаки. Посмотрим, как же избавить ребенка от гнойных накоплений в организме. Они выделяются сами при любой простуде, кашле, насморке из дыхательных путей. Но самый лучший путь очищения – это очищение через кишечник, т.е. его промывание.

Я очень советую всем матерям, у которых дети начинают плакать, капризничать, плохо спать или просто болеть – высокая температура, ангина, кашель, понос, сыпь на коже и т.д. – сразу же промывать кишечник ребенка очистительными клизмами, причем клизмы нужно делать с помощью большой кружки Эсмарха 1 или 2 литрами теплой (38°С) кипяченой воды плюс 1 столовую ложку соли и 1 чайную ложку питьевой соды или же сок красной свеклы (400 г свежевыжатого сока + 600 граммов воды) или приготовить настой трав (тысячелистник, мята, подорожник, ромашка) и добавить касторовое масло или в особо тяжелых случаях, особенно при судорогах – на 1 литр теплой воды добавить 1–2 ст. ложки сульфата магния («английская соль» – слабительное).

Промывая кишечник (2–3 раза подряд 1–2 литрами воды), мы добиваемся того, что шлаки – яды, обломки мертвых клеток из всех тканей выбрасываются в толстую кишку и оттуда наружу с промывными водами, и поэтому промывания должны проводиться неоднократно (хотя бы пять дней подряд) для очистки всего организма, а не только кишечника.

Если одновременно с этой очисткой кишечника мы не загрязняем организм неправильным питанием (в частности, мясными и молочными продуктами, кашами), а даем ребенку только чистую, энергетическую пищу – свежевыжатые фруктовые и овощные соки, фрукты и протертые овощи, то мы с вами можем рассчитывать на то, что темные сущности, а вместе с ними и болезнь покинут организм навсегда. Изгоняемые же молитвой и святой водой сущности возвращаются снова в свое обиталище, т.к. уверены, что всегда найдут там для себя пищу.

Поэтому реально избавление от болезней только с помощью молитвенных действий доступно лишь святым и праведникам, т.к. они ограждают и защищают себя от темных сил беспрестанной молитвой, молясь ночью и днем, часто лишают себя сна, молясь постоянно.

В нашей же реальности духовное исцеление обязательно должно сопровождаться физическим, и тогда оно дает прочные результаты.

Детский церебральный паралич – почему он возникает?

ДЦП – болезнь, не терпящая суеты. Несмотря на все успехи современных новейших методов лечения, эта патология новорожденных ведет к инвалидности ребенка и взрослого и, во всяком случае, страшно травмирует родителей. По-видимому, всякий родитель предпочел бы, чтобы его ребенок родился без такой патологии. Но как это сделать? Как наверняка родить здорового ребенка?

Механизм и причину происхождения этой болезни у новорожденных необходимо усвоить молодым родителям и всякой беременной женщине, ожидающей ребенка, и тогда она сможет родить дитя, избавленное не только от ДЦП, но даже от ангины! Неужели это возможно! – с недоверием и прямым неверием воскликнут многие. Да, возможно, если будущая мама сумеет разобраться в законах природы, управляющих жизнью вообще и процессом внутриутробного роста и созревания плода в частности. Итак, отчего рождается ребенок с ДЦП?

От того, что он переносит внутробную мозговую инфекцию, т.е., менингит – воспаление мозговых оболочек или энцефалит – воспаление мозгового вещества. Это тяжелые заболевания, которыми болеют и дети и взрослые, и именно они оставляют после себя расстройства центральной нервной системы, подобные ДЦП.

Но детский или взрослый мозг более оформлен, его клеточная организация более совершенна, чем в мозге плода. Именно поэтому внутриутробное воспаление мозга, не закончившего свое развитие, ведет к более тяжелым расстройствам, результатом чего и являются все симптомы этой болезни: паралич конечностей, нарушение речи, отставание интеллекта. Естественно, что внутриутробный энцефалит, как и любое другое заболевание плода, проходит незаметно для матери и наблюдающего ее врача. Вот здесь заключена огромная беда нашего незнания, буквально – жизни вслепую. Если ребенок болен, он плачет, не ест, не спит, у него высокая температура, его болезнь видна! А как увидеть болезнь невидимого существа, скрытого в тайниках материнского организма? Увидеть ее можно только глазами разума. Давайте попытаемся это сделать.

Беременная женщина заболела ангиной, гриппом, воспалением легких. Что означает ее заболевание? Оно означает, что организм матери чрезвычайно зашлакован недоокисленными, неудаленными из организма конечными продуктами обмена веществ (слизь, гной и т.п.), которые при простуде выделяются из организма; из носа, из бронхов – бронхит, заболевают глоточные миндалины – ангина. Но в этом процессе они обязательно в какой-то степени еще и проникают в общий круг кровообращения, через плацентарный барьер в кровь пупочной артерии, которая кормит и поит будущего ребенка. Если плод получает кровь, содержащую токсины гноя (а это трупные яды – путресцин, кадаверин, птомаины и т.п.) и к тому же еще лекарства, которыми беременная лечит, скажем, пневмонию, неудивительно, что эти токсины, попадая в его организм, вызывают самые различные болезни, практически

все те же, которыми болеют взрослые люди. И… где тонко, там и рвется. Где слабее иммунный клеточный барьер плода, туда и проникают эти яды (лекарства) и вызывают воспалительный или дегенеративный процесс в этой ткани. Если это мозг – детский церебральный паралич или эпилепсия – после рождения, если печень – гепатит, от заражения вирусом или без него – после рождения, если почки – пиелонефрит после первой же ангины, которой заболел ребенок, если сердце – врожденный или приобретенный после рождения ревматический порок (тоже после ангины), а чаще всего, легкие, тогда у родившегося ребенка бесконечный кашель и ОРЗ, потом бронхиальная астма, если кожа – аллергические диатезы, чаще пищевые, у взрослых – псориаз, экзема.

Но женщина в период беременности может ни разу не заболеть, и, тем не менее, плод, развивающийся в ее утробе, может перенести любую из этих болезней или несколько вместе.

Почему? Потому что молодая женщина в расцвете возраста и сил (т.е. с активной эндокринной системой) компенсирует свои болезни, а это – даже хуже! Шлаки остаются в организме, не имея выхода (не откашливается мокрота, не выходит гной из придаточных пазух носа), они наводняют кровь, и этой кровью вместе с гнойными ядами питается плод. Вот откуда огромное количество всяческой патологии новорожденных в конце XX века – до 90% детей рождаются больными и ослабленными.

Почему же болеют мамы? Почему ткани у них зашлакованы?

Состав тканей человека определяется качеством съедаемой пищи, т.е. тех продуктов, которые он принимает внутрь своего организма и включает в тканевый обмен. Среди всего разнообразия вкусной еды, которую мы готовим и едим, очень много продуктов, физиологически непригодных для человека и поэтому превращающихся в организме просто в мертвую ткань, т.е. гной, который затекает в любой орган, вызывая в нем воспалительный процесс. И в первую очередь, к нефизиологичным для человека продуктам питания относятся чужеродные белковые продукты, т.е. мясные, а в меньшей степени молочные блюда, и все неправильные сочетания этих продуктов с зерновыми, фруктами, сахаром и т.п.

Знание элементарной гигиены питания становится теперь уже буквально вопросом жизни или смерти! Но почему!? Опять недоумение и возмущение читателя: так ели наши деды, это традиционная, нормальная человеческая еда! Все это так, но, во-первых, болели и они и умирали от болезней, а во-вторых, мы теперь живем в мире техногенном, таком, которого раньше не было никогда, во всей прежней человеческой истории, когда люди ели хлеб с мясом, молоко с сахаром и все остальное. Еще 100 лет назад не было на планете химических заводов, химических удобрений, машин с их выхлопными газами, не говоря уже о радиации, электричестве, атомных станциях, телевизоре!

150 и 100 и 70 лет назад не было еще антибиотиков, химиопрепаратов, гормональных и негормональных иммунодепрессантов и только начинались профилактические прививки против инфекций. Это означает, что среда обитания и человеческий организм, были в значительной степени сохранны и сильная иммунная система, компенсировала неправильное питание.

Техногенная цивилизация разрушила не только среду обитания, но и человеческий организм, а именно: его иммунные, клеточные барьеры. Это проявилось в последние 20 лет уже болезнями иммунодефицита (СПИД, болезнь легионеров, вирус Эбола и

т.п.) и невероятно высокой патологией новорожденных, вызванной нарушением плацентарного барьера беременной женщины.

При таком загрязненном состоянии среды и организма, что остается делать людям вообще и беременным женщинам в особенности? Им остается обратить особое внимание на состав, и качество пищи, и состояние своего организма: кишечника, придаточных пазух носа, легких, бронхов, печени. По возможности надо не загрязнять их неправильным питанием, а при загрязнении – очищать специальными методами очистки в сочетании с правильным питанием тканей организма. Кстати, эти методики очистки – голодание, промывание и так далее, древние, как и само человечество, жившее еще без технических новшеств. Но в том-то и беда людей, что техническая цивилизация разрушила не только среду обитания и физическое здоровье, но и сознание человека. Он стал возлагать надежды на поддержание здоровья и избавление от болезней не на силы природы и организма (т.е. естественную пищу и способность к самовосстановлению), а на лекарства, синтезированные на химических заводах. Абсурд порождает абсурд, и мышление отклоняется от истины.

А ведь посты обязательны во всех религиях, системы очищения и промывания известны более пяти тысяч лет.

Но сегодня ни в одной больнице они не применяются как система при лечении внутренних болезней.

Очевидно, после всего сказанного перед читателем встает два важных вопроса:

1. Как сохранить чистым свой организм?

2. Если организм загрязнен, как его очищать?

Как мы выяснили, в независящей от нас экологически загрязненной среде зависит от нас самих только наша пища, которая, кстати, является главным загрязнителем внутренней среды организма. Современному человеку вполне возможно добиться того, чтобы съедаемая пища не загнивала в тканях и не вызывала в них будущие иммунные конфликты, т.е. образование лишних антител – тканевых клеток, направленных против чужеродных животных белков, содержащихся в пище человека. Хотим мы того или не хотим, но законы природы нельзя ни обмануть, ни обойти. Все мясные продукты остаются для нас именно чужеродными белками, которые загнивают в процессе пищеварения в желудочно-кишечном тракте, а, войдя в состав тканей, после их усвоения слизистой тонкого кишечника, вызывают образование тканевых антител, т.к. до 40% белковых молекул всасываются в кровь через стенку кишечника, не расщепившись (данные американских биохимиков). Отсюда начало всех аллергических заболеваний – от бронхиальной астмы и диатезов до псориаза и у матери, и у ее будущего ребенка. А трупные яды (путресцин, кадаверин, птомаины), образовавшиеся в процессе пищеварения мясных продуктов, дают начало таким заболеваниям, как ангина, воспаление легких, бронхит и ОРЗ опять же и у матери, и у будущего ребенка.

А конечные продукты распада мясных продуктов? Это крайне ядовитые азотистые соединения (мочевая кислота, мочевина, креатинин, креатин и др.), которые не выводятся полностью из организма и задерживаются в нем, давая начало таким заболеваниям, как ревматизм и эпилепсия у ребенка, которому предстоит родиться, ведь они попадают и в его кровь тоже через несовершенный иммунный барьер плаценты.

Но, кроме этих бед, в мясе скрыта еще одна страшная беда. Давайте не забывать, что, употребляя мясо, мы съедаем убойный продукт, т.е. продукт, полученный в результате самого худшего вида насилия – убийства, совершаемого хладнокровно в узаконенном виде, в массовых масштабах с целью насыщения человека. Это еще один абсурд, вынесенный человечеством из ледникового периода и узаконенный тысячелетней традицией, т.е. попросту недомыслием, очень хорошо подкрепляемым вкусовыми качествами мяса. Мясо вкусно, потому что оно сильнее, чем растительная пища, раздражает вкусовые рецепторы – вот и все доводы в пользу его употребления.

Миф о том, что только в мясе содержатся полноценные белки с полным набором аминокислот – давно развенчан. Эти полноценные белки содержатся во всех листовых овощах (содержащих хлорофилл), орехах, некоторых фруктах (груши, хурма, абрикосы и т.д.), а также проросших зернах пшеницы и других злаков.

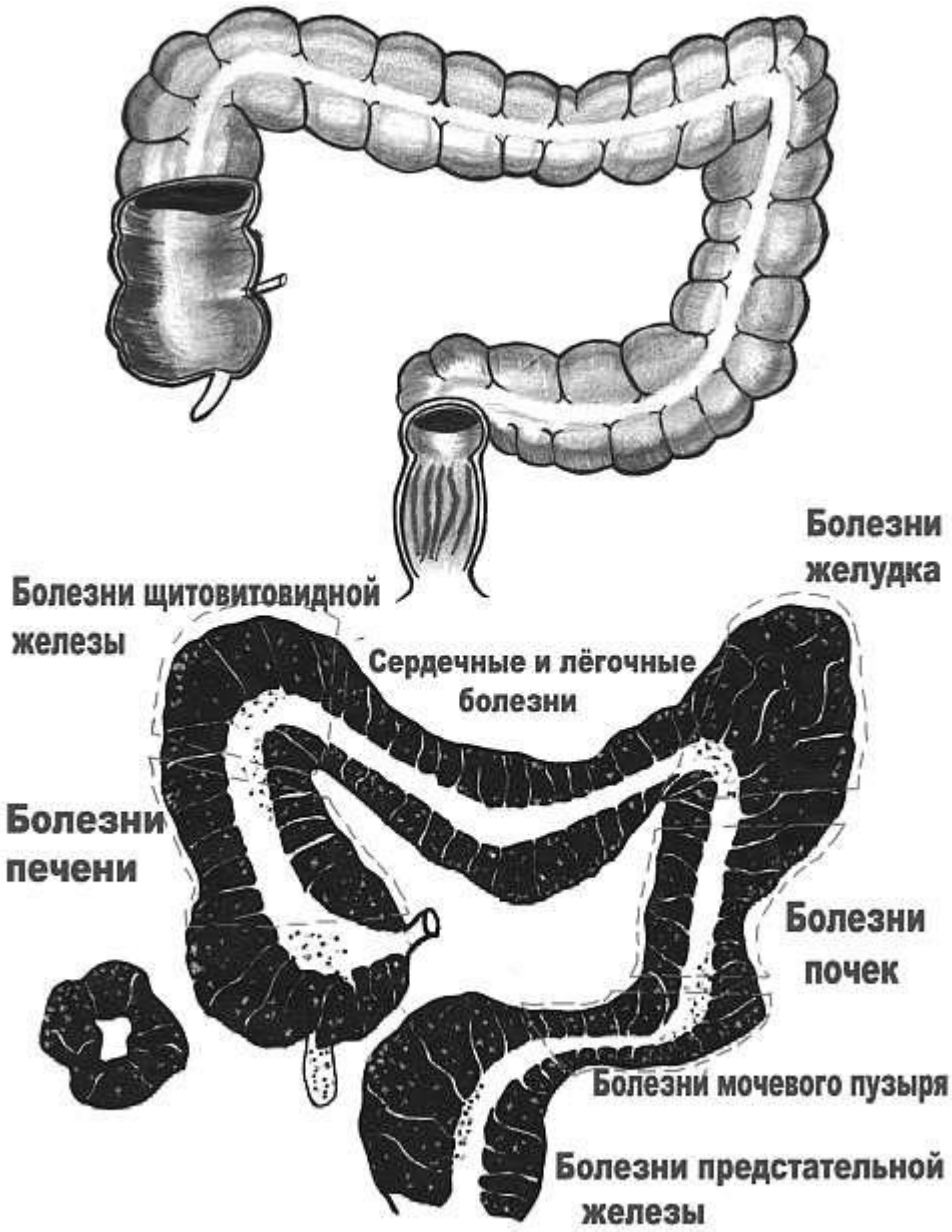
Но самое главное то, что эти полноценные белки, причем индивидуальные и видовоспецифические – человеческие, синтезируют печень и другие ткани при наличии в организме достаточного количества сырья.

А этим сырьем для синтеза аминокислот-«кирпичиков» белковой молекулы, являются для нас углеводы – фрукты, овощи и мед. Достаточно к углеводистой цепочке присоединить молекулу азота, который имеется в избытке в наших тканях (конечный продукт белкового обмена, а наши ткани – это белки) и образуется аминокислота. Этот процесс аминирования углеводистой цепочки очень легко совершается печенью и синтезированные таким образом собственные аминокислоты человека, также легко синтезируются в белковую молекулу, лишенную иммунногенных свойств, потому что она своя, а не чужая – бычья, овечья и т.п. Уже этим организм освобождается от огромного количества лишних иммунных конфликтов, т.е. аллергических реакций, в том числе пищевой аллергии – к цитрусовым, меду, красным фруктам и овощам. Вот и оказывается, что истинными пищевыми аллергенами являются только белковые продукты животного происхождения – мясо, творог, яичный белок, рыба, А цитрусовые, земляника, красные фрукты никоим образом не являются причиной аллергии, а только разрешающими факторами этого состояния.

Итак, мы без мяса не умрем, это точно, но зато и не загрязним организм продуктами его гниения, т.е. гноем. Останется чистой внутренняя среда – ткани и кровь матери, плод получит чистую кровь для своего роста и развития, будет избавлен от угрозы внутренних заболеваний вплоть до энцефалита и церебрального паралича после рождения. Но коли, уже мы заговорили, также о моральной стороне мясоедения, давайте продолжим этот разговор и подумаем, какую информацию получает плод с материнской кровью, когда его мама есть продукт убийства? Он получает информацию насилия, страха и смерти, которая поступает регулярно в течение 9 месяцев беременности и откладывается в его подсознании. После рождения она разворачивается и реализуется в зависимости от ситуации. Это может быть и внезапная болезнь, и неожиданная смерть в любом возрасте от несчастного случая и т.п., это и поступки, продиктованные неосознанным внутренним чувством страха или насилия, а спектр этих поступков огромен – от маленькой лжи в детстве до преступлений в любом возрасте. Вот где и как формируется пресловутое бессознательное Фрейда, это всесильное «бессознательное». Любая женщина, готовясь стать матерью, сильнее всякого психоаналитика, т.е. в ее силах построить психику своего ребенка так, как она того желает. Она может создать себе мысленный образ своего будущего ребенка и лепить его изо дня в день, как скульптор скульптуру. Для этого в ее распоряжении множество средств, и первое из них – это

пища. Чистая пища, т.е. растительные продукты и преимущественно сырые, свежие, т.е. не убитые тепловой и иной обработкой. Это основа здоровья и чистоты ее тканей, а, следовательно, и тканей ребенка.

Но, кроме чистой пищи, необходимо, чтобы любая другая информация, поступающая в организм беременной женщины, была тоже чистой. А это слова, которые она слышит и говорит, книги, которые она читает, музыка, которую слушает, картины и кинофильмы, которые смотрит,, вообще все, что она видит. Ей самой, ее супругу, семье, в которой она живет, необходимо хорошо знать обо всем этом, необходимо понимать, что с ними живет уже будущий неведомый пока им человек, который видит, слышит и понимает все происходящее, но обладает одной особенностью, которой лишены все уже родившиеся в этот мир люди. Этот будущий человек, а теперь – зародыш, плод, очень пластичен физически и духовно, и все сигналы материального мира оказывают на него прямое воздействие, хорошее или дурное, на его физическое строение, черты лица, полноценное здоровье того или иного органа. Мать рассердилась или огорчилась – у ребенка печень предрасполо жена к заболеванию или неполноценному функци-онированию, у матери – интеллектуальные перегрузки на работе, у будущего дитяти – неврозы, перевозбуждение, энурез, непослушание и т.д.



На рисунке представлены нормальный толстый кишечник и толстый кишечник, деформированный в результате недостаточного, неправильного его очищения и различных болезней. Пожалуйста, обратите внимание на то, что участки слизистой оболочки, выстилающие просвет кишечника, являются рефлексогенными зонами внутренних органов (как участки кожи на поверхности тела, ушных раковин, ладоней, стоп, используемых при иглотерапии). Мы постоянно смываем грязь, пыль, пот и т.д. с тела, моем лицо, руки, ноги. А часто ли мы моем свой толстый кишечник? В результате того, что мы этого не делаем никогда, участки слизистой, ответственные за состояние внутренних органов, залеплены плотным слоем гноя, слизи и каловых масс, которые являются постоянным источником интоксикации этих органов. Кроме того, кишечник лишается возможности стать реальными выходными воротами для массы лимфатических капилляров, открывающихся на сосочках слизистой толстого кишечника. Тем самым совершенно нарушается очищение внутренних органов, и процесс лечения нарушается также. Теперь судите сами, возможно ли очищение организма, каждой его клеточки (а не только кишечника) без промываний кишечника? Совершенно ошибочно мнение о том, что промывания кишечника

нарушают, вымывают микрофлору и вызывают дисбактериоз. На самом деле, промывая кишечник, мы восстанавливаем его нормальную микрофлору, так как очищаем его от гнилостных и бродильных масс и лишаем питания болезнетворную флору кишечника. Только тогда кишечная палочка – наш нормальный симбионт (сожитель) – получает возможность нормально питаться и размножаться и синтезировать столь необходимые нам витамины группы В и аминокислоты, используя для этого азот воздуха.

Это все настолько ясные вещи, что становятся понятны всем, если только о них задуматься. А если не думать, то можно делать все: и мясо есть, и водку пить, и курить, и скандалить, или вполне респектабельно и усердно трудиться на производстве, писать диссертацию, заседать в Думе.

Можно делать все, но результаты будут разные. Все-таки лучше всего родить здорового, доброго, послушного, счастливого ребенка. А для этого необходимо не только матери, но всему семейству соблюдать гигиену поведения, питания, взаимоотношений в социуме. Как видим, последствия правильно или неправильно проведенной беременности становятся глобальными и влияют, в конечном счете, на судьбы народов и человечества.

Разве это удивительно? Мать – это земля, на которой растет урожай – человечество. На худом, засоренном поле вырастает негодный урожай. А на чистой, удобренной земле урожай бывает хороший. И потому мало не загрязнять организм при наступлении беременности. Необходимо его очень старательно очищать. Ведь любая женщина, прежде чем стать матерью, болела в детстве и юности и инфекциями, и банальными простудами. А любая ангина и бронхит отложили в организме гной. Ведь она не лечилась очищением. И потому система очистительных процедур, включая промывание кишечника, голодание, питье соков фруктов и овощей, затем чистое питание являются обязательными для любой женщины, готовящейся стать матерью.

К материнству нужно готовить любую девушку и девочку, и это должна делать ее мать.

Методика лечения

В связи со статьями о лечении аллергических состояний, детских заболеваний, предупреждения холеры я получаю много писем с просьбами подробно описать методику лечения той или иной болезни. Поскольку я не имею физической возможности отвечать на все письма, помещаю методику лечения вообще всех заболеваний. Это универсальная методика. Тот, кто внимательно прочтет ее описание и начнет применять то, что написано, не отступая от описанных действий, выполняя все очень точно, убедится в этом на собственном опыте.

Желаю всем здоровья – взрослым и детям. К детям нужно быть особенно внимательными, их ни в коем случае нельзя лечить лекарствами, ребенку голодать можно столько дней, сколько ему лет.

Прежде всего, я должна вам объяснить, что кожное заболевание, в том числе грибок и любое другое заболевание – суставы, сердце, легкие, печень, почки и т.д., – все это происходит от неправильного нашего питания. Очень неправильно питаются все люди, и все люди болеют разными болезнями, а лекарства только усиливают вред, нанесенный неправильной пищей, которая вместе с лекарствами загрязняет

организм. Для того чтобы вылечиться, любому больному нужно очистить внутренности от грязи, гноя, слизи, песка, камней, солей. Это процесс долгий – от полугода до 1 года, но в результате такого лечения больные выздоравливают всегда. Я советую вам и всем членам вашей семьи начать очищение организма и исцеление от хворей, мучающих вас, а если вы сейчас здоровы, очищайтесь и правильно питайтесь, чтобы не заболеть через пять или десять лет, потому что естественное лечение гарантирует человеку полное здоровье на всю жизнь.

Лечение нужно начинать с очищения желудочно-кишечного тракта. В 7 часов вечера нужно выпить слабительное-солевое (если у вас нет язвы желудка или эрозивного гастрита) – 50 г порошка сульфата магния (английская соль), растворив ее в 3/4 стакана теплой воды, и сразу запить отваром трав с медом и соком лимона. После этого сразу лечь на правый бок с грелкой на область печени на 1 час без подушки. Пока лежите, продолжайте пить отвар. Всего до 9 часов вечера нужно выпить 5 – 6 стаканов отвара. Лечь спать обязательно в 9 часов вечера.

Утром от 5 часов до 7 часов нужно промывать толстый кишечник. Для этого в большую резиновую кружку Эсмарха нужно налить 2–3 литра теплой воды (37–38°С). Заранее в этой воде нужно растворить 1 столовую ложку крупной столовой соли и 1 чайную ложку питьевой соды и таким составом промывать кишечник. Очистительную клизму нужно делать в коленно-локтевом положении (т.е. стать на пол, на колени и опираться на локти). Пластмассовый наконечник нужно снять, смазать резиновую трубку вазелином или растительным маслом и провести в прямую кишку. Клизму делать не один раз, а 2–3 раза подряд, т.е. промывать кишечник. Точно такие очистительные клизмы нужно повторять каждое утро 7–10 дней подряд.

Теперь – самое главное! После первой же очистительной клизмы нельзя кушать ничего, необходимо только пить отвар трав с медом и соком лимона, калины, граната, вишни, смородины, кизила – по сезону.

Отвар готовят так: берут мяту, душицу, мелиссу, подорожник, мать-и-мачеху, трехцветную фиалку, шалфей, тысячелистник, ромашку, спорыш, толокнянку, лавровый лист, шиповник, полевой хвощ, по 1 столовой ложке каждой травы, кладут в эмалированную кастрюлю, заливают тремя литрами кипятка, настаивают в течение 20 минут.

Затем начинать пить, добавляя в каждый стакан 1–2 чайные ложки натурального меда и 2–3 столовые ложки сока лимона или кислых ягод. Сок должен быть обязательно свежевыжатым. В крайнем случае, его можно заменить 1 чайной ложкой яблочного уксуса. Пить по 1 стакану через каждый час. За день выпить 10–12 стаканов.

Такое голодание нужно провести в течение от 7 до 10 или 15 дней, смотря по общему состоянию больного и его внутреннему желанию кушать. Язык во время голодания должен обкладываться беловатым, а потом грязным налетом – его нужно каждый день очищать зубной щеткой. Может быть тошнота и рвота. Этого бояться не надо, наоборот, нужно промыть желудок, если есть чувство тошноты. Для этого нужно выпить 3–4 больших стакана теплой кипяченой воды, добавляя в каждый стакан 0,5 чайной ложки питьевой соды. После этого нажать пальцем на корень языка и вызвать рвоту.

После этого продолжать голодание с питьем отвара. Очень хорошо, если начнется кашель с отделением мокроты, гнойные выделения из носа. Нужно продолжать голодание, пока эти выделения не кончатся, но на восьмой день лечения нужно

добавить к отвару питье свежевыжатых соков – фруктовых и овощных.

Очень полезен яблочный сок, смеси морковного, свекольного, яблочного (свекла – красная); тыквенного и яблочного; морковь, свекла, капуста, редька, пастернак; огурцы, помидоры, болгарский перец.

Если сможете приготовить 5–6 стаканов свежевыжатых соков в день (нужно иметь электрическую соковыжималку), можно добавить к этому 4–5 стаканов отвара с медом и кислым соком, то такое «голодание» можно довести до 21-го дня, для полного очищения организма. Если возможно, то очень полезно пить также соки апельсинов, грейпфрутов, мандаринов, а летом – все ягодные соки. Промывание кишечника (клизмы) во время голодания нужно делать ежедневно. После голодания нужно начинать есть очень осторожно – первые четыре дня – только мягкие или протертые свежие фрукты: яблоки, мандарины, апельсины, летом помидоры, арбузы, дыни и т.п., причем продолжать питье отвара, 2–3 стакана в день и питье соков, фруктов и овощей. Кушать три раза в день: в 11, 15, 19 часов. Через 4 дня вы можете добавить к фруктам свежие овощные салаты из протертых на терке овощей с добавлением помидоров, лука, чеснока и любой зелени: укропа, петрушки, кинзы, мяты, свежей ботвы моркови, свеклы, щавеля, шпината. Можно готовить салат только из зелени и лука. Заправлять салат только соком лимона или ягод без масла и сметаны – еще 10 дней. Потом понемногу можно вводить в питание печеные овощи: тыкву, свеклу, лук со свежей зеленью и растительным маслом. В салаты тоже можно добавлять растительное масло – через 20–30 дней от начала их употребления и добавлять один сырой яичный желток ежедневно. Только через два месяца можно вводить в суточный рацион каши: гречневую, пшенную, овсяную, ячневую – варить их на воде, после готовности добавить сырой нарезанный лук, растительное или сливочное масло, можно есть такую кашу с сырым протертым овощным салатом, так полезнее и вкуснее. Супы и борщи, исключительно овощные с добавлением масла и лука после готовности (можно немного сметаны).

Через три месяца от начала лечения нужно возобновить программу очищения, т.е. начать все сначала: голодание – 7–10 дней, питье соков, фрукты, салаты и т.д. Такое лечение нужно повторять каждые три месяца, один или два года. Только в этом случае наступит полное выздоровление. Лекарства нельзя пить никакие.

Примечание:

1. Если у вас больной желудок, нельзя пить английскую соль в начале очищения, а нужно ее заменить тремя столовыми ложками касторового масла, или отваром травы сенны (1 столовая ложка на стакан кипятка, заварить как чай, выпить через 20 мнут).

2. Мясные, рыбные и молочные продукты (творог) нужно исключить из питания. Ни в коем случае после голодания не употреблять мясной или куриный бульон.

3. Хлеб можно есть только испеченный дома: отруби пшеничные и мука в равных количествах, замесить на воде мягкое тесто с добавлением 1 чайной ложки хлебной (пищевой) соды и 2–4 столовые ложки растительного масла. Печь в духовке булочки. Есть их с маслом или овощами.

Домашняя выпечка хлеба диктуется необходимостью избавиться от пекарских дрожжей, совершенно нарушающих микрофлору кишечника и вызывающих дисбактериоз.

4. Растительное масло употреблять только нежареное, негорькое. Пробовать тщательно на вкус перед употреблением. Добавлять его в готовые блюда в небольшом количестве.

Добрый совет – не запускайте болезнь

Вот и осень на Кубани. Дожди, похолодало, золотятся деревья, пожухли, почернели травы. Не пылят амброзия, полынь. Отцвели подсолнухи. Воздух стал чище.

Совсем недавно – в разгар цветения амброзии – много, очень много людей страдало от приступов аллергии – болезни, изматывающей человека и физически, и морально.

Мой товарищ по работе взял трудовой отпуск, к нему присовокупил отпуск без содержания. Все свои сбережения, все отпускные потратил и укатил, чуть ли не в Арктику пережить эти два месяца вдали от цветения аллергенов. И так поступает ежегодно.

На улицах города и за городом можно в этот период встретить и молодых, и пожилых в марлевых масках. Они находят в этом маленькое спасение, хотя и не совсем надежное.

Девушка в троллейбусе. Глаза слезятся, ее мучает зуд в носу, пытается сдержать бесконечные чихания, ей это удается с трудом. Пассажиры стараются держаться от нее подальше. Она это замечает и выходит на первой же остановке.

А вот и я. Из года в год для меня июль, август, сентябрь – самое мучительное время года. Если уж начал чихать, то раз двадцать подряд. Ночь – в носу зуд, дышать нечем, во рту сухо, горечь. Бессонница – встаю, полощу горло, закапываю нос нафтизином. Помогает сначала на два часа, потом на час, потом совсем не помогает. На работу еле плетусь, на работе еле живой. Кто болел, тот знает это состояние. Кто не болел – дай Бог ему этого не знать!

Болел я лет десять, чего только не переглотал. Иногда помогало ненадолго, чаще не помогало вообще.

И, как говорится, беда не приходит одна. Заболела внучка. То же самое: побывала на даче, там косили бурьян – у нее началась аллергия. Из глазенок слезы, личико отекло, во сне захлебывается, носик заложен, спит беспокойно. А время подошло, в школу идти, сентябрь на носу. Тут уж все взрослые позабыли про свои болячки.

В Краснодарском Доме ученых познакомились с врачом кандидатом биологических наук Марвой Вагаршаковной Оганян. Естественно, показываем ей малышку, о себе какой может быть разговор. Марва Вагаршаковна посмотрела девочку, потом и говорит мне: «А вы? Вы же мой больной! Я буду лечить всю семью. Хоть пять, хоть шесть человек – всех буду лечить. А плата? Плата только за одного члена семьи».

Позже я понял мудрость такого подхода. Прикиньте: если один в семье сидит на жесткой диете, а остальные объедаются, ох как трудно будет этому одиночке. А вместе полегче. Да и поправить здоровьишко никому не помешает.

М. В. Оганян лечит методами естественной терапии. Этот метод оздоравливает

организм человека, восстанавливает способность организма противостоять любым болезням.

Судите сами: через две недели девочка пошла в школу здоровой! Я через неделю поехал на дачу, прихватив с собой флакон санорина, но он уже был не нужен. Через две недели я забыл про амброзию, хотя она цвела еще вовсю. Да, я сбросил очень уж лишний вес, сейчас у меня не устают так сильно ноги, а работаю я токарем – смену на ногах. Во время лечения (уже больше месяца) я работал, не забывал дачу.

У жены не было никакой аллергии, но она упорно и скрупулезно выполняла все требования врача. И следила, чтобы все в точности выполнял и я. Готовила отвары, соки, салаты и т.д. Честно признаться, если бы не старания жены, вряд ли я смог бы лечиться успешно. Так что лечитесь семьей!

Впервые жду следующее лето без трепета в сердце. Я теперь знаю, что делать. Заранее готовлюсь к рыбалке, ведь на период цветения амброзии приходится самая увлекательная рыбалка. А сколько лет в эти месяцы не то, что поплавка, света божьего не видел!

Да, лечение платное, но оно намного, намного дешевле, чем бегство на север или в тропики. Я на один нафтизин изводил больше денег.

Мой совет: не запускайте свои болезни.

В. Мотузенко.

Как организовать натуральное питание в семье

Пища, которая продлит жизнь и даст возможность быть здоровым, жизнеспособным, творческим человеком до глубокой старости.

Солнечная пища на нашем столе

Завтрак с 9.00 до 11.00

1.Отвар трав с медом и соком лимона или

– сок виноградный с добавлением лимонного сока;

– гранатовый сок с медом;

– свежий яблочный сок с медом;

– свежий ягодный сок с медом;

– смесь ягодных, только смородинный, вишневый соки (свежевыжатый);

– сок грейпфрута.

2. Свежие фрукты с добавлением сушеных фруктов или салат фруктовый из:

– яблок, груш, кураги, черешни, вишни, сливы, изюма (с лимонным соком);

– апельсины, клубника, слива сладкая со сливками;

– вишня, слива со сливками или сметаной.

Обед с 13.00 до 16.00

Отвар трав с медом и соком лимона или свежий фруктовый сок, или свежий овощной сок:

– морковь 2 ч. + свекла 1 ч. + капуста 2 ч. + сельдерей 1/2 ч.;

– сок тыквы + сок яблока, гранатовый сок;

– сок капусты, огурца, моркови, петрушки;

– морковь 2 ч. + пастернак 1 ч. + капуста 2 ч.;

– свежий томатный сок + сок петрушки.

Салаты

1. Салат из свежих овощей и зелени или только из зелени.

1) протертые на терке: капуста, морковь, свекла, пастернак, нарезанные портулак, петрушка, чеснок + орехи + проросшие пшеничные зерна;

2) крупно нарезанный вдоль болгарский красный перец + морковь + яблоки в дольках;

3) протертые на терке: тыква, яблоки + орехи и кинза + семя тмина + укроп;

4) нарезанные: кабачки сырые, огурцы, помидоры, капуста + зелень кинзы, петрушки, эстрагона, укропа;

5) капуста, огурцы, щавель, семя тмина, эстрагон, укроп, зеленый лук – перья + сметана;

6) щавель, черемша, капуста, кинза, укроп + подсолнечное масло + отруби;

7) зеленый горошек свежий, укроп, кинза, петрушка, зеленый лук, семя тмина + подсолнечное масло или майонез свежеприготовленный;

8) портулак, чеснок, помидоры + подсолнечное масло (майонез домашний: подсолнечное масло, яичные желтки и сметану ввести в салат без предварительного сбивания + соль и сок лимона);

9) проросшие зерна пшеницы + кинза, укроп, семя тмина или плоды фенхеля, эстрагон, салат-латук + подсолнечное масло;

10) портулак, лук, зерна граната + подсолнечное масло + болгарский перец;

11) капуста, яблоки, орехи + морская капуста сухая + сметана + отруби;

12) кислая капуста + семя тмина, яблоки + подсолнечное масло и немного меда + болгарский перец красный;

13) редис и пастернак, протертые на терке + протертый сыр + сливочное масло + укроп + петрушка;

14) листья молодой капусты, сыр и сливочное масло с зернышком граната завернуть в листья;

15) корень пастернака или сельдерея, нарезать ломтиками сыр с укропом;

16) свежии творог + сметана + нарезанная мелко зелень: щавель, укроп, чеснок, семя тмина, петрушка;

17) протереть на терке: белый редис, морковь, яблоки + укроп, кинза, сок лимона или гранатовые зерна;

18) ботва свеклы, щавель, укроп, лук, петрушка + подсолнечное масло + портулак;

19) огурцы, помидоры, зелень, лук + подсолнечное масло, болгарский перец.

Рагу овощные

1. Морковь, свекла, капуста, картошка, лук, пастернак – корень нарезать крупно, добавить болгарский перец. Варить на пару под плотной крышкой в эмалированной посуде 20 минут. После чего добавить сливочное масло или растительное, нарезанную зелень, помидоры (можно без помидор).

2. Кабачки, молодая фасоль, лук репчатый, болгарский перец. Нарезать крупно, тушить на пару 15–20 минут, добавить после готовности масло сливочное или растительное, укроп, помидоры.

3. Тыква, молодая фасоль зеленая, лук репчатый, болгарский перец, тушить на пару 15–20 минут, добавить после готовности зелень и масло.

4. Морковный суп: морковь, лук репчатый, зеленый горошек. Овощи нарезать крупно, долить кипятка, варить 10 минут, добавить после готовности масло и измельченную зелень: укроп, кинзу, семя тмина.

5. Капустный шницель: капусту и лук репчатый нарезать крупно, долить небольшое количество воды, потушить 15 минут, добавить масло сливочное и яичные желтки, снять с огня через 2 минуты + измельченный укроп.

6. Окрошка: сметана, свежий томатный сок (1:2), добавить свежую капусту, огурцы, укроп, щавель, кинзу, сырые кабачки.

7. Спас: сварить пшеничную или ячневую крупу (очень мало соли) в виде супа, добавить нарезанную зелень: укроп, кинзу, свекольную ботву, 3–4 яичных желтка, сразу снять с огня + 1 л сметаны и 1 л воды. Вместо сметаны можно закваску – мацун.

Каши

Крупы (гречневую, ячневую, пшеничную, овсяную пшенную) отдельно или вместе промыть, замочить на 2 часа. Поставить на маленький огонь, варить 20 минут, снять с огня, добавить сливочное или растительное масло, очень мало морской соли или сухой морской капусты. Кушать через 0,5 часа, после упревания. Крупа: 1 часть, вода 2 части.

Каши с овощами: мытые овощи закладывать вместе с крупами в кастрюлю, варить также. После готовности добавить масло и зелень по вкусу.

Голубцы: капуста, листья винограда, молодые листья винограда, молодые листья хрена.

Фарш: крупы промытые + лук, нарезанный мелко и зелень + подсолнечное масло. Фарш завернуть в приготовленные листья, уложить в кастрюлю, залить 2–3 чашечками горячей воды, варить на малом огне до готовности. Фарш можно закладывать также в болгарский перец, баклажаны, помидоры с вынутой сердцевиной. Варить также.

Баклажаны печь на открытом огне, переворачивая 2–4 минуты, снять кожуру, кушать можно горячими без приправы или со сливочным маслом и зеленью или холодными – с подсолнечным маслом, зеленью. Болгарский перец тоже испечь, очистить и добавить.

Рагу: баклажаны, лук, болгарский перец, тыква – тушить на пару + масло и зелень после готовности.

Картофель, печенный с маслом. Картофель отварной с маслом и зеленью. Оладьи картофельные: картофель и морковь натереть на терке, добавить лук репчатый, зелень, яйцо и муку, обжарить слегка на подсолнечном масле.

Пирог картофельный: пюре и сырую тертую свеклу переложить слоями, добавить немного подсолнечного масла и яичные желтки, запечь в духовке.

Хлеб: вода, кефир, мука, отруби, сода, испечь, кушать со сливочным маслом.

Пироги. Замесить тесто: вода, чайная сода, подсолнечное масло, сметана. Замесить тесто из муки 2-го или 3-го сорта и отрубей, можно добавить хлопья «Геркулес». Начинка:

Капуста свежая: нашинковать, добавить зелени любой, немного сливочного или растительного масла. Закладывать в тесто в сыром виде или слегка протушить в воде.

Морковь натереть на крупной терке, добавить яблоки, зелень петрушки.

Свекла красная: натереть на терке, добавить семя тмина или укропа, сливочное

масло.

Тыква оранжевая: натереть на крупной терке, добавить зелень кинзы и семя тмина.

Нарезать мелко зелень петрушки, кинзы, зеленый лук, чеснок, черемшу, щавель, ботву свеклы.

Ужин

По сезону: фруктовые или молочно-овощные салаты.

1. Салат из разных фруктов свежих + сухофрукты, отмоченные со взбитыми сливками или сметаной или в сезон – только дыня и арбузы.

2. Салат овощной со сметаной.

3. Рагу овощное или каша.

Травы для чая:

1. Мята, душица, шиповник, череда, семя укропа, лавровый лист.

2. Подорожник, мята, тысячелистник, спорыш.

3. Чабрец, петрушка, кинза, лавровый лист.

4. Листья смородины, малины, брусники, плоды барбариса.

5. Ромашка, календула, зверобой, спорыш, багульник.

Вегетарианская кухня

1. Долма

Намочить дробленую пшеницу (дзавар) и оставить на 1 день. Отдельно замочить сушеные сливы, на следующий день сливы смешать с пшеницей. В эту смесь добавить изюм, заранее мелко нарезанный лук и кинзу, выдержанную в течение часа в оливковом масле, соль и все хорошо смешать. Взять тонкие листья капусты и выдержать в воде при температуре 70–80°С до смягчения. Листья капусты заполнить фаршем. Готовые голубцы выложить в глубокую посуду и оставить на 4–5 часов. Приготовленное блюдо можно подать к столу. Воду от замоченных слив можно употребить в компот.

2. Плов (гречневый)

На 4–5 часов замочить гречку до полного размягчения. Добавить мелко нарезанный помидор. За час до приготовления в оливковом масле оставить лук. Этот лук смешать с гречкой и помидорами. Оливковое масло лучше нерафинированное. Все это оставить на час, добавляя кинзу и соль по вкусу. Блюдо готово и можно подавать к столу.

3. Плов

Заранее намочить гречку и крупную с отростками пшеницу, смешать с медом. Также замочить сухофрукты (слива, абрикос или персик). Все замоченное заранее смешать.

4. Плов

Замочить за день или за несколько часов до приготовления гречку. Добавить лук, растительное масло, лимонный или гранатовый сок, кинзу или другую зелень, соль или морскую капусту (продается в аптеках).

5. Халва

На один стакан орехов добавить полстакана кунжута, конопли или канеп, все это в толченом виде. В эту смесь добавить пачку гречневой муки. 3/4 ложки меда, сок 1 лимона или 1 апельсина, если нет этого, то 2 ложки воды. Все это хорошенько протереть и уложить в тарелку. Оставить на 2 часа в холодном месте. Блюдо готово.

6. Халва

Гречневую муку смешать с орехом (можно и черную пшеничную муку и толокно), смешать с одной столовой ложкой оливкового масла. Для вкуса можно прибавить ваниль или мускатный орех.

7. Похиндз

Гречневая мука, водой растворить мед, толченый орех. Все смешать. Можно прибавить ваниль или что-нибудь другое подобное. Вместо воды желательно гранатовый сок. (Вместо гречки можно черную, муку или толокно).

8. Геркулес

В воде растворенный мед смешать с геркулесом. Оставить на несколько часов, добавить толченый орех, лимон с кожурой или лимонный сок.

9. Табуле

Лук, помидоры мелко нарезать, петрушку, кинзу, реган (сушеный) смешать с проросшей пшеницей, добавить выжатый лимонный сок. Вместо соли – морская капуста или оливки. Кушать с виноградными листьями, капустными, салатными.

10. Сациви

В воду насыпать гречневую муку, добавить оливковое масло, толченый орех, лук, чеснок, кинзу, петрушку. Вместо соли – морская капуста.

11. Кабачки

Разрезать кабачки толщиной 1 см. Налить на них оливковое масло, немного соли, обвалять в гречневой муке.

12. Тыква

1. Разрезать тыкву толщиной 1 см. Налить на нее оливковое масло, немного соли,

обвалять в гречневой муке.

2. Тыкву натереть на терке, добавить молотый орех и изюм.

13. Айва

Капусту и лук мелко нарезать, добавить оливковое масло, немного соли, в конце добавить тертую айву, можно добавить зелень по вкусу.

14. Редиска, морковь

Морковь, редиску натереть на терке, добавить оливковое масло, соль, зелень, в конце добавить тертое кислое яблоко.

15. Морковь, перец

Морковь и перец натереть на терке, мелко нарезать лук, помидоры, зелень, добавить оливковое масло и лимонный или гранатовый сок. Можно без указанных соков.

16. Морковь

В морковь, натертую на мелкой терке, добавить орехи, пропущенные через мясорубку, добавить ваниль, в тарелке придать форму, украсить дольками апельсинов, абрикосов, другими орехами или мандаринами.

17. Арег

Морковь, натертую на мелкой терке, смешать с толчеными орехами, спелой хурмой (королек), выжать лимон, добавить изюм или дольки финика, ваниль. Подержать в прохладном месте, подать на стол. Можно без моркови.

18. Салат

200 г капусты, 100 г моркови, 50 г свеклы, красную редиску, 2–3 яблока натереть на терке, добавить немного соли, кинзы, петрушку, 6–8 ложек оливкового масла и хорошо смешать, оставить на 1 час, потом подать на стол. Можно добавить чеснок.

19. Салат, бурак

Белую свеклу, тыкву натереть на крупной терке, добавить замоченные заранее сушеные сливы и молотую корицу.

20. Салат

Салат и огурцы мелко нарезать, залить разбавленный водой мед, добавить укроп и лимонный сок.

21. Салат из портулака

Мелко нарезать портулак, добавить кинзу, толченый чеснок, оливковое масло, лимонный сок, можно прибавить лук и другую зелень. Таким же способом можно приготовить ахцан из листьев свеклы или портулака и листья свеклы с

вышеуказанными продуктами.

22. Смешанный салат

Красная свекла, морковь, лук, красный перец, яблоко, айву, грушу, картофель, если есть помидоры, огурцы мелко нарезать, добавить проросшую пшеницу, постное масло, соль, зелень. Вместо помидоров можно использовать лимонный или гранатовый сок.

23. Капуста

Капусту мелко нарезать и измять, добавить оливковое масло, соль, толченый чеснок.

24. Капуста «шрешт»

Немного шрешт капусты смешать с нарезанным мелко луком, добавить соль, смешанную зелень, оливковое масло и лимонный сок.

25. Шпинат-капуста

Шпинат, капусту, петрушку мелко нарезать, прибавить лук, оливковое масло, соль, лимонный сок.

26. Сибех-капуста

Сибех, капусту мелко нарезать, прибавить зелень, лук, оливковое масло, соль, лимонный сок. Таким же способом можно приготовить мандак и другую зелень.

27. Шпинат (спанах)

Шпинат чисто помыть, очень мелко нарезать, прибавить мелко нарезанный лук, кинзу, соль, оливковое масло, петрушку, можно и чеснок, сверху закрыть крышкой, оставить на 1 час, потом подать.

28. Сибех

Можно употреблять в сыром виде. Можно после чистого мытья положить в горячую воду 70–80°, ни в коем случае не кипятить, оставить на 2–3 минуты, после некоторого смягчения процедить воду, мелко нарезать сибех, прибавить лук, кинзу, мяту (если есть), оливковое масло, немного соли, хорошенько помешать, закрыть крышкой и оставить на час, затем подать.

29. Авелук (конский щавель)

Сушеный авелук намочить теплой водой, после раскрытия чисто помыть, раскрывшиеся листья залить водой 30–40°, оставить на 1 день. На следующий день вынуть из воды, процедить, прибавить лук, оливковое масло, петрушку, кинзу и толченый чеснок.

30. Авелук, баклажаны

Можно приготовить так же, как и авелук, только после смягчения нужно баклажаны

протереть через сито и затем смешать со смягченным и измельченным авелуком.

31. Горох

Проросший или замоченный горох прокрутить через мясорубку, добавить тертый орех, мелко нарезанные помидоры, огурцы, лук, кинзу, укроп, оливковое масло и тертый чеснок.

32. Компот

Все виды сухофруктов можно смешать – 300–400 г. Хорошо помыть, прибавить 2 литра воды, оставить на 1 день. После смягчения ложкой хорошенько растереть, чтобы вышел сок. По вкусу прибавить ваниль или гвоздику.

33. Сок шиповника

200 г шиповника хорошо помыть, добавить 3 л воды (в любом случае воду использовать в сыром виде) и оставить на день. После смягчения шиповник растереть на терке, чтобы отделить волоски, косточки и кожуру и отжать через соковыжималку. Положить в холодное место, чтобы не скисло. По вкусу можно прибавить мед.

34. Окрошка

В шиповниковый сок положить мелко нарезанный лук, редиску, капусту, морковь, огурцы, петрушку, укроп, соль.

35. Козинах

1. Мед смешать с тертым орехом, прибавить ваниль или другую пряность.

2. Мед смешать с тертым орехом, прибавить проросшую пшеницу, ваниль или другую пряность.

3. Финики очистить от косточек, прокрутить через мясорубку и полученный джем смешать с кунжутом, положить в тарелку и придать форму абрикосовыми косточками или другими орехами. Таким способом можно приготовить козинах из конопли и с орехами, можно смешать с гречневой мукой.

36. Кекс «Анаит»

Корку 1 лимона, проросшую пшеницу прокрутить через мясорубку и замесить гречневой мукой, добавить мед, тертые орехи, нарезанные финики.

37. Яблочные пирожки

Прокрутить через мясорубку проросшую пшеницу, орехи смешать с тестом, для укрепления добавить гречневую муку, прибавить мед, эту массу положить на тарелку и на него протёртое яблоко.

38 Агада

Моченую гречневую крупу смешать с проросшей пшеницей, добавить кишмиш,

тертый орех, коноплю, кунжут. Можно приготовить без последних продуктов.

39. Торт

Сушеные абрикосы, чернослив, финики вечером замочить, утром воду процедить. Оставить немного абрикосов и чернослива для украшения торта, остальное прокрутить через мясорубку. Приготовить тесто. Смешать гречневую муку с медовой водой, тертым орехом и коркой 1 лимона. На тарелку положить трехсантиметровое тесто, положить 1 слой абрикосового джема, слой теста, джем чернослив, слой теста, джем из фиников. На это посыпать муку пшата и украсить отдельными сухофруктами или свежими фруктами или ореховой мукой и косточками абрикосов.

Оценка биологической ценности продукта по десятибалльной системе

1. Хлеб белый –
2. Рыба 0
3. Фрукты 10
4. Овощи 10
5. Каши 3
6. Проросшая пшеница 10
7. Масло сливочное 8–9
8. Масло подсолнечное 5–6
9. Желток сырой яичный 10
10. Сыр голландский 3
11. Сухие бананы 8–9
12. Бананы свежие 9
13. Апельсины 10
14. Лимоны 10
15. Мандарины 10
16. Суп постный 2–3
17. Борщ 2–3
18. Пыльца 10
19. Отвар с медом 10
20. Кисляк 8

21. Компот сырой 8–9

22. Компот консервированный 6–7

23. Сок консервированный 6–7

24. Соленая еда –

25. Конфеты шок –

26. Оливковое масло 6–7

27. Кукурузное масло 6–7

28. Кукурузные палочки 3–4

29. Яичница 3–4

30. Яичница с овощами 10

31. Жареная картошка 2

32. Вареная картошка 3–4

33. Печеная картошка 5

34. Мед 10

35. Вишневое варенье 3–5

36. Любое варенье 3–5

37. Водка 0

38. Пиво 0

39. Вино 1–2

40. Коньяк 0

41. Тыква в духовке 8

42. Каша тыкв. 7–8

43. Сок свеклы, моркови, тыквы 10

44. Чай с сахаром 2

45. Какао 2

46. Лук жареный 1

47. Арбуз 10

48. Дыня 10

49. Курага 10

50. Компот из кураги 5 – 6

51. Печень трески 0

52. Икра кабачковая –

53. Икра баклажанная –

54. Икра черная 6

55. Икра красная 6

56. Осетр 0

57. Манная каша –

58. Гречневая каша 6–7

59. Геркулес 6–7

60. Молоко коровье 3–4

61. Молоко козье 8–9

62. Компот с сахаром 2

63. Черный хлеб сухар. 1–2

64. Пирог 1

65. Мороженое 1

66. Шоколадка 0

67. Газированная вода 1–2

68. Минеральная вода 5–6

69. Баклажан печеный 6–7

70. Баклажан тушеный 7–8

71. Сок томатный (консерв.) –

72. Алыча, груша, яблоко 10

73. Рыбий жир 10

74. Козий жир, гусиный, маргарин –

75. Сгущенное молоко –

76. Чеснок 8–9

77. Болгарский перец 10

78. Еда с солью 0

79. Еда с сахаром 0–4

80. Майонез 0

81. Сметана 5–6

82. Лапша 1

83. Приправа-корица 10

84. Скорлупа яиц (с лимонным соком) 10

85. Пирожки с курагой 2

86. Пирожки с повидлом 0

87. Печенье 0

88. Кофе –

89. Сухари из черного хлеба 1–2

90. Уксус –

91. Яблочный уксус 7–8

92. Суп гороховый 5

93. Сливки 6–7

94. Творог 2–3

95. Виноград 10

96. Грибы –

97. Пюре картофельное 5–6

98. Рис вареный 0

99. Пупки куриные –

100. Горох с гречнев. кашей 2

101. Вареники 0

102. Торт –

103. Молоко –

104. Бульон говяжий –

105. Уха рыбная –

106. Запеканка обыкновенная –

107. Запеканка крапивная 7–8

108. Укроп сушеный 10

109. Талая вода 10

110. Икра свекольная 6–7

111. Шампанское 3

112. Блины 0

113. Вареное яйцо –

114. Орехи 10

115. Семечки нежареные 10

116. Ананас 10

117. Кокосовый орех 10

118. Квашеная капуста 5–6

119. Крапивный сок 10

120. Все соки свежевыжатые фруктовые и овощные 10

Таблица позволяет ориентироваться в составе пищевых продуктов и составлять совместные сочетания продуктов в нашем питании

Пояснение:

1. Крахмалы и белки в одном приеме пищи несовместимы (хлеб – сыр, хлеб – колбаса, макароны – мясо, крупы – мясо, пироги с мясной начинкой).

Крахмалы и углеводы в одном приеме пищи несовместимы (сладкие каши, сладкие выпечки, выпечки с фруктовой начинкой и тп.).

Углеводы и белки в одном приеме пищи несовместимы (сладкие выпечки с яйцами, молоко с медом или сахаром, орехи с изюмом или медом, творог с сахаром и т.п.).

Совместимы: жиры с белками, жиры с крахмалами, жиры с углеводами (гоголь-

моголь и т.п.)

Белки с овощами (творог, орехи, мясо с овощными салатами, луком, чесноком, зеленью).

При соблюдении этих несложных правил в нашем питании мы сумеем избежать процессов гниения и брожения в пищеварительном тракте, что значительно уменьшит всасывание токсинов из кишечника, и облегчит работу печени по обезвреживанию этих токсинов, что нормализует белковый обмен и состав тканей организма.

Белки			
Белки	Белки	Белки	Белки, угл., жиры
Кисломолоч-ные продукты	Сыр, брынза, творог	Яйца — белок	Молоко
Кефир Простокваша Ряженка	Белки		
Йогурт с добавк. — ЯД!	Мясо, рыба, птица		

БЕЛКИ, углеводы	**БЕЛКИ, жиры**
Белки, углевод	Белки, жиры
Зернобобовые	Орехи, семечки
Фасоль Горох Бобы черные	Грецкие Фундук Каштаны
	Арахис — яд! Фисташки — яд!

Зелень + Овощи (для приготовления обедов и ужинов)			
	Н – нейтральные	**УК-умер. крах**	**К-крахмалист.**
Зелень	**Овощи зеленые и некрахмалистые**	**Овощи зеленые умеренно крахмалистые**	**Овощи зеленые крахмалистые**
Базилик (реган) Ботва свеклы Киндза Лук зеленый Петрушко Подорожник Портулак Укроп Шпинат Щавель	Баклажаны Латук (салат) Капуста Кольраби Лук Листья свеклы Листья репы Огурцы Одуванчик Петрушка Редис Репа Ревень Сельдерей Сладкий перец Спаржа Чеснок Цикорий Шпинат Щавель кислый	Брюква Морковь Свекла Тыква Цветная капуста	Картофель Топинамбур – земляная груша
		Крахмал (углеводы) Картоф. сыр. (+) Картой. печ. (+) Картоф. раг. (+) Картоф. вар. (-)	

Крахмалы, овощи **Овощи**		
Н – нейтральные	УК – умер. крахм.	К – крахмалист.
Овощи зеленые и некрахмалистые	Овощи зеленые умеренно крахмалистые	Овощи зеленые крахмалистые
Баклажаны Латук (салат) Капуста Кольраби Лук Листья свеклы Листья репы Огурцы Одуванчик Петрушка Редис Репа Ревень Сельдерей Сладкий перец Спаржа Чеснок Цикорий Шпинат Щавель кислый	Брюква Морковь Свекла Тыква Цветная капуста	Картофель Топинамбур – земляная груша

Крахмалы	
Крахмал (угл)	Крахмал (угл)
Крупы **Картофель** Гречневая (+) Рисовая (-) Манная (-) Овсяная (-) Ячневая (-) Перловая (-) Картоф. сыр. (+) Картой. печ. (+) Картоф. раг. (+) Картоф. вар. (-)	**Хлеб** Белый (-) Серый (-) Черный (-) Ржаной (-) «Здоровье» (-)

Жиры		
Жиры	**Жиры**	**Жиры, белки**
Масло растительное	**Масло сливочное** **Сливки**	**Сметана**
Кукурузное Оливковое Подсолнечное Соевое Сезамовое Хлопковое	Масло несоленое Сливки	Сметана
	Жиры Сало Жирное мясо	**Жиры** **Желток** Желток яичный Конд,изделия!

Углеводы			
Углеводы	**Углеводы**	**Углевод, орг. к.**	**Углев. орг. кис.**
Фрукты сладкие, сухофрукты	**Сахар, кондитерские изделия**	**Фрукты кислые и помидоры**	**Фрукты полукислые**
Изюм Курага Финики Инжир Урюк Виноград сладкий Чернослив Хурма Сушеные груши Сушеные яблоки Бананы	Мед (+) Варенье (-) Торт (-) Булочки (-)	Помидоры Апельсины Грейпфруты Гранат Лимоны Кислый виноград Кислая слива Яблоки кислые	Сладкая вишня Сладкая слива Манго Свежий инжир Груша Сладкий персик Абрикосы Черника

ЭКОПОЛИС. Экологическая медицина – путь к формированию экологического сознания

Глобальные проблемы человечества

Решение глобальных проблем человечества представляется сегодня наиболее насущным, потому что без их решения не решится ни одна частная проблема. Назовем некоторые из них:

1. Войны, вооружение, продажа оружия.

2. Наркотики, наркомафия.

3. Алкоголизм (курение, свободная продажа алкоголя и сигарет или сухой закон?).

4. Проблема преступности.

5. Проблема злоупотребления властью, которая существовала во все времена и эпохи, с тех пор как существует человечество при любой форме правления и общественном строе.

6. Проблема здоровья или проблема болезней тоже древняя, как само

человечество, мы знаем о древнейших врачевателях всех стран и народов. Все они учили, как вылечить болезнь, но никто, не говорил, как жить, чтобы не заболеть. Никто, кроме Иисуса Христа, который кроме законов нравственных давал правила гигиенической жизни в гармонии с природой.

7. Проблема обучения и воспитания: послушные и непослушные дети, а точнее – восприимчивые и невосприимчивые.

8. Проблема голода, производства продовольствия.

9. Появившаяся в самый последний отрезок человеческой истории, около 200 лет назад, самая, пожалуй, страшная проблема техногенной цивилизации, породившая нарушение экологического равновесия биосферы, обострившая все ранее перечисленные проблемы и заведшая человечество в тупик, за которым – бездна.

Для того, чтобы были оптимально решены все вышеуказанные проблемы, нужно, чтобы люди обладали качественно иным сознанием (т.е. совокупностью знаний), чем-то, которое породило эти проблемы. Проблемы появились от того, что люди выделили себя из природы, вступили с ней в противоречие, а потом вступили в противоречие друг с другом. Все это восходит и берет свое начало напрямую от первородного греха Адама, греха непослушания творения своему творцу и греха Каина, убившего своего брата и положившего начало братоубийству, т.е. вообще убийству. Говоря современным языком, было нарушено экологическое сознание, чувство гармонии с природой и следования ее законам. С течением времени это противоречие углубилось и развилось и расцвело, наконец, пышным цветом техногенной цивилизации – настолько же ядовитым, насколько красивым. Техногенное сознание стало технократическим, поскольку любой человек, а тем более корпорация людей (или каста), стремится к господству над остальными людьми. Так родилось технократичное общество – (это уже нонсенс), способное только погубить человека и природу. Почему? Потому что в таком обществе сознание огромного большинства (преобладающего) проникнуто технической идеей: причем эта идея вторгается в сугубо гуманитарные сферы человеческой деятельности и жизни, к которым относятся сельское хозяйство, медицина, педагогика, искусство, наконец, ареаол существования человека: семья, любовь, рождение детей. Если мы подумаем, то увидим ясно, что все это сейчас технизировано или стремится быть тахнизированным:

а) сельское хозяйство: химические удобрения, пестициды, машинная дойка и т.п. Производство продовольствия во всем мире основано на консервировании и денатурации продуктов питания, т.е. человечество употребляет в пищу в основном мертвые продукты;

б) медицина: компьютерная диагностика, химиотерапия, технологии родовспоможения, искусственные органы, пересадка органов;

в) педагогика: компьютерные игры, лингафоны, видеофильмы и т.д.;

г) искусство: синтезаторы, рок-музыка, телевидение и т.п.;

д) семья: телевизоры, микроволновые печи, компьютерные игры, и т.д.

е) любовь: в семье и вне семьи подменяется сексом, а секс оснащается техническими средствами – наиболее уродливое и антигуманное порождение человеческого ума;

ж) рождение детей; медицинские технологии родовспоможения (стимуляция родов и т.п.), ведущие к родовому травматизму и болезням периода новорожденности.

Итак, пагубность технократического сознания самоочевидна. Если изменится сознание некой критической массы общества – руководящей прослойки, педагогов, врачей и студенчества, – возможно изменение направления развития человеческого общества, причем это может быть в масштабе планеты, континента, страны, города, села, станицы. Совершенно реальна социальная идея – Экополис, т.е. экологическое поселения, в которых человеческая жизнь протекает по законом природы. В Экополисе подчинено все одной идее: жизнь человека в гармонии с природой. Для этого необходимо первое условие: здоровье человека, приобретенное естественным путем, следовательно, нужна экологическая здравница, в которой человек не только лечится и оздоровляется, но и меняет свои потребности, вкусы и привычки на экологически адаптированные – это первое и необходимое условие экологического сознания. В Экополисе предусмотрена реализация человеческих потребностей, которая начинается с первой потребности человека – быть здоровым. Экополисы создаются в сравнительно сохранившихся экологических зонах – сельской или курортной местности. Центрами их являются здравницы естественных методов лечения. Болезни излечиваются полностью, а не компенсируются, как при других видах лечения. Такое лечение меняет также сознание человека, поскольку Экополис включает в себя также сельскохозяйственную зону (экологическое производство продуктов питания) педагогические учреждения (детский сад, школу), а также школу здоровья будущих матерей, где беременные женщины обучаются правильному проведению беременности и рождению ребенка. В таком социуме становятся невозможными противоправные действия против природы и человека, т.е. срабатывает механизм оптимальной саморегуляции, само коррекции экологической системы: человека, социума, биосферы. Экологическая норма поведения, выработанная у членов социума в Экополисах, распространяясь за пределы этих социумов, сделает возможным разрешение всех тех проблем, которые неразрешимы при теперешнем уровне сознания человечества.

Альтернативный путь

Техногенная природа человеческой цивилизации за последние 100–150 лет привела к деградации среды и человека, которая заявила о себе многочисленными болезнями цивилизации и нарушением экологического равновесия очень многих природных экосистем в различных точках земного шара, вплоть до их полного разрушения.

Особенно тяжелые и необратимые по последствиям удары по экосистеме наносятся объектами и продукцией химической промышленности, а также военно-промышленным комплексом всех стран. Если сегодня не попытаться в этой всеобщей, разрушающей среду тенденции найти островки, где возможны еще процессы самовосстановления и структурирования среды и оздоровления человека, то тенденция очень скоро станет совершенно тотальной и гибель всей биосферы, перегруженной химическими загрязнениями и радиационными отходами, не удастся остановить. Биосфера пока еще в какой-то мере стабильна, т.к., очевидно, не достигнут критический предел ее загрязнения. Но, поскольку современная техническая цивилизация развивается однозначно, предел этот будет достигнут не далее как через 15-20 лет, и тогда лавинообразный процесс разрушения станет необратимым. Очень возможно, что он начнется с разрушения гомосферы (человечества) от болезней иммунодефицита врожденного и приобретенного. Появление СПИДа и прогнозы его распространения говорят о том, что третье-

четвертое поколение жителей планеты, выросшее в условиях химической среды, плюс загрязненный воздух, вода, почва, пища, лекарственное лечение и профилактика болезней, становится весьма уязвимым для любого условно-патогенного фактора. Факторов же этих становится все больше с каждым, буквально, днем, и бороться с ними лекарственными средствами, т.е. той же химией, только медицинской, значит, усугублять тяжесть ситуации.

Если мы не хотим быть жертвами химической стихии, вызванной нами же, нам необходимо создавать регионы (пока небольшие, а затем распространяющиеся на новые обширные ареалы), в которых жизнь людей, их лечение, питание, обучение, производственная деятельность, творчество проходят в максимально возможных экологических условиях, качество и объем которых будут повышаться тем больше, чем дальше существуют экологические регионы или Экополисы, поскольку жизнь микросоциума в них стремится быть максимально приближенной к экологическим и биологическим закономерностям земной природы и космоса. Во временной перспективе Экополис реализует запрограммированное в нем структурирование среды и оздоровление человека и тем противостоит деградации биосферы, имеющей место в настоящее время в антропогенной среде. Структурным ядром Экополиса становится экологически чистое лечебное учреждение-стационар, в котором излечиваются как острые, так и хронические заболевания, длительность лечения которых зависит от возраста больного и степени запущенности болезни. Лечение, основанное исключительно на силах природы (чистый воздух, вода, бальнеопроцедуры, солнечное облучение, растительная пища, фрукты и овощи южного региона, энергетически наиболее полноценные) и самого организма, его способности к очищению, саморегуляции, самовосстановлению, активации фармакологических возможностей человеческого тела. После первого этапа лечения, направленного на очищение организма от накопленных в нем токсинов, шлаков, консервирующихся в цитоплазме клеток и вызывающих очень многие болезни (ввиду неполного освобождения организма от конечных продуктов обмена) организм восстанавливает свои способности к самоизлечению: физиологические функции, артериальное давление, вес, сон, работа пищеварительных желез, желудка, кишечника, почек, сердца, уровень сахара в крови, кислотно-щелочное равновесие нормализуется без применения лекарств. Восстанавливается нарушенная работа эндокринных желез: гипофиза (исчезают признаки акромегалии), щитовидной железы при ее гипер – или гипофункции (исчезают как избыточная сонливость, вялость, так и бессонница и перевозбуждение), нормализуется цикл у женщин, исчезают доброкачественные опухоли в грудных железах. При полиартритах любого происхождения могут восстановиться движения даже в неподвижных суставах.

Очень эффективно излечиваются аллергические состояния в любых проявлениях (кожные диатезы у детей, поллинозы, бронхиальная астма, псориаз, экземы, заболевания почек). Изгоняются конкременты из желчного пузыря, желчных и мочевых путей.

В результате лечения происходит обновление физического тела человека благодаря включению процессов аутолизма (растворение и выделение структурных патологических элементов из организма).

Процесс лечения ведет к омоложению организма, восстанавливает утраченные функции, улучшаются память, умственная и физическая работоспособность, восстанавливается нарушенный цикл у женщин до 50 лет, нередко излечивается бесплодие, у мужчин восстанавливается потенция.

Нередко восстанавливаются пониженное зрение (излечивается начинающаяся

катаракта), слух, исчезает шум в ушах и голове.

Знания, приобретенные больным во время лечения, опыт самокоррекции позволяют ему на протяжении всей жизни поддерживать оптимальное состояние здоровья.

В процессе лечения больному помогает подключение к космическим информационно-энергетическим потокам через процесс творчества (рисование, работа с красками, развитие способности к музыкальной импровизации, пению, живописи, музыке, поэзии подобранных таким образом, что они становятся носителями космических энергетических потоков). Оптимизация духовного мира параллельно с лечением тела ведет к гармонии личности в социуме и экосфере, создает качественно новое экологическое сознание, которое позволит реально экологизировать и облагородить среду обитания человека. Вокруг лечебного учреждения создается сад с экологической сельскохозяйственной культурой, восстановлением традиционного этнического земледелия.

В регионе здравницы возможно размещение детских учреждений: детского сада, школы, семейного детского дома, где реализуются принципы экологического питания, обучения, поведения. Все это создает гармоничный социум с расширяющимся радиусом действия, структурирующий и восстанавливающий среду.

Иного пути к ликвидации заболеваемости и заслону экологических катастроф в виде эпидемий иммунодефицитных состояний (СПИД), эрозии почв, химического отравления среды и искажения человеческого сознания, усиливающего многократно эти процессы, мы не видим.

Приглашаем сотрудничать с нами всех российских предпринимателей, зарубежные фирмы, всех ученых, заинтересованных в изложенных идеях, всех, кто может сделать свой вклад в создание экологической зоны Экополис.

Программа экологического поселения

Разработана программа создания экологического поселения, структурирующегося вокруг экологически чистого стационарного учреждения. Взяв за основу деятельности экологически чистые (безлекарственные) методы лечения заболеваний, особенно заболеваний детского и молодого возраста, что является реальной предпосылкой сокращения заболеваемости в социуме, мы развертываем в нем экологические структуры всех сфер жизни человека, наполненные конкретным, адекватным биосфере и ноосфере содержанием (экологическая здравница, экологический профилакторий, школа беременных, родильный дом, детский сад, школа, сельскохозяйственная зона с экологической традиционной этнической агрикультурой, производственная зона -комплекс экологически чистых предприятий, источников энергии, экологической утилизацией отходов).

В целом Экополис формирует у членов социума экологическое сознание, адекватное ноосфере, что позволяет им относиться конструктивно к окружающей среде.

Формируется новое поколение с экологическим сознанием, гармонизированным в биосфере и космосе, в котором изначально исключены действия, направленные на разрушение среды и собственного здоровья. Подобные экологические поселения могут быть созданы в самых различных регионах земного шара, предпочтительно

одновременно в нескольких странах с целью формирования в мире экологического сознания, охраняющего биосферу и нейтрализующего конфронтацию государств.

Лечение, основанное на исцеляющих силах природы и организма, исключительно по эффективности, не имеет аналогов среди известных в настоящее время методов (химиотерапия, гомеопатия, биопольное лечение, рефлексотерапия, гипноз) и гарантирует полное излечение, так как активизирует способности организма к само исцелению.

Экополис обеспечивает раскрытие резервов здоровья, сэкономит средства, затрачиваемые на медицинскую технику и лекарства.

Экополис гарантирует излечение болезней, оздоровление организма, сохранение молодости, умственной и физической активности, оптимизм и жизненный успех.

Предлагаемые виды деятельности:

1. Создание экологически чистого лечебно-туристического комплекса в Краснодарском крае в экологически сохраненных регионах предгорья и Причерноморья.

2. Производство экологических чистых продуктов пчеловодства и сельского хозяйства.

Экологическое лечение

Методика естественного неспецифического лечения бронхиальной астмы и аллергических состояний любого происхождения у взрослых и детей позволяет излечить полностью тяжелые заболевания, не поддающиеся современным методам лекарственной терапии и считающиеся во всем мире неизлечимыми. Эта методика основана на лечении организма исключительно природными факторами, без применения химиопрепаратов, антибиотиков и гормонов и позволяет больному полностью избавиться от бронхиальной астмы, кожных заболеваний (экземы, псориаз, нейродермиты), гипертонии, диабета, мигрени, неспецифического язвенного колита, полиартритов и ряда других патологий. Все эти болезненные состояния, имеющие тенденцию становиться хроническими, классифицируются в настоящее время как образ жизни, и все усилия медицинской науки направлены не то, чтобы научить больных уживаться со своей болезнью как неизбежным злом и контролировать (современный термин) ход болезненных процессов, но не ликвидировать их. Людям и обществу в целом внушается представление о том, что болезнь – это норма, нужно только «уметь болеть», контролируя ход болезни разнообразными новыми, а так же незабытыми старыми (аспирин, например) лекарственными препаратами.

Результатом такого подхода к человеческой патологии является постоянный и неуклонный рост различных заболеваний во всех возрастных группах населения, а также появление новых патологических форм (СПИД, вирус Эбола, другие смертельные геморрагические лихорадки).

С ростом заболеваемости растет потребление продукции фармацевтических предприятий. Этот процесс повсеместно ведет к понижению уровня здоровья целых человеческих популяций – народа, нации; и, особенно, понижению уровня здоровья детей и подрастающего поколения, что является прямой угрозой состоянию

генофонда нации.

Как известно, этот процесс довольно четко обозначен в России, где за последние годы смертность превышает рождаемость и имеет место ухудшение генофонда: у 90 процентов новорожденных отмечается та или иная патология. Становится очевидным, что создавшаяся порочная привычка все возрастающего употребления лекарств нарушает состояние иммунитета как отдельных индивидуумов, так и человеческих социумов в целом. Одновременно с ухудшением генофонда страдает и становится дефективным, неполноценным иммунофонд социума – нации, расы. Появляются «расовые» болезни, например, периодическая болезнь с весьма злокачественным течением. Заболевание это считается генетическим обусловленным (болеют только армяне и евреи), но на самом деле не является таковым, поскольку при перемене места жительства больного эта болезнь с необыкновенной легкостью превращается в бронхиальную астму или псориаз. Точно так же имеют свойства трансформироваться другие болезни: псориаз в рак, бронхиты и ангины, леченные антибиотиками, в лимфолейкоз или лимфогрануломатоз.

Создавшейся социально опасной ситуации (болезни становятся социальным злом) может противостоять только естественная медицина (натуральное лечение).

Эта медицинская наука в полной мере учитывает то обстоятельство, что организм человека является «в высшей степени саморегулирующейся, самовосстанавливающейся системой» (И. П. Павлов). Именно это обстоятельство позволяет, применяя классические и современные методики очищение клеток и тканей организма от накопившихся конечных продуктов обмена с последующим восстановлением питания тканей, добиться полного излечения считающихся неизлечимыми заболеваний. Лечение больных должно поводиться в экологически сохранной зоне (курорт, село, станица, лишенные объектов промышленного производства).

В Краснодарском крае имеются все необходимые условия (целебный климат морских и горных районов, многочисленные источники целебных минеральных вод, наличие богатейшей лекарственной флоры) и, наконец, обилие южных фруктов и овощей, являющихся при их правильном употреблении мощнейшим лечебным фактором для лечения больных, реальной профилактикой заболеваний, оздоровления будущих матерей с целью рождения здорового ребенка и предупреждения болезней новорожденных. В подобных здравницах нашего края может оздоровляться как местное население, так и жители других регионов России, стран СНГ, а также граждане Европы, США и других стран и континентов.

Назовем только одно заболевание – аллергию к амброзии, от которой страдают жители не только Краснодарского края и юга России, но также около трети населения США, Австралии и Новой Зеландии. Аллергия к пыльце амброзии – это, как известно, поллиноз и бронхиальная астма, которые не излечиваются нигде, а лишь более или менее успешно «контролируются» лекарственными препаратами.

При имеющейся у нас методике реального излечения этих заболеваний край может иметь постоянный приток нуждающихся в лечении из дальнего зарубежья, что явится значительным вкладом в краевой бюджет.

Мы предлагаем приобрести в приморском районе (Анапа) помещение, где будет создана здравница для лечения больных детей и взрослых. Лечение это не требует дорогостоящей аппаратуры и лекарств, а только то, что дает нам только природа нашего края: фрукты, овощи, целебные травы, мед. Такая здравница одновременно

станет местом обучения лечащегося континента гигиеническим навыкам питания, сна, труда и отдыха, т.е. экологически адаптированному поведению, исключающему употребление наркотиков, алкоголя, агрессию по отношению к среде и социуму.

Таким образом, экологическая здравница осуществляет одновременно оздоровительную, воспитательную и обучающую функции.

Формирование экологического сознания

Мы презентуем социальное изобретение: экологическое поселение, в котором человек может жить, лечиться, учится, творить и заниматься любой общественно полезной работой, не выходя в конфликт с биосферой и социосферой. Это значит, что в Экополисе изначально предполагается создание и воспитание человеческой личности, гармонизированный с Природой и Космосом. Такое экологическое поселение можно создать, по нашему мнению, в экологически сравнительно сохранных зонах, которые есть в районах предгорья и побережья.

Особенностью поселения является то, что оно осуществляет как основную цель – оздоровление больного человека, результатом чего является излечение заболеваний, не поддающихся современным методом лекарственной терапии, гомеопатии, иглорефлексотерапии, биопольного лечения, гипноза.

Принципиальным отличием естественного метода от всех других методов является реализация принципа саморегуляции, самокоррекции живой системы – человеческого организма. В соответствии с этим, лечение совершается в темпе и ритмах природы и организма: звена экосистемы, оно является саморегулирующимся и самоорганизующимся процессом, который не нарушается введением в систему любого рода чужеродной информации (химической, физической, полевой).

Именно поэтому результатом такого естественного коррегирования состояния здоровья является излечение заболеваний, а не их компенсация, что имеет место при введении в организм любого рода несвойственной ему информации и носит, поэтому временный характер.

Жизнь и лечение – коррекция болезней, по принципам натуропатии приближает длительность земного существования человека к его естественным видовым срокам – 250–500 лет. Это позволяет человеку развить все потенциально свойственные ему качества. Сроки жизни, соизмеримые со сроками природы (деревьев, биоценозов) расширяют человеческое сознание, позволяют ему выйти за рамки сеюминутных потребностей, дают возможность видеть и ощущать последствия правильных или ошибочных действий, иными словами, гармонизируют человека с природой.

В процессе экологически чистого лечения у человека меняется извращенные, воспитанные техногенным мышлением и цивилизацией потребности, возникают новые экологически адекватные потребности и навыки, меняется система ценностей, сознание освобождается от элементов конфликтности, гармонизируется с социумом и средой.

Решаются многие социальные, экономические, производственные, экологические проблемы, которые общество безуспешно пытается решить на протяжении своей истории: проблемы конфликтности в социуме: воспитание, преступность, экология, межгосударственные конфликты и войны.

Проблемы здоровья – лечение неизлечимых заболеваний, недопущение этих заболеваний, сокращение заболеваемости и смертности от болезней цивилизации: сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний, диабета, СПИДа.

Естественным образом регулируется проблема рождаемости, т.к. регулируется работа эндокринной системы, прекращается ее искусственная стимуляция неестественной, денатурированной пищей и другой искаженной информацией: музыка, видеоинформация и пр.

Регулируется производство сельскохозяйственных продуктов, т.е. нашей пищи. Их качество и количество начинает соответствовать естественным потребностям человека – преобладают растительные продукты, которые составляют основу питания, закладывая, таким образом, основу здорового качества тканей организма.

Промышленное производство также приобретает экологически и социально адекватное качество, перестает быть агрессивным относительно биосферы. Экологически чистые энергетические источники обеспечивают производство и жизненную сферу, утилизация отходов организуется исключительно без загрязнения и разрушения среды.

Обучение и воспитание приобретают гармоничный характер, они лишаются элементов конфронтации и конфликта, т.к. основываются на соответствии природы ребенка и окружающего его мира и возможностях раскрытия человеческой личности, всех ее энергетических возможностей (энергетических каналов).

Формируется творческая личность с развитой ментальной сферой, не страдающая от болезней, т.к. она не входит в конфликтные отношения со средой.

Возможности самоструктурирования и саморазвития, заложенные в Экополисе, безграничны!

В то же время экологизированная зона человеческой жизни может охватить как малые, так и большие регионы. Поскольку она объединяет все сферы человеческой жизни: здоровье, питание, производство, обучение, воспитание и творчество, то она становится чрезвычайно жизнеспособной и непрерывно облагораживает и структурирует (а не разрушает) среду своего обитания – эконишу, т.е. сопротивляется деградации среды и человека, происходящей в настоящее время в выраженной степени (Жизнь – это заслон энтропии – Шредингер).

Человек – микрокосмос, созданная природой малая модель космоса, следовательно, он способен создать (или воссоздать) органически соответствующую себе ноосферную среду, если не будет входить в противоречие с законами природы, (все высказанные идеи присутствуют и подробно разработаны в работах Циолковского, Вернадского, Чижевского и многих других ученных с древних времен до наших дней).

Здесь представлены семь зон Экополиса, соответствующих семи энергетическим сферами человеческого организма.

I сфера – генетическая, репродуктивная зона (соответствует репродуктивным органам и половой чакре человека) – это экологически чистое лечебное учреждение, где лечение реализуется только силами природы и организма, т.е. осуществляется принцип саморегуляции и самокоррекции живой системы – организма внутри экониши. Это означает: здоровье можно восстановить только в чистой среде (воздух,

вода, пища). Больница в городе с больной средой и практически мертвым воздухом – абсурд.

Лечебное учреждение программирует все устройство Экополиса – он приспособлен для здоровья человека, а не для производства. И это его первоначальная запрограммированность на естественное здоровье делает максимально целесообразным и производительными все другие сферы деятельности. Здесь реализуется экологическая и социальная, а не медицинская профилактика болезней.

II сфера – трофическая. Система нутритивного жизнеобеспечения (соответствует пищевой сфере – пищеварительному энергетическому каналу):

– сельскохозяйственная зона – производство экологически чистых пищевых продуктов с преобладанием растениеводства.

III сфера – моделирование поведения относительно среды и членов социума. Способ организации производства, виды выпускаемой продукции и их сравнительная ценность в социальной оценке (соответственно – оружие потеряет цену, товары и продукты, обеспечивающие жизненные потребности, возрастут в цене). (Канал энергетики солнечного сплетения – поведение человека – агрессивность и самооборона).

IV сфера – воспитания, обучения и творчества:

– детские сады, школы, высшие учебные заведения – формирование творческой личности соответствующими экологизированными педагогическими методиками: в частности, занятия в учебном процессе живописью, музыкой, пением, танцами для синтетического познания мира через эмоциональное правое полушарие мозга, гармоничное развитие аналитического рационального и синтетического эмоционального начала (энергетические чакры – каналы сердца, горловая – щитовидная железа и третий глаз – ясновидение и яснослышание).

Наконец, ментальная сфера, в которой накопляется и синтезируется весь опыт экологической жизни социума, создаются методики экологически чистого лечения болезней, ведения сельского хозяйства – агрикультура, экологически адаптированные педагогические методики – все это рекомендуется к применению в других регионах земного шара – мозговой центр.

Экологически чистое лечебное учреждение, созданное в Краснодарском крае, может принимать на лечение желающих из-за рубежа, поскольку в технически развитом обществе медицина также приобретает черты техногенной деятельности, однако высокая фармакологическая хирургическая и диагностическая техника не обеспечивает реального здоровья, и такая медицина способна предоставить больному лишь все более эффективные, т.е. агрессивные методики, результатом чего является трансформация одних патологических форм в другие, не менее губительные (нет оспы – есть СПИД и т.п.) в масштабе одного человека или всего человеческого сообщества.

Пути и способы достижения описанного: в лечебном учреждении лечение проводится без лекарств: антибиотиков, гормонов и т.п. на основе исцеляющих сил природы и организма.

Силы природы: воздух, вода, пища.

Безубойное питание – бесконфликтная пища – нет информации конфликта и насилия, изначально накладывающейся на всю молекулярно-клеточную структуру организма и определяющей дальнейшее неправильное поведение, часто реализуемое независимо от сознания.

Результат: формирование экологического сознания, адекватного биосфере-ноосферы, заключающей в себе элементы новой интеллектуальной среды.

Единая медико-аграрная экологическая концепция как часть концепции устойчивого развития

Как признано в концепции устойчивого развития, техногенная цивилизация привела человечество к созданию ряда негативных технологий во всех областях человеческой жизни.

Практически все лучшие достижения человеческой мысли поглощены сейчас чудовищной отраслью народного хозяйства – производством оружия, т.е. направлены на уничтожение людей, реальное или потенциальное.

Информационное поле, создаваемое с помощью современных средств коммуникации (телевидение, компьютеры, сотовая связь) технизирует такие традиционно гуманитарные сферы человеческой жизни, как любовь, семья, воспитание, обучение и лечение. Обесценивается личность человека, его душа и сама жизнь, а высокие чувства любви и самоотверждения между мужчиной и женщиной подменяются сексом, при желании также технически оснащенным. По высказыванию великого педагога Ушинского «только личность воспитывает личность». Такое воспитание сейчас подменено аппаратным обучением и тестированием обучающихся, которое не выражает их истинного интеллектуального уровня.

Химизация и применение тяжелой сельскохозяйственной техники привело к эрозии и истощению почв, что сказывается на понижении иммунитета почв и произрастающих на них культурных растений. Увеличивается патогенная микрофлора, растет число болезней почвы и растений, служащих пищей животным и человеку. Создаются дефектные, порочные трофические цепочки. Животные, лишенные полноценной пищи, приобретают новую патологию. Люди, питаются неполноценной растительной и животной пищей, теряют полноценный тканевой иммунитет. Сюда добавляется техногенный прессинг на иммунную систему всей биосферы: загрязнение воздуха, воды, почв, растительности, животного и человеческого организма отходами промышленного производства и диоксинами. К этому в качестве повреждающего фактора добавляется лекарственное лечение животных и человека, т.е. их дополнительная химизация. Результатом является рост заболеваемости населения, появление новых иммунодефицитных заболеваний, эпидемиологическое распространение якобы побежденных прививками и лекарствами инфекций (грипп, туберкулез, сифилис). Подобная ситуация ведет к глобальной экологической катастрофе, ускоряемой хищнической добычей нефти и газа из недр планеты и тотальной вырубки леса. Таким образом, очевидно, что все сферы человеческой жизни требуют создания и применения новых биологических технологий, соответствующих законам природы, а не борющихся с ней.

Ряд подобных технологий уже созданы в сельском хозяйстве.

В медицине – методика натуральной гигиены или естественной профилактики и

лечения заболеваний.

В энергетике – использование экологических чистых источников энергии: сила ветра, солнечной энергии, энергия гравитационного и терсионного полей и др. В утилизации отходов: бытовых, сельскохозяйственных и промышленных; среди них микробиологическая технология – «эффективные микроорганизмы».

В педагогике: системы Макаренко, Сухомлинского, Шаталова, Щетинина, гармонично развивающие личность ребенка, воспитывающие в детях экологически ориентированные умения и навыки, высокий дух, интеллект и нравственность.

Реализовав эти и другие экологически ориентированные достижения человеческой мысли, люди смогут создать общество, проживающее в зоне экономической, политической, финансовой и медицинской безопасности. Однако совершить подобные коренные изменения в жизни людей планеты или одной страны сразу невозможно, т.к. в человеческом сообществе отсутствует экологическое сознание: бесконфликтное существование, экологическая культура земледелия, использование чистых энергетических источников, естественная терапия и профилактика болезней, уважение личности ребенка, бесконфликтная педагогика, постоянная связь человеческого духа с творческими силами Вселенной и уважение законов Природы.

Экологическое сознание создается и воспитывается у людей, живущих в экологических условиях. Бытие определяет сознание, но ведь бытие создается человеком на уровне его сознания. Этот прочный круг сознание-бытие можно разорвать на уровне создания экологической здравницы, где болезни излечиваются исключительно природными факторами и возможностями самого организма как звена биологической системы природы. Лечение организуется в экологически относительно сохранной зоне (село, станица) и реализуется с помощью чистого воздуха, ландшафта, природных водоемов, солнечной инсоляции, пищи, выращенной экологически чистыми методами. При этом активизируется и оздоровляется система организма, его реактивность, самоисцеляющие силы и наступает реальное выздоровление от любой болезни. Это и есть естественная неспецифическая терапия и профилактика болезней. Пребывание в такой здравнице от 15–20 дней до 2–3 месяцев создает у пациента экологически адаптированные пищевые вкусы, навыки и поведенческие реакции, меняет психологический настрой и отношение к жизни в сторону оптимизации всех его параметров, т.е. воспитываются элементы экологического сознания.

Как лечебный фактор в здравнице применяется также высокое классическое искусство, художественное творчество самих пациентов, что способствует расцвету и развитию личности.

Вокруг здравницы неизбежно создается зона экологического сельского хозяйства. В создании сада, цветника, огорода могут участвовать сами пациенты, что является немаловажным лечебным фактором. Структурируется производственная зона, педагогический комплекс – создается социальная инфраструктура, носящая принципиально экологический характер. Она может быть создана как на месте уже существующих поселений, так и на неосвоенных, еще чистых ландшафтных территориях, так, как Экополис: открытая система, обменивающаяся с социумом информацией, являющаяся генератором экологических идей, принципов, технологий во всех сферах общественного бытия. Распространение подобных экополисов по краю, России и затем планете в течение 2–3 поколений изменит сознание человеческого сообщества. Созданное экологическое, космическое сознание сделает невозможными производство оружия, войны, преступность, наркоманию, алкоголизм,

детскую беспризорность и другие общественные пороки. Резко сократится заболеваемость. Вместо генетического вырождения мы будем иметь физически и нравственно здоровое поколение.

Нормальная длительность человеческой жизни – 100 и более лет, обеспечит духовную гармонию и преемственность поколений.

Экологические медицинские технологии и их связь с биологизацией сельского хозяйства Краснодарского края

Вопросы экологической медицины и экологических медицинских технологий до сих пор не обсуждаются и не разрабатываются ни медиками, ни экологами. Между тем самоочевидно, что без экологических методов лечения заболеваний все усилия по созданию экологического сельского хозяйства и экологического производства теряют смысл и сводятся на нет.

На самом деле для достижения реальных результатов в экологии необходимо создать и реализовать экологические технологии одновременно во всех сферах человеческой жизнедеятельности: это рождение, воспитание, обучение, сельское хозяйство, лечение, профилактика заболеваний, промышленное производство, энергетическое обеспечение общества, утилизация бытовых, сельскохозяйственных и промышленных отходов.

В настоящее время ученными и практиками аграриями созданы и успешно осуществляются ряд сельскохозяйственных экологических технологий: органическое земледелие с применением биологических методов удобрения и санации сельхозугодий, разумное земледелие, учение о правильной обработке почвы и некоторые другие. Особое место среди них занимает микробиологическая технология обработки почвы и растений культурой эффективных микроорганизмов, уничтожающих патогенную микрофлору почвы и растений, а также человеческого организма и организма животных.

Эта технология находится на стыке медицины и сельского хозяйства, соединяя в единое целое две эти сферы жизни человека.

Является неоспоримой истиной то обстоятельство, что здоровье человеческого организма (т.е. качество его тканей и органов) зависит и является производным от качества пищи, съедаемой человеком. Следовательно, качество сельхозпродукции играет основополагающую роль в состоянии здоровья, нравственной крепости и продолжительности жизни человека, общества, нации.

Качество генофонда настоящего и будущих поколений зависит от качества здоровья их родителей. В условиях техногенного (технократического) общества в медицине господствуют тенденции химизации и технизации лечения, что выразилось в изобретении и массовом применении профилактических прививок, антибиотиков, химиопрепаратов и гормональной терапии, а также отчуждении медицинской помощи от населения: благодаря технической насыщенности диагностических и лечебных методик стало нецелесообразным содержание сельских участков больниц и фельдшерско-акушерских пунктов на селе. Они были закрыты, и все медицинское обслуживание населения сосредоточено в крупных городах и райцентрах с больницами на несколько тысяч коек. Создана индустрия болезней, медицина

потеряла свою просветительскую гуманитарную сущность. Результат – развитие медицины во всем мире сопровождается ростом заболеваемости и появлением новых видов человеческой патологии (СПИД, вирус Эбола, болезнь легионеров, новые геморрагические лихорадки, коровье бешенство – пузырчатая энцефалопатия и т.д.). Все это говорит о тупиковом пути развития лекарственной медицины и профилактики. Частным результатом профилактических прививок населения против инфекционных заболеваний являются поствакцинальные осложнения, а глобальным негативным влиянием на иммунофонд человеческой популяции – эпидемии новых и уже известных болезней: СПИДа, геморрагических лихорадок, туберкулеза, а также лавинообразный рост аллергических заболеваний, злокачественных новообразований и сердечно-сосудистых заболеваний. В результате многие болезни: бронхиальную астму, псориаз, диабет, гипертонию и ряд других – официальная медицина объявила неизлечимыми, ведущими к инвалидизации человека и назвала их «образам жизни». Роль врачей сведена к обучению больных как «лучше болеть», а иначе «контролировать» болезнь с помощью лекарств, т.е. медицина сведена к безраздельному господству над человечеством фармацевтического производства.

Аналогом этому образу действий в промышленности становится производство оружия – производим оружие, чтобы защищаться от врагов. Результат – гонка вооружений в масштабе планеты, а также гонка фармацевтического производства в борьбе с болезнями. Налицо абсурдность ситуации – человеческое невежество, эксплуатируемое в корыстных целях кучкой мировой научной и правящей элиты. Если люди не сумеют скорректировать подобную антиэкологическую реальность, экологическая катастрофа неминуема. Нелишне вспомнить, что подобные катастрофы не раз происходили, в истории цивилизации и оскудевшая человеческая популяция вынуждена была, начинать все с каменного топора и изобретения огня. Результатом стала значительная моральная и интеллектуальная деградация человечества.

Ныне только благостное обращение к творческим силам Вселенной, соблюдение законов Космоса и земной природы могут сохранить и восстановить человеческую цивилизацию и сам биологический вид Homo sapiens вместе с его экологической нишей.

Экологические нормативы в медицине разработаны и реализованные естественной медициной или натуропатией – гигиеной внутренней среды.

Наука эта насчитывает десятки имен корифеев медицины, создавших теорию лечения болезней, а не только их описание. К ним относятся такие величайшие ученные, как Герберт Шелтон, Норманн Уокер, Поль Брег, Кеннет Джефри, Бенджамен Харри, Ив Вивини, Юрий Сергеевич Николаев и др.

Реализация принципов естественной медицины не требует сложной аппаратуры и технологий и больших затрат.

Она основана на использовании факторов природы и самого организма как звена экосистемы планеты в лечении человеческой патологии.

Это методы неспецифической терапии, излечивающие не отдельную болезнь или орган, а весь организм больного. Они приводят к реальному излечению любой болезни, кроме тех состояний, которые привели к разрушению большей части внутренних органов (запущенный рак, цирроз, склероз). Такое лечение осуществляется не в урбанизированных городах с огромным техногенным прессингом, практически лишенных чистого воздуха и воды, а в экологически

сохранных зонах. Поэтому любая сельская участковая больница может быть очень быстро преобразована в экологическую здравницу, где будут излечиваться жители и села и близлежащего города. Такая экологическая здравница неизбежно будет облагораживать окружающую среду, т. к. будет окружена зоной экологического сельского хозяйства, экологического производства. Вокруг нее создается экологическая социальная инфраструктура, в которой соответственно и неизбежно вырабатывается экологическая культура и экологическое сознание. В таком микросоциуме и его ближайшем окружение сокращаются, а затем сводятся на нет социальные болезни и пороки (СПИД, наркомания, алкоголизм, преступность и т. п.).

Во втором, третьем и дальнейших поколениях экологическое сознание становится настолько всеобъемлющим, что овладевает руководящей элитой – это путь к всеобщему прекращению конфронтации, конфликтов и войн в обществе, созданию крепкой, здоровой семьи, нравственному восхождению наций и народов, путь к жизни в согласии с природой при соблюдении ее законов, использованию сил природы для нужд общества, а не хищение природных ресурсов: нефти, газа, угля, леса, воды и т. д. Экологические природные факторы: воздух, вода, солнечная энергия, гравитационное поле, торсионные поля будут познаны человеком и станут неисчерпаемыми и ненасильственными источниками энергии. Растительная пища: плоды, орехи, овощи и злаки, станет естественными источниками здоровья, благодаря восстановлению иммунной системы почвы, растений и человеческого организма. Безубойное животноводство даст дополнительные продукты питания: масло, молоко, яйца.

Бесконфликтное существование в природе – единственный путь жизни человек на земле.

Положение об экологически чистом лечебном и профилактическом комплексе

Необходимость подобного комплекса лечебных учреждений диктуется современным кризисным состоянием медицины, нарушением экологического равновесия биосферы, а также экологического равновесия человеческого организма (в результате растущего массированного лекарственного лечения) его эндоэкологии.

Аллопатическая лекарственная медицина на данном этапе человеческой цивилизации сверх меры технизированной, химизированной, урбанизированной означает не что иное, как химическую атаку на человеческий организм. В сложившийся ситуации мы имеем лавинообразный рост заболеваемости всеми болезнями, особенно у детей. Мы имеем уже 75% ослабленного, то есть не вполне здорового населения, что говорит об ухудшение генофонда популяции. Нарушение иммунного фонда человечества заявило о себе появлением СПИДа.

Методом и тактикой выбора лечения в этих условиях является методика естественного неспецифического лечения, результатом которой становится осуществление принципа саморегуляции организма, как звена экосистемы с помощью сил природы и самого организма.

Наиболее благоприятно, быстро и реально проходит лечение детских заболеваний. Методика естественного лечения позволяет:

а) вылечить детские болезни, не превращать их в хронические болезни взрослых или трансформировать в какое-то другое заболевание;

б) делает излишним профилактические прививки. Лекарственное лечение детей в настоящее время при химически напряженной внешней среде становится причиной аллергизации организма и вместе с профилактическими прививками – также нарушения его иммунного фонда.

Задачей экологически чистого лечебного профилактического учреждения является:

а) лечение острых заболеваний при первичном обращении детей и взрослых;

б) лечение хронических заболеваний детей и взрослых;

в) лечение еще не заболевших детей в стадии предболезни (донозологическое состояние) методом очищения организма (промывание полостей, полное дыхание, алиментарная депривация – воздержание от пищи), что является реальной, активной профилактикой всех возможных сосудистых кризисов, инфаркта миокарда, диабета, ожирения, простудных заболеваний, полиартритов, онкологических заболеваний у взрослых;

г) создание в процессе лечения у больных экологически ориентированных потребностей, пищевых вкусов и навыков, соответствующих физиологическим потребностям человека и не нарушающих экосистему;

д) особенно легко достигается такое воспитание физиологических вкусов и навыков у детей;

е) с этой целью, а также с целью создания здорового местного детского контингента, не знающего болезней, и для оздоровления приезжающих из города, необходимо создать в сельской зоне, где будет развернут экологически ориентированный лечебный центр, школьные и дошкольные учреждения с организованным в них физиологически адекватным питанием (обилие фруктов и свежих овощей круглый год, орехи, мед, крупы из необдирного зерна), которое само по себе уже исключает заболеваемость, если принимается в правильных сочетаниях и с достаточно раннего возраста;

ж) именно поэтому здесь же необходимо создать оздоровительное учреждение для беременных женщин, где они проходят стационарную профилактику рождения здорового ребенка: очищая и оздоровляя организм беременной женщины, тем самым обеспечиваем оздоровление тканей плода, нормальные роды, здоровье новорожденного, достаточную лактацию матери, хорошее качество грудного молока, которое также обеспечивает здоровье ребенка и его успешное умственное и физическое развитие.

Все лечебно-профилактические учреждения несут одновременно просветительную и образовательную функцию, воспитывая в матерях, детях, родителях, больных гигиенические навыки питания, труда, отдыха, культуры тела, культуры семейного и социального общения, а также функцию воспитания и развития творческих и духовных качеств детей и взрослых, создавая им условия для творчества и просвещения в художественной мастерской (живопись, скульптура), библиотеке, фонотеке, при работе в саду, сиренарии, розарии, пасеке и т. п.

Отдельно нужно отметить функцию формирования общественно-адекватного поведения через приобретение физиологических пищевых навыков и вкусов.

Это полный отказ от алкоголя и никотина, а также вегетарианский способ питания,

обеспечивающий адекватное биосфере поведение человека, создание хозяйства, основного на земледелии и растениеводстве, что позволит уменьшить энтропию системы, накапливать в ней космическую энергию, увеличивая массу растительного компонента биосферы, аккумулируя солнечную энергию через увеличения живой растительной биомассы.

Созданный таким образом экобиохозяйственный, лечебный, профилактический и просветительный комплекс может стать методическим центром для обучения врачей, педагогов и может быть рекомендован для сельских регионов в относительно сохраненной (условно экологически чистой) зоне.

Результатом его функционирования может стать восстановление экосистемы региона (экологически адекватное сельское хозяйство), восстановление физического и нравственного здоровья населения села, станицы, поселка, оздоровление в этих зонах городского населения: рабочих, педагогов, врачей, студентов, учащихся средних учебных заведений.

Побывавшие в экологических зонах группы граждан, в свою очередь, распространяют в городском социуме экологические навыки, культуру питания и поведения, приобретенные в оздоровительно-просветительских центрах.

Так, с течением времени *техногенная цивилизация, разрушившая природу, облагородится экологической идеей и будет в свою очередь способствовать созданию целесообразной высокоразвитой аграрной цивилизации, гармонизированной с обществом и природой.*

Эта программа далека от утопии, хотя может показаться таковой. Она слишком насущна для нашего выживания. Начинать ее осуществление надо уже сегодня, недопустимо растягивать на годы строительство объектов эксплуатации, а необходимо использовать для этого сельские участковые больницы, переориентировав их на методы естественного лечения, присоединив к лечебному учреждению сельскую школу и детский сад с организацией в них естественного экологически чистого питания и создание профилактория для будущих матерей, что обеспечит рождение здорового поколения.

Детская экологическая здравница

Детская больница: экологически чистое лечебное учреждение без применения химио– и антибиотикотерапии.

Стационар на 50 коек, где лечатся острые и хронические болезни.

Профилакторий, где лечатся ослабленные дети и дети, перенесшие инфекционный гепатит – на 50 коек.

Отделения: массаж, ЛФК, йога.

Фитотерапевтическое отделение: фитоаптека, фитомузей.

Фитарий: зал с цветущими и плодоносящими растениями-цитрусовыми.

Соки сырые, свежевыжатые, фрукты, салаты, отвары, чаи растительные.

Сад, огород лекарственных растений, розарий, кладовые, теплицы.

Ингаляторий, аэрарий (веранды), фотарий.

Водно– и грязелечение.

Лечебное и дозированное питание.

Столовая-кухня (соковыжималки и овощерезки). Приготовление вегетарианских блюд (овощных и крупяных).

Школа здоровья: художественная мастерская, фонотека, музыкальный класс, классы искусств, психологические классы.

Библиотека, бассейн, корт, спортзал, кинолекторий, лаборатория, кабинет функциональной диагностики.

Гостиница для родителей и гостей. Жилье для сотрудников.

Экологически чистый транспорт. Отсутствие асфальта.

Рецензия на сборник «Очерки экологической медицины» врача кандидата биологических наук Оганян Марвы Вагаршаковны

В рецензируемом сборнике помещены статьи и очерки экологической медицины. Затронутые проблемы являются, очевидно, острейшими проблемами, стоящими не только перед населением одной страны, но перед всем человечеством и планетой. Это – проблемы выживания человечества, сохранения экосферы Земли.

В очерках крупных планом поставлены вопросы дальнейших путей развития человеческой цивилизации, ясно представлена необходимость выбора между современной, техногенной цивилизацией, ведущей к уничтожению жизни на Земле, и духовной цивилизацией, восстанавливающей утраченные человеческие связи с космической энергией и космическим разумом, о чем писал Циолковский, Вернадский, Федоров, Чижевский и другие.

Будучи врачом и биологом, автор справедливо видит пути возрождения человеческой популяции, сохранения и эволюции вида в экологизации всех сфер человеческой активности на планете, и в первую очередь производства, сельского хозяйства и медицины. Отказ от техногенного мышления в медицине – первое и обязательное условие ее эффективности и выполнении своих прямых функций: сокращение заболеваемости и смертности, продления сроков полноценной жизни человека, обеспечения условий для рождения здорового поколения.

Именно решению этих неотложных и важнейших для жизни людей проблем посвящены главы об аллергии, сахарном диабете и СПИДе. Картина этих заболеваний дана не в сугубо медицинском описании, а увязана с экологической, исторической, производственно-хозяйственной и медицинской практикой человека на планете, даны реальные эволюционные, филогенетические истоки заболеваний, их возникновение и существование в масштабе антропосферы (человечества) и экосферы, а также тенденции их развития.

Одновременно приведен детальный биохимический и иммунологический анализ патогенеза и путей излечения, т.е. коррекции биохимических и структурных нарушений, накопившихся в организме в результате загрязнения его воздухом, водой, пищей и лекарственными средствами.

Основное положения главы о сахарном диабете, о ненужности и прямой вредности для организма животных белков является логическим выводом из данных биохимии и иммунологии, до сих пор, однако, недостаточно осмысленных и обобщенных. Известный процесс подавления гормональными препаратами тканевых реакций в процессе лечения гормонами имеет, по наблюдениям автора, то естественное следствие, что подавляет также тканевый белковый синтез организма, который во всех остальных случаях реализуется успешно, что позволяет больному диабетом излечится исключительно натуральным растительным режимом питания.

Положение о принципиальной невозможности найти специфический препарат для лечения СПИДа, основано, как и в предыдущей работе, на эколого-историческом анализе истоков возникновения у человека этого заболевания, т.е. дефицита иммунной системы, что справедливо увязывается с иммунодефицитом антропосферы и нарушением защитных способностей среды.

Проблема осмыслена философски, исторически и социально. Показаны реальные пути избавления человечества от СПИДа посредством экологического лечения всех других заболеваний.

Глава об аллергиях предлагает неожиданные, но единственно реальные способы лечения этой массовой человеческой патологии путем очищения организма и его среды.

Недостатком сборника можно было бы назвать нехватку конкретных примеров излечения больных, однако сборник носит проблемно-теоретический и одновременно просветительский характер, а в некоторой степени и дискуссионный: новая постановка кардинальных медицинских проблем требует их обсуждения для реализации на практике.

К тому же практическая лечебная работа автора в участковой больнице, основанная на методе разгрузочно-диетической терапии, предложенном мною и рекомендованном Минздравом РСФСР, дает хорошие результаты по излечению ряда серьезных соматических заболеваний.

Хотя проблемы, поднятые в сборнике, носят глобальный и, на первый взгляд, неосуществимый характер, их реализация крайне проста и конкретна и требует только приложения здорового смысла к знаниям врачей и их работе. Именно потому автор утверждает, что «Школы здоровья», т.е. экологические медицинские стационары, способны в корне изменить критическое состояние медицины и поднять качество здоровья населения.

Сборник адресован широкому кругу читателей всех специальностей, а также всем людям, желающим жить по законам Природы.

Проф. Ю. С. Николаев

Экологические поселения, функционирующие, как экологические лечебные и оздоравливающие

системы

Для многих людей на разных континентах планеты Земля становится очевидной та истина, что дальнейшее развитие техногенной и технократической цивилизации становится гибельным для планеты, ее биосферы и человечества, являющегося звеном экосистемы Земли и Космоса.

И потому вполне закономерно, идея создания родовых поместий, данная Анастасией, нашла отклик у огромного количества наших соотечественников, а также во многих странах за рубежом и стала сразу же воплощаться в жизнь.

Безусловно, такой образ жизни – в природе, в содружестве, любви и гармонии с природой и друг с другом является настолько естественным для человека, что представление о нем заложено в каждом из нас уже изначально, и требовался только «сигнал», поданный Анастасией, чтобы эти инстинктивные, затаенные в людях мечты, мысли и замыслы начали кристаллизоваться в реальные программы создания родовых поместий с техническим, аграрным и иного рода обеспечением их существования, но уже не на прежнем технократическом, а другом, духовно-интеллектуальном уровне.

Совершенно ясно, что теперь уже создаются программы развития родовых имений на многие годы вперед с дальней временной перспективой, что позволит сделать их не только в настоящем, но и в далеком будущем экологически целесообразными, разумными структурами, дающими человечеству возможность разумной жизни, соответствующей законам земной природы и космического сознания.

Именно такая жизнь на нашей планете станет альтернативой сегодняшнему техногенному кризису и порожденному им хаосу и безумию во всех сферах человеческого бытия: а) техногенный прессинг на природу; б) производство оружия для уничтожения людей; в) потребление невозобновимых природных ресурсов; г) растление духовного мира взрослых и особенно детей (информационный: печатный, аудио– и видеобизнес, современная музыка, ночные клубы и т. п.) ведущее за собой катастрофический рост преступности, наркомании и заболеваемости.

Все эти негативные социальные явления к началу третьего тысячелетия приобрели столь угрожающие масштабы, что способны уничтожить человечество и саму планету в короткий срок. Свидетельством этому является последний, вызревший на древе технократической цивилизации плод международного терроризма – результат непрерывных войн и насилия, как «образа жизни», который усвоили люди на протяжении своей обозримой истории.

Альтернативой этой реальности, больше похожей на фантастику ужасов и абсурда, становится разумная деятельность людей, направленная на обустройство, возрождение, исцеление раненой природы и самого человека.

Человеческий организм, его физическое и психическое здоровье, безусловно, претерпели огромный ущерб, существуя в описанных малоцелесообразных условиях, созданных самими людьми. Одним из зловещих результатов технократической цивилизации стал совершенно неуправляемый, безудержный рост фармацевтического производства, якобы для сохранения здоровья людей. На самом деле, по своим финансовым оборотам и воздействию на человеческое здоровье эта промышленность вполне сопоставима с производством оружия. Доказательство – катастрофический рост заболеваемости во всем мире, появление новых вирусов и

эпидемий (СПИД, вирус Эбола и др.).

Кодовый геном родовых поместий и экопоселений, создаваемых сегодня, лишен описанных пороков и потому очевидно, что, выйдя из зародышевого состояния и достигнув зрелости, они реализуют разумную, экологически целесообразную согласованную с законами природы жизнь человека на Земле.

Для того, чтобы это реализовалось, родовые поместья должны быть обеспечены экологически чистыми технологиями во всех сферах жизнеобеспечения:

– сохранение и восстановление здоровья;

– обучение и воспитание детей;

– производство продуктов питания;

– экологически целесообразное промышленное производство;

– экологические энергодобывающие и энергосберегающие технологии;

– экологическая утилизация отходов.

Экологическая медицина представляет возможности и способы сохранения и восстановления здоровья методами естественной гигиены. Это огромный пласт медицинской науки, созданный учеными и врачами, начиная с Гиппократа.

Естественная гигиена и естественная медицина предполагают восстановление и сохранение здоровья человека внутри природной экосистемы, в единстве с ней. Человек входит в экологическую систему природы, как ее звено и выздоравливает, гармонируясь с ней. Так вылечиваются заболевания, официально объявленные ВОЗ неизлечимыми и названные «образом жизни» – диабет, бронхиальная астма, гипертония, онкологическая патология. На самом деле, эти болезни излечиваются, а еще легче, предупреждаются, если лечебными факторами становятся только факторы природы: чистый воздух, чистая вода, солнечное облучение, чистое питание и сам организм человека. Реализуясь все вместе в человеческом организме, они создают действительное здоровье, а не ликвидацию симптомов и как результат – трансформацию одного заболевания в другое.

Для реализации подобного экологического лечения заболеваний, предупреждения еще не наступивших болезней, как в обществе, так и у отдельных его членов и создания условий для вынашивания и рождения здорового поколения необходимо создавать экологические здравницы или «школы здоровья» где люди одновременно лечатся и обучаются закономерностям и порядку, управляющему природой и человеческим организмом. В таких экологических здравницах могут быть излечены тяжелые, неизлечимые заболевания современности, предупреждены состояния несовместимые с жизнью. При соблюдении навыков и знаний, приобретенных в «школе здоровья», человек способен сохранить и восстановить здоровье, продлить молодость и перейти безболезненно к мудрой, здоровой и активной старости. Структура подобных оздоровительных учреждений включает: 1) стационар для больных людей; 2) профилакторий для еще незаболевших; 3) детскую здравницу с обучением – для больных детей-хроников; 4) школу здоровья для будущих матерей и супружеских пар; 5) детский сад и 6) школу.

В целом такая «школа здоровья» становится центром экопоселения, функционирующего как оздоровительное учреждение со своими системами жизнеобеспечения: а) трофической зоной: этническое и экологическое сельское хозяйство с применением современных экологических технологий;

б) альтернативные источники энергии, энергосберегающие технологии;

в) экологически чистое производство (переработка сельхозпродукции, народные промыслы, ткачество и т. д.); г) детский сад и школа, где обучение ведется прогрессивными педагогическими методами (школа Щетинина и др.) – духовная сфера; д) методический центр по распространению опыта и жизненных принципов «школ здоровья» – ментальная сфера.

Во всех сферах производства и образования такого экологического поселения участвуют кроме его обитателей, периодически меняющиеся лечащиеся контингента взрослых и детей (школьники, студенты, учителя, врачи, бизнесмены, руководящие работники).

Возвращаясь в города, они внедряют в привычную городскую среду элементы экологического поведения и образа жизни, приобретенные в «Школе здоровья», т.е. элементы экологического сознания. В «школах здоровья» успешно лечатся обитатели мегаполисов, что существенным образом разгружает городские стационары и поликлиники. Резко сокращается, тем самым, количество хронически больных людей. Лечение заболеваний согласно законам природы меняет технократическое сознание («лечат лекарства») на экологическое гармонизирующееся с природой, т.е. у людей вырабатываются экологически целесообразные навыки поведения, в том числе, и пищевые вкусы и навыки. Агрессия в отношении к природе вытесняется любовью к земле и заботой о ней: вырастить продукты питания, а не добывать их путем убийства (речь идет о забое скота).

Сознание, развивающееся и формирующееся в гармонии с природой, учится нейтрализовать и не порождать вновь социальные конфликты. Идет резкое сокращение, а в перспективе, полная ликвидация таких социальных пороков, как преступность, сексуальные излишества и извращенность, наркомания. Исчезают социальные болезни, угрожающие стать эпидемиями (СПИД, наркомания, туберкулез и др.). Человечество прекращает воевать, так как становится очевидной бессмысленность производства оружия. Конфликты любого рода решаются мирным путем. Только это и есть на самом деле «реальная реальность человеческого бытия» в отличие от фантасмагории ужасов сегодняшней нереальной реальности.

Создавая в России очаги экологической культуры, в которых излечиваются неизлечимые болезни, мы можем лечить не только местное население, но и больных из ближнего и дальнего зарубежья, что явится материальной поддержкой родовых поместий, а также возможностью расширения сети экологических здравниц за рубежом.

Кто же Анастасия? Кто же мы?

Для чего мы живем на этой планете? Чтобы убивать, разрушать, загрязнять? А потом восстанавливать, очищать, лечить, реабилитировать оставшихся в живых?

Планета Земля и все человечество с ней, двигаясь по галактическому кругу, входит

в созвездие Водолея, в котором космические энергетические потоки отличаются от энергетических потоков созвездия Рыб. В этом созвездии мы прожили две тысячи лет. Наступает новая эра – эра Водолея.

Новые идеи, новые мысли и люди, другой образ существования людей на Земле, новый облик нашего экодома, чувства и человеческие качества, гармонизированные с природой. Эра разума (техногенного прогресса) сменяется эрой любви – гармонии человека с природой и в социуме.

Анастасия отвечает просто: мы на этой земле для того, чтобы обустроить ее, превратить в райский сад – разумно и естественно.

Мысль об экологической жизни человека, не конфликтующего с природой, посещала людей во все времена. Сегодня она овладела миллионами людей. Стало совершенно ясно, что технократическая цивилизация в ее современном виде – тупиковый и катастрофический путь, ведущий к физической и моральной гибели человечества.

Анастасия выразила это простыми и ясными словами, а В. Мегре донес их нам в своих семи книгах о сибирской отшельнице.

Анастасии и высказанным ею идеям уже восьмой год подряд посвящается в Геленджике научно-практическая читательская конференция «Звенящие кедры России». Она собирает читателей этих книг из всех уголков России и стран СНГ в последнее воскресенье сентября каждого года.

В этом году на конференции в Геленджике не только обсуждались книги В. Мегре, их информационное, философское, практическое значение для нашего общества, России и будущего всей планеты, но и было много интереснейших сообщений с мест о конкретных делах по созданию экопоселений, восстановлению, рекультивации земель.

На конференции стало ясно: в настоящее время существует реальная альтернатива техногенной цивилизации, технократическому обществу, в котором торжествует насилие и уничтожение. А это – развитие духовной культуры человека и гармонизированная в природе и социуме жизнь.

Выступления были очень интересными, несли в себе новые, неожиданные и уже реализованные идеи. Основная мысль, стержень двух последних книг В. Мегре и читательской конференции, прошедшей 26–30 сентября 2001 года в Геленджике: каждая российская семья, которая пожелает создать такое поместье, может получить бесплатно и закрепить за собой один гектар земли, который она обустроит, используя экологические сельскохозяйственные и иные технологии, восстановит на нем нарушенную экосистему (лес, сад, пасека) с естественными обитателями природного биоценоза – птицы, куры, козы, лошади, содержащиеся в лесопарковой зоне, построит дом для себя и будущих поколений рода, что восстановит связь поколений, взаимопонимание и сотрудничество отцов и детей.

И оказалось, что это не утопия, а самая настоящая реальность. Уже в очень многих областях России желающим выделяется земля. В Мурманской, Владимирской, Курской, Волгоградской, Челябинской, Московской областях, Ставропольском крае заложены основы или уже созданы подобные «родовые имения».

Мы услышали выступления Новикова из Мурманска, Молчановых из Московской

области, Виктора из Светлограда (Ставрополье), которые сумели на своих участках посадить лес, защитить землю от эрозии, заложить сад, построить дом. Выступал Дмитрий Мыльников, главный архитектор г. Челябинска, организация «Отчий дом».

Движение за создание родовых имений приобретает весьма реальные очертания: инициативная группа этого движения вошла в правительство с предложением о принятии закона о выделении одного гектара земли каждой желающей семье.

В марте 2002 года начался сбор подписей под письмом президенту. Дмитрий Мыльников и его группа встречались с начальником отдела по связям с общественными организациями администрации президента А. С. Кудряшовым. На этой встрече стало ясно, что при условии сбора двух миллионов подписей российских граждан под обращением к Президенту закон будет принят.

Люди устали от взрывов, террора и войн. Не только россияне, но и украинцы из Донецка и казахи из Урайска Западно-Казахстанской области говорили о своем желании жить в экопоселениях, где труд человека направлен не на эксплуатацию и истощение, а на восстановление, созидание и разумное пользование живой природой.

Проект «Экопоселения» совмещает лучшие достижения научно-технического прогресса с природой. Он предполагает использование качественно новых и уже существующих экологических технологий в сельском хозяйстве, добывании и сбережении энергии, производстве, лечении и оздоровлении, обучении и воспитании, вынашивании и рождении человека. Все это создано природой, нужно только вспомнить об этом.

А именно это и помогает нам сделать Анастасия. А почему она это знает? Потому что Анастасия и ее род – потомки того доледникового человечества, которое обладало высокой духовной культурой на всей Земле.

Природные катаклизмы (оледенение, таяние льдов, глобальные наводнения, резкое похолодание) практически стерли эту культуру с лица Земли. Остались только каменные циклопические сооружения – дольмены, практически на всех континентах Земли одинаковые или очень похожие друг на друга: дольмены в районе Геленджика и Лагонаки, в Южной и Северной Америке и Австралии, Стоунхендж в Шотландии, амфитеатр огромных каменных сооружений в районе Зангедура в Армении, почти точно повторяющий шотландский Стоунхендж.

Все это – элементы цивилизации кроманьонцев, тех ископаемых останков (найденных впервые во Франции, в местечке Кроманьон), которые никак не укладывались в дарвиновскую эволюционную цепь. Это доледниковые люди, по всем физическим параметрам далеко превосходящие современного человека. Надо думать, интеллектуальные и духовные качества этих людей также намного превосходили современные.

Так вот и оказалось, что не все уцелевшие представители доледникового человечества, которое питалось плодами, орехами и овощами, в прошлом существовавшими в тропических лесах Сибири и Антарктиды, превратились в мясоедов и занялись охотой на зверей для сохранения жизни.

Были и такие, которые в условиях новой, «ужесточившейся» земной природы сохранили свое единение с ней, понимание языка растений и зверей, ненасилие, питание исключительно дикорастущими дарами матери Земли. Их, видимо,

становилось все меньше, и все дальше они уходили за минувшие десятки тысячелетий от современных пороков цивилизации.

Одна из этих ветвей в труднодоступных лесах Сибири – это род Анастасии, обладающий всеми теми способностями, возможностями и знаниями, которыми владели доледниковые люди. Потому Анастасия говорила не раз, что все, что она умеет, доступно всем.

Цивилизованное человечество, все больше отгораживаясь от природы, утратило присущие людям данные Богом способности и знания. Войдя в экосистему Природы, гармонизируясь и сливаясь с ней, люди снова приобретут свою первоначальную высококультурную природу. Из тьмы технократического, военизированного общества войдут в зону света, гармонии и любви. Тропинка к свету – родовые поместья.

Как приложение к книге о здоровье мы предлагаем читателям две статьи Алексея Ивановича Чалого напечатанные в СЗУ (№№ 9, 12, 2004). Из этих статей можно почерпнуть очень много ценного о гигиене поведения, мышления и чувств. Вместе с материалами о гигиене физического тела они помогут вам создать целостную стратегию гармонизации человека в экосистеме природы и человеческом социуме. Эти знания крайне необходимы в новой эпохе Водолея, в которую вступает наша Земля вместе с Солнечной системой в своем путешествии по Галактическому кругу.

Законы Вселенной объективны и не зависят от нас. Эпоха Водолея, это не эпоха терроризма, военных и иных конфликтов. Это эпоха любви и гармонизации человека во Вселенной.

Оганян Марва Вагаршаковна,

врач-эколог, кандидат биологических наук

Приложение

Что омрачает нашу жизнь?

Очень хочу привлечь внимание читателей журнала к явлениям, которые так или иначе омрачают нашу жизнь: семейным конфликтам, болезням, пьянству, бедности… Но в еще большей степени я хочу привлечь внимание к огромным, но совершенно не реализуемым возможностям по их профилактике.

Давайте немного пофантазируем и представим себе, что люди, придумав себе иные развлечения, прекратили употреблять алкоголь; бедные придумали, как заработать достаточно денег; прекратились все семейные конфликты – их участники придумали себе более интересное занятие, чем ругаться со своими близкими; и, наконец, подавляющее большинство придумало – зачем им в будущем потребуется здоровье, и стало уже сегодня о нем заботиться.

Кому-то может показаться невероятным, что такие превращения вообще возможны. Однако, иногда они становятся реальностью, и люди не только придумывают себе новый образ жизни, но и меняют свое представление о самих себе. Что же для этого необходимо?

В первую очередь, конечно, желание. Желание изменить свою жизнь, так как та,

которая сложилась, явно не удовлетворяет. Также потребуется осознать, что все, что нас сейчас уже окружает: все слова, все их смыслы, все известные цели и устремления, все образы жизни… Все это когда-то и кем-то было придумано, а не возникло само по себе. И наконец, надо набраться смелости или наглости и, встав рядом с теми, кто все это придумывал, придумывать самому.

Вот один интересный пример. Очень давно кто-то придумал замечательное слово «ЖИЗНЬ», кому-то удалось придумать слово «СМЫСЛ», с тех пор каждый из нас имеет возможность придумать свой смысл своей жизни. Но многие ли этим пользуются? На самом деле придумывают единицы. Остальные просто живут в чужих придумках, в чужих смыслах и целях…

Ваши предшественники создали целые культуры с обрядами, привычками, целеустремлениями… Сделайте и свой вклад. Придумайте, например, каким должен быть образ жизни долгожителя. Придумайте и реализуйте на своем опыте. Хорошую придумку в этой области вполне можно сравнить с работой стрелочника, который одним махом переводит вашу жизнь на совершенно иной маршрут.

У одного моего знакомого дома на стене висит объявление-напоминание следующего содержания:

Чтоб надолго сохраниться
И увидеть змеептицу,
Я здоровьем занимаюсь,
Бросил пить и отжимаюсь,
И теперь наверняка
Я увижу слонбыка.
Может даже слоноптица
В нашем парке загнездится.

Он уверен, что лет через пятьдесят по всему миру появятся зоопарки с совершенно новыми удивительными животными. Ему хочется их увидеть. Хочется настолько, что он полностью изменил свой образ жизни. Не буду говорить, какой он был до этого. Теперь он любит повторять: «На вершине окажется тот, кто карабкается». Я с ним полностью согласен – он будет на своей вершине.

Вам также придется постараться и придумать причину, по которой именно вам так необходимо это долголетие. Для начала, чтобы войти во вкус творческой деятельности. Потом придумаете и свой смысл жизни, и как заработать побольше денег, и вообще, как изменить свой образ жизни, чтобы он вас удовлетворял. Главное начать.

Вот пишет мне мать пятерых детей: «Села написать, что так устаю, что мне не до придумок. Только начала и тут же придумала: кроме меня моим детям никто не поможет. Так я завела дневник и озаглавила его – «Путь долгожителя в России», вы наверно, посмеетесь, а я и рецепты полезные туда вклеиваю. Дети лет через пятьдесят издадут мой дневник – разбогатеют.

Я и не подумаю смеяться. Это суперпридумка! Для меня такие люди, как оазисы в пустыне. Я учу других придумывать себе жизненные цели и важные причины, выходы из сложных ситуаций и входы в новые… И когда я вижу результат, это для меня настоящий праздник. Именно ради жизни с такими вот праздниками когда-то я полностью изменил свою жизнь. Я ее такой себе придумал.

Еще один мой знакомый представляет долгожительство, как хорошую реку, берущую свое начало в сотнях небольших речушек: хорошем настроении, здоровом образе жизни, окружении таких же, стремящихся к долголетию людей, хорошем питании и достаточных физических нагрузках… Он художник, и на стене у него дома висит этакая карта с такой замечательной рекой и разными притоками. Это очень интересно.

Широчайшие возможности для профилактики семейных конфликтов, пьянства, бедности и многого другого заключены в творческих способностях каждого из нас. И я предлагаю всем сделать небольшую попытку в этом направлении, например, придумать сказочную историю на тему: еж – долгожитель, кружка – долгожительница, дом – … Тема долголетия – и полезна, и актуальна для каждого из нас.

Не старайтесь только сразу придумать всю историю целиком, это довольно сложно. Делайте это по чуть-чуть, записывайте то, что постепенно будет приходить в голову.

Когда я еще только проходил обучение азам психологии, наш преподаватель подарил каждому из нашей группы красочный плакат с надписью:

СВОЮ ЖИЗНЬ НАДО ТВОРИТЬ, А НЕ ВЛАЧИТЬ ЕЩЕ ОДНО ЖАЛКОЕ ПОДОБИЕ ЧУЖИХ ЖИЗНЕЙ.

Он и сейчас у меня висит. Вы можете сделать себе такой же. Это очень важно – иметь его перед глазами. В жизни столько всего случается такого, что пытается отвлечь нас от главного, что такой плакат-напоминание просто необходим.

Дорогие друзья! Придумывайте свои истории, записывайте их обязательно, хотите – присылайте, с огромным удовольствием прочту, а если будет конверт с обратным адресом – отвечу.

Алексей Ильич ЧАЛЫЙ.

350089, г. Краснодар,

ул. 70 лет Октября, 6, кв. 8.

Здоровый образ жизни

Занимаясь пропагандой долголетия и здорового образа жизни, я иногда сталкиваюсь с мнением, которое сформулировал в своем ко мне письме Киреев Александр из г. Геленджика: «Хорошо, если вы счастливый человек и долгая жизнь вам в радость. А если нет? Тогда это что – затянувшийся кошмар?» Не будь этого письма, я бы пожалуй, не стал писать о своем опыте в этой области. А тут сразу понял, что надо. Вдруг кто-то еще захочет научиться быть счастливым. Ведь в школах этому не учат.

Сам я этим занялся еще год назад. На стол в своей комнате поставил небольшую вазу, в которую до сих пор складываю шпаргалки с текстом: почему я счастливый человек. На листке бумаги я пишу соответствующую причину, сворачиваю листок в трубочку и ставлю в вазу. Для красоты верхний конец трубочки-шпаргалки я раскрашиваю фломастером в разные цвета: синий, красный, зеленый, желтый… А также нумерую их, чтобы знать сколько их всего, и что за чем было.

В первый же день я написал три шпаргалки, что первое пришло в голову.

1. Я счастлив, потому что у меня есть изобретательский дар.

Надо пояснить, что к тому времени у меня уже было 21 авторское свидетельство на изобретения.

2. Я счастлив, потому что у меня есть смысл для долгой жизни.

В моей голове постоянно возникают какие-то придумки. Но в тридцать лет я и не предполагал, что придумаю в сорок. А сейчас мне безумно интересно, что придумается лет этак в сто. Приложу усилия, доживу обязательно и узнаю.

3. Я счастлив, потому что самостоятельно избавился об никотиновой и алкогольной зависимости, избавился от головных болей и многих стереотипов поведения, научился от души смеяться и хохотать.

Так в первый же день мною был сделан задел. Три причины, чтобы чувствовать себя счастливым, это было уже что-то. Когда-то я не умел ездить и на велосипеде, научился. Как и многие другие не умел быть счастливым, но стал учиться и этому.

Я взял себе за правило: по утрам разворачивать одну из шпаргалок, и быть счастливым в этот день именно по указанной на ней причине. Итак – ежедневно, учеба есть учеба. Когда мне в голову приходило что-либо еще, я тут же это записывал на новую шпаргалку и устанавливал в вазу. Сейчас их там – сорок шесть. Сорок шесть причин быть счастливым, это уже солидно.

Так сегодня мне попалась сорок третья. На ней написано: я счастлив, потому что именно мне удалось обнаружить новое свойство пихтового масла – стимулировать работу мозга.

Может кому-то будет интересно – есть у меня и такие шпаргалки, на которых написано:

– я счастлив, потому что умен настолько, чтобы стремиться быть счастливым (№ 12);

– я счастлив, потому что не завистлив (№ 19);

– я счастлив, потому что в своей единственной жизни мечтаю что-то сделать или совершить, а не иметь или обладать, или еще хуже – съесть (№31).

У вас непременно будет что-то свое, важное именно для вас. Найдется множество причин ощущать себя по-настоящему счастливым. Будут: и десятая, и тридцатая, и сотая причина. Главное – начать.

А сейчас, в эту самую минуту, я придумал текст еще для одной шпаргалки – сорок седьмой: я счастлив, потому что у меня будут счастливые последователи. Те, кто однажды скажут себе, что нет дела важнее, чем научиться быть счастливым самому, и помочь в этом другим.

Я обычный человек, и в моей жизни случалось всякое: и куда-то не пускали, и завидовали, и ставили палки в колеса… Было и есть – все, как у всех. И в этой связи

хочу рассказать маленькую историю. Однажды, будучи еще студентом, на обрезке плодовых деревьев в саду, я услышал слова садовода:

– В обрезке главное не то, что вы обрезали, а то, что оставили. Ведь именно из этого на следующий год будет формироваться и крона дерева, и урожай. Однажды услышал, и запомнил на всю жизнь. Дорогие друзья, не обращайте внимание на то, что у вас «обрезают», вновь и вновь развивайтесь из того, что остается. Пусть в ваших вазах с каждым днем становится все больше счастливых шпаргалок.

Как обычно, жду от вас писем, разных и интересных. Кстати, учиться надо всему: учиться быть порядочным человеком, учиться любить, учиться дружить, учиться воспитывать детей, а вернее – научить их самих всему учиться. Почему-то никому и в голову не придет полетать на самолете. Опасно. А пытаться любить – не умея этого делать? Разве поломанные судьбы и брошенные дети – это безопасно?

И еще: как вы думаете, почему счастливые люди практически не болеют?

С искренним уважением,

Алексей Ильич ЧАЛЫЙ,

психолог-консультант.

350089, г. Краснодар,

ул. 70 лет Октября, 6, кв. 8.

Тел. 61-35-16.

Примечания

1

При наличии же «живых», то есть энергетически насыщенных аминокислот, дальнейший синтез белковой молекулы идет уже автоматически с минимальными энергетическими затратами на матрицах ДНК в клеточном ядре. Такие молекулы, созданные самим организмом, не вызывают синтеза антител к собственным тканям, т.е. прекращается аутоиммунное заболевание.