

Красивая ПОЛЯНА

Газета для тех, кто выбирает здоровье и долголетие

● СЛОВО РЕДАКТОРА

Можете на нас положиться



Каждый из нас хочет оставаться здоровым и сильным долгие годы, не отягощая свою жизнь и жизнь близких. В случае же болезни нам важно иметь возможность общаться с врачом, который не только знает, как помочь вашему телу, но подарит частичку тепла в тот момент, когда вы остро в ней нуждаетесь, а также возьмет на себя ответственность за ваше здоровье.

Когда я делала первые шаги в профессиональной медицине, мне повезло встретить людей, чьи этические принципы стали для меня образцом. Они передавали нам, молодым врачам, основы докторского служения: это ответственность за пациента, строгий подход к выбору лечения, наиболее благоприятного для его дальнейшей жизни, безусловный профессионализм, широкая общая эрудиция. Еще нас учили, что человек, оказавшийся в трудной ситуации, нуждается в душевной и духовной поддержке, доброте и сочувствии мудрого наставника. Мы знали, что в медицине нет места холодной расчетливости.

Найти такого доктора не просто. Система медицинской помощи, заточенная в настоящее время на деньги и стандарты, порой не оставляет врачу возможности реализовать свое видение и профессиональную интуицию в отношении конкретного пациента. Наблюдение за больным, оздоровление щадящими методами сейчас в поликлиниках, а тем более в стационарах мало кто практикует. Профессия врача неотделима от риска, но сегодня наибольшая часть риска переложена на самого больного. Таким образом, болезнь отягощает человека во всех планах - и в физическом, и в моральном, и в материальном. Хватит ли знаний у вас, чтобы в случае необходимости определиться в экстренной ситуации с выбором места оказания помощи себе или своим близким? Идеальная ситуация - иметь "своего" компетентного врача, который знает вас и особенности вашего организма, способен отвечать за свои рекомендации, сориентироваться в "форсмажорной" ситуации и оценить степень тяжести проблемы, привлечь необходимые дополнительные ресурсы, при этом оставаясь рядом с пациентом и выступая от его имени.

Мы все говорим, что здоровье - это очень важно. Но большинство из нас невежественны по отношению к себе, не знают себя и, увы, доводят организм до плачевного состояния.

Занимаясь траволечением, мы много времени уделяем просветительской работе, направленной в первую очередь на профилактику болезней и поддержание организма в условиях стресса, экологического неблагополучия. Мы уверенно заявляем, что организм, который регулярно поддерживается употреблением травяных чаев, значительно более устойчив к перегрузкам и восстанавливается после потрясений гораздо быстрее. В течение нескольких лет мы выпускаем газету, на страницах которой имеют возможность высказаться опытные специалисты в области оздоровления. Надеемся, что наши знания приносят вам пользу, поэтому и впредь будем стараться двигаться по этому пути - для того, чтобы в душе каждого человека воцарились спокойствие и уверенность за себя и своих близких.

На страницах этого номера вы встретитесь с теми, кого уже знаете, и познакомитесь с новыми авторами. У вас есть шанс выбрать специалиста по душе, и, уверяю вас, на каждого из них вы можете положиться!

Юлия ГОРДЕЕВА.

Мы тоже любим сказки!

Коллектив Санкт-Петербургского Фитоцентра на Гороховой побывал в гостях у известного сказочника Андрея Владимировича Гнездилова.



Преображающее действие его сказок коснулось многих человеческих душ. В Интернете можно найти массу ссылок о нем и его книгах. Уже сорок лет Андрей Владимирович служит людям в созданном по его инициативе хосписе для онкобольных в Ольгино. Будучи заслуженным врачом и ученым с мировым именем, он всегда откликается на зов детей и взрослых о помощи. В его арсенале доброта и мудрость, знания и опыт, а также сказки, куклы и костюмы. Его дом - это настоящий рыцарский замок. Переодевшись в костюмы принцесс и королей, венецианских дождей, горцев, тургеневских барышень, мы ощутили в своей душе звучание новых струн. Одним это сказочное действо добавило храбрости, другим - уверенности, а кому-то женственности и мягкости. Но это еще не все. Евгения Валерьевна Смольянинова, заслуженная артистка России, спела для нас в этот вечер песни, которые помогли нашим душам распрямиться и зазвучать более чисто. Так бывает только в сказке! Мы очень благодарны Андрею Владимировичу и Евгении Валерьевне за этот вечер большого человеческого сердца!

Юлия ГОРДЕЕВА.

В середине апреля мы ждем вас, дорогие друзья, на очередной Березовый спас! В 2016 году мы проведем его в два этапа. Первый, как обычно, состоится в Красном Ключе, а второй начнется в самом конце апреля и пройдет на базе "Роза ветров" в селе Тюлюк возле горы Ирмель.

Сюрпризы Березового спаса

Мы предоставим нашим гостям возможность в эту чудесную пору преображения природы находиться в лесу не только днем, но и ночью. Будет организован палаточный городок, где желающие могут оставаться до утра, чтобы хоть на несколько дней соединиться с ритмами природы: засыпать вместе с заходом солнца и просыпаться под жизнеутверждающее ликование птиц, предвещающее появление первых солнечных лучей. С нами в группе будет прекрасный специалист в области лечебной физкультуры Лидия Ивановна Гурина, и у каждого будет возможность размяться под ее руководством и по разработанной ею методике. Лидия Ивановна уже 43 года работает в поликлинике УД Президента РФ на Сивцевом Вражке. Среди ее пациентов государственные деятели, спортсмены, артисты и другие знаменитости. В свои 70 лет она трудится, как и в молодости, поражая выправкой, преданностью своему делу и высоким профессионализмом.

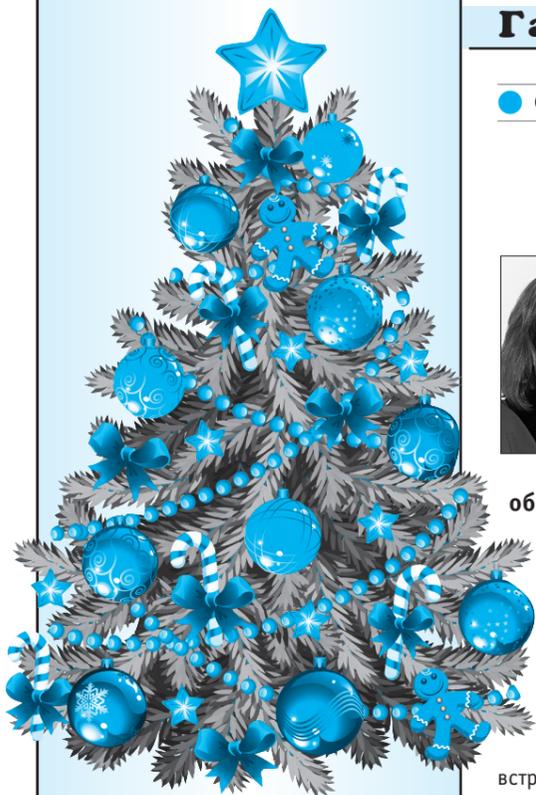
И это еще не все нововведения! Чтобы гарантировать гармоничное пробуждение всех физических и психоэмоциональных ресурсов, с нами будет гитарист, педагог, звукорежиссер и психолог Святослав Смольянинов. При желании каждый из участников Березового спаса сможет научиться играть на гитаре свою любимую песню или мелодию. Итогом станет концерт для жителей Красного Ключа, в котором примут участие новоиспеченные музыканты. Классическая гитара не умирает: многочисленные изобретения последних десятилетий ее не заменили. Дело в том, что, несмотря на трудность обучения исполнительскому мастерству игры на гитаре, она остается великолепнейшим инструментом для самовыражения. И если вы хотите узнать, какой у вас голос на самом деле, - сыграйте на гитаре. Вас обязательно услышат.

С Новым годом!

Дорогие наши друзья! Сердечно поздравляем вас с наступающим Новым годом!

Пусть он будет наполнен здоровьем, счастьем, радостью. Желаем творческих, созидательных сил, исполнения самых заветных желаний. Мира, Света, Любви!

Ваши Михаил и Юлия Гордеевы,
коллектив Фитоцентра.



Сбор, упакованный в... таблетку

В ассортименте нашей продукции появились травяные таблетки "Здоровая печень".

Действие и травяной состав аналогичный известному и популярному чайному напитку "Золотистый", который служит для улучшения функции печени и желчевыводящих путей. Согласно результатам исследований, проведенных медиками на нефтехимическом производстве, сотрудники которого подвергаются профессиональным рискам, связанным с попаданием токсинов в организм, по эффекту наш чай не уступает такому известному препарату как карсил.

А эта информация полезна тем, кто регулярно пользуется антипаразитарной программой: все чайные напитки - компоненты этой программы теперь доступны и в травяных таблетках: "Антипаразит", "Здоровая печень" и "Слабительный".

Фитотерапия в помощь семье

В Москве, в здравнице травника М. Гордеева на Тверской, 12, состоялся семинар по фитотерапии для специалистов в области оздоровления.

Сюда приехали специалисты из Москвы, Нижнего Новгорода, Рязани, Бузулука, Уфы. Основной темой мероприятия стали вопросы, связанные с возможностями фитотерапии при подготовке пары к беременности, во время беременности, родов, в послеродовой период, а также фитокоррекция различных состояний у мамы и ребенка в течение первого года жизни. По материалам семинара будет выпущено методическое пособие.

● ИЗ ПЕРВЫХ УСТ

От печали до радости, или Оттенки женского настроения

Менструальный цикл можно разделить на три этапа. В первой фазе цикла созревает яйцеклетка. Когда она пошла по маточной трубе и вместо нее образовалось желтое тело, наступает вторая фаза. И третья фаза - месячные.

У женщины подсознательно формируется убеждение, что овуляция и выход яйцеклетки из яичника, проход ее по трубе в матку - это период замужества. То есть если у женщины ярко проходит овуляция, с подъемом либидо, с улучшением настроения, - она незамужняя женщина, мечтающая выйти замуж, и думает она об этом с удовольствием, с радостью.

Как мы составляем комплексный лечебный сбор

Мы составляем два основных чая. Один следует пить непосредственно перед сном, он предназначен для того, чтобы сон стал проводником здоровья и полноценного отдыха. Второй призван поддерживать работу органов и систем организма, чтобы человек ощущал себя здоровым днем.

Считая, что глубокое оздоровление происходит во сне, мы огромное внимание уделяем составлению именно ночных сборов, которые завариваются и выпиваются непосредственно за 20 минут до сна.

Разберем это на примере менструирующей женщины. Для составления сбора воспользуемся следующим шаблоном, который нам предстоит заполнить.

	Атмосферное давление больше 750 мм рт. ст.	Атмосферное давление меньше 750 мм рт. ст.	Период ПМС и месячные	Овуляция (середина цикла)
"Сон 1"				
"Сон 2"				
"Сон 3"				
"Сон 4"				
"Благодар"				

Как на нас влияет атмосферное давление

На самочувствие человека часто влияет атмосферное давление, поэтому советуем пациентам отслеживать по барометру метеосостояние каждого дня. От этого будет зависеть и состав лечебного сбора.

Высокое атмосферное давление давит на все, в том числе на сосуды, которые приходят в тонус. Позволю себе такую ассоциацию. Когда подводная лодка опускается на дно океана, на судно давит толща воды. И чем ниже опускается лодка, тем давление на нее больше. Может дойти до того, что затрещат перегородки, начнет течь вода, и лодка сомнется. Такое же воздействие оказывает атмосферное давление на нашу кровеносную систему. Чем сильнее сдавливаются сосуды, рыхлые изнутри, тем меньше трение, тем выше скорость движения крови по сосудам (артериям и лимфатическим каналам).

Люди реагируют на изменения атмосферного давления по-разному.

У некоторых хороший приток артериальной крови (значит, у них отличная реакция, они быстры в движениях и мыслях), их самочувствие при высоком атмосферном давлении остается хорошим. Но если человек испытывает головную боль при высоком атмосферном давлении (а в нашем случае взята для примера молодая женщина), можно легко предположить, что для него типичен недостаточный приток артериальной крови к голове.

При повышении атмосферного давления улучшается отток венозной крови и возникает дефицит артериальной, которая не может заполнить вакантное место. Организм компенсирует это состояние спазмами, и, как следствие, возникают мигреноподобные боли. Для таких людей мы увеличиваем дозу сбора "Сон 2" во время повышения атмосферного давления.

"Сон 2" - это сбор, прежде всего направляющий артериальную кровь в голову. Однако в его составе не только дербенник, который служит именно этой цели, но и кардиотоники, и травы, улучшающие венозный отток, а также сосудодукрепляющие. Чайный напиток "Сон 2" предназначен для тревожных, малорадостных, худых людей с бледным цветом лица; для тех, кто не может уснуть ночью, хоть и хочется; вынужден спать на низкой подушке или без нее; когда утром голова не ясная, пустовато-мутная, а тело скованное.

Когда атмосферное давление высокое, венозная кровь свободно оттекает из головы, артериальная не может прийти, ее место занимает ликвор, поэтому развивается заметный дисбаланс крови и ликвора и наблюдается тенденция к повышению внутричерепного давления. В это время мы предлагаем добавлять к ночному чаю сбор "Благодар" (2 ч. ложки).

Когда атмосферное давление пониженное, тонус сосудов соответственно понижается, и у женщины развивается гипотония. Хотя чувствует она себя при этом, как ни странно, комфортно, ведь для нее более значима изначальная нехватка притока артериальной крови в голову. Однако начинает назревать другая проблема: при низком атмосферном давлении у такой женщины ухудшается отток венозной крови. И тогда мы назначаем сбор "Сон 4", причем в достаточной дозировке, но при этом назначаем всего 1 ч. ложку сбора "Сон 2". Травы, входящие в состав чайного напитка "Сон 4", рекомендованы для быстрого засыпания в правильном положении тела - на спине для тех, кому засыпать удобно на животе, либо в ситуациях, когда нет желания спать, а пора. Особенно рекомендуется людям с умственной нагрузкой во второй половине дня, при появлении в голове тяжести, замедлении умственной деятельности.

Как связаны назначения с менструальным циклом

В период менструации у женщины усугубляется дефицит артериальной крови, который надо восполнить посредством сбора "Сон 2", добавив его к ночной схеме в количестве 4 ч. ложек. А венозной крови в этот период у женщины накапливается уже меньше, поэтому в схему присутствуют 2 ч. ложки сбора "Сон 4".

Но, кроме того, у женщины и перед, и во время месячных обычно развивается дисбаланс крови и ликвора, повышается внутричерепное давление. Чтобы его снизить, в схему включаем чай "Благодар" в максимальной дозировке - 3 ч. ложки.

Овуляция возможна тогда, когда у женщины полный порядок в голове и не много лишней артериальной крови. Поэтому в данный период назначаем среднюю дозировку сборов "Сон 2" и "Сон 3", а сбор "Сон 4" - всего 1 ч. ложку.

	Больше 750 мм рт. ст.	Меньше 750 мм рт. ст.	ПМС	Овуляция
"Сон 1"	(только розоволицым умным мужчинам)			
"Сон 2"	3	1	4	2
"Сон 3"	2	1	3	2
"Сон 4"	1	3	2	1
"Благодар" ("Благодар")	2	1	3	2
Сбитень "Согревающий"	1	1	1	1
"Антипоз"	1	2	2	1
Медуница трава	2	3	3	1

Для назначения схемы лечения мужчинам рассматриваем только две первых колонки (с повышенным и пониженным атмосферным давлением).

Когда следует назначать сбор "Сон 3"

Если у человека любого пола развиваются агрессивность, тревога и беспокойство, он плохо засыпает, а когда засыпает, то лежит на



правом боку, - мы даем ему сбор "Сон 3". Тревожность и беспокойство усиливаются и даже сахар в крови поднимается при нехватке артериальной крови. Поэтому в ясную погоду при высоком атмосферном давлении назначаем 2 ч. ложки сбора "Сон 3". В пасмурную погоду, когда какой-никакой баланс между артериальной и венозной кровью имеется, назначаем 1 ч. ложку сбора "Сон 3".

Во время месячных уровень тревожности возрастает максимально, поэтому даем 3 ч. ложки сбора "Сон 3".

В овуляцию нужно, чтобы женщина была спокойной: назначаем среднюю дозировку сбора в лечебной схеме. Чайный напиток "Сон 3" рекомендован тем, кто не может уснуть из-за тревожных мыслей или страха ("Что произойдет?"); кто спит преимущественно на правом боку, склонен к депрессии или агрессии; с варикозом, более выраженным на правой ноге, камнях в желчном пузыре и в правой почке с ее опущением.

Три любимых сбора

Хотел бы еще упомянуть о трех сборах, которые мы назначаем в ночную схему, если есть необходимость.

Чай "Антипоз" реально способствует подъему почек, но в этом сборе еще заложены травы для стимуляции работы надпочечников. Наш организм восстанавливается и омолаживается во время сна, если хорошо работают надпочечники. "Антипоз" мы назначаем людям, которые не высыпаются ночью. Функция надпочечников активнее при высоком атмосферном давлении, поэтому в такую погоду мы добавляем в схему лечения только 1 ч. ложку сбора "Антипоз".

При пониженном атмосферном давлении даем "Антипоза" больше. Когда женщина менструирует, у нее настроение становится хуже, она перестает любить жизнь, чувствует себя разочарованной, поэтому оставляем такую же дозировку - 2 ч. ложки. И во время овуляции назначаем 1 ч. ложку, потому что этот период сам по себе воспринимается женщиной как благоприятный.

Сбитень "Согревающий" - очень интересный сбор. Считаю, что это одна из лучших моих разработок. Чтобы рассказать о том, как он действует, начну издали. Во-первых, напомним, что в нашем организме есть абсолютно все бактерии, но нет условий для их развития. Когда же условия возникают, мы начинаем болеть, причем кто-то раньше, кто-то позже, в зависимости от иммунитета. Если у меня из всех членов семьи иммунитет самый слабый, я заболею первым, следом за мной дети, а последней - жена, которая будет ворчать: муж нас всех заразил. Но это не так! Самое смешное, что и врачи думают, будто инфекции существуют. Чесоточный клещ - да. Но бактерии всегда есть внутри человека, и иммунитет с ними либо справляется, либо нет.

Во-вторых, вспомните, что мы живем в континентальном климате, где большую часть года дует холодный ветер, температура опускается ниже нуля, и мы замерзаем. Нос посинел, ноги замерзли - все тепло ушло внутрь. Чтобы сохранить жизненно важные внутренние органы (сердце, почки и пр.), кровь отлила к ним.

Потекли слезы и слезы - организм стал осушаться, от ветра жидкость уходит через глаза и нос. Наконец мы пришли в теплое помещение с мороза, переоделись, надели теплые носки, согрелись. Тогда кровь от внутренних органов уходит к периферии. Под мышкой температура растет, а во внутренних органах понижается. То есть снаружи становится жарко, а внутри - озноб.

Внутренние органы в этот момент получают мало крови, а значит, плохо работают. Организм слабеет. Это называется простудой, гриппом, вирусными заболеваниями. Но на самом деле ваш организм просто замерз и потом начал согреваться. И так интенсивно стал это делать, что при этом замерзли внутренние органы.

Сбитень "Согревающий" был разработан мной как раз для таких случаев. Он направляет разогретую кровь к внутренним органам. Температура под мышкой становится нормальной, кровь приливает к жизненно важным органам. И в этом сборе никаких бактерицидных трав нет.

Люди, которые ездят в Китай, Индию, в тропические и субтропические страны, говорят, что у них в восточной кухне преобладают специи и горько-соленые блюда для профилактики желудочно-кишечных заболеваний. Это миф. Там настолько жарко, что кровь постоянно уходит к наружному покрову, чтобы испарять тепло и предотвращать перегрев организма. Но специи загоняют кровь обратно, к внутренним органам. Сбитень "Согревающий", как и сбор "Благодар", назначают и тогда, когда голова мутная, что является признаком переизбытка ликвора.

Медуница. Когда мы спим в душной спальне под теплым одеялом, мозг страдает от кислородного голодания. Через нашу кожу испаряется приличное количество углекислого газа и поступает в организм довольно много кислорода. То есть кожа работает, в том числе и как легкое. Но когда мы спим в духоте, боясь простудиться, наша кожа не может выполнять свои основные функции: она не дышит.

Однако мы можем помочь легким работать ночью с удвоенной силой, чтобы они приняли на себя функции кожи. Такое возможно, если на ночь принимать отвар медуницы. Медуница резко увеличивает потенциальное содержание кислорода в крови, усиливаются все биохимические процессы.

У здорового человека из одной молекулы глюкозы вырабатывается 36-38 молекул АТФ. Когда человек спит в душной комнате, процесс выработки АТФ резко понижается: молекула глюкозы дает всего две молекулы АТФ. Это вызывает состояние, называемое лактицидозом: из глюкозы образуется много молочной кислоты, воды и очень мало АТФ. При двух молекулах АТФ во время сна организм человека не может восстановиться и омоладиться, организм старится и закисляется. Кислородное голодание наступает не только в голове, но и в тканях, что, например, может напрямую спровоцировать сахарный диабет. Падение КПД организма происходит на 1800 процентов, в 18 раз! Как изменить это процесс? Как повысить КПД? Эту задачу решает всего лишь одна трава - медуница.

Если человек просыпается со страхом, ему не хватает дыхания, сердце колотится, нужно заварить 3 ч. ложки медуницы в пасмурную погоду и при ПМС у женщин.

Кому нужен сбор "Сон 1"

Сбор "Сон 1" мы не назначаем менструирующим женщинам. Он только для умных, сообразительных розоволицых мужчин. "Сон 1" гонит кровь к внутренним органам. Если в восточной медицине говорят о чакрах, то мы говорим о бассейнах - плечевого пояса и головы, брюшной полости, малого таза плюс ноги. Так вот, сбор "Сон 1" перераспределяет кровь из бассейна головы и плечевого пояса в брюшную полость, малый таз и ноги. Если мужчина говорит, что у него утром голова тяжелая, а тело скованное, то самое время пить "Сон 1".

Состав сбора очень сложный. Могу сказать, что там есть багульник, который как раз и гонит кровь в полость живота: в печень, поджелудочную, кишечник, почки, простату, ноги. В сборе очень много кардиотоников.

Человек, пьющий "Сон 1", не храпит и не спит на левом боку.

Много в сборе травок для улучшения венозного оттока, чтобы голова не была тяжелой при пробуждении.

Основные показания для назначения чайного напитка "Сон 1": для женщин климактерического периода и для мужчин с выраженным красным цветом лица, часто с куперозом и демодексом, спящих преимущественно на левом боку, реже на спине (и все равно с храпом) и просыпающихся со скованным (с невыспавшимся, битым, спящим) телом и тяжелой головой; для "сов"; для склонных к геморрагическим инсультам по левому полушарию и ишемическому по правому; для людей с варикозом, который явно сильнее на правой ноге, или со спастическим колитом.

Теперь вы понимаете, почему для лечения нужны такие сложные схемы: назначение зависит не только от нарушений мозгового кровообращения, но и от погоды, пола и времени менструального цикла у женщин.

Михаил ГОРДЕЕВ.

АКТУАЛЬНО



В московском фитоцентре М.В. Гордеева на Чистых прудах консультирует врач и удивительной души человек Светлана Евгеньевна Мусина. Вот уже 35 лет она исправляет неполадки в организме людей. Только сначала Светлана Евгеньевна работала в государственных медицинских учреждениях, а с годами освоила и метод висцеральной хиропрактики, лечение паром в кедровых бочках и фитотерапию. Ее неиссякаемая тяга к самообразованию, познанию альтернативных методов оздоровления вызывает большое уважение.

Мы начали беседу, а первый вопрос был следующий:

- В какой момент Вы почувствовали интерес к фитотерапии?

- Если твоё детство прошло на Крайнем Севере, ты никогда не забудешь неопишную красоту короткого северного лета: нерест лосося, который идет против течения, а где-то в верховьях его поджидает медведь; исландский мох, которым питаются олени; рододендроны, брусничные поляны, гектары морошки, карликовые березы, стланник, шикша... В таком удивительном крае я выросла. Часто ходила с отцом на сопки, в тундру, на охоту и рыбалку. Еще ребенком видела поселения эвенков, чукчей, заворачивающие ритуалы шаманов, камлания.

Я все это запомнила, впитала в себя, в том числе и знания о лекарственных травах. Дома мы постоянно заваривали травяные чаи, например из шаломанника. Так называют в тех краях таволгу вязолистную. Все эти знания пригодились мне, когда приехала на Дальний Восток в Благовещенск и поступила в медицинский институт. После ординатуры меня направили работать в село. И за эти три года мне пришлось помогать людям практически при всех патологиях (инсультах, кровотечениях, инфарктах), а также при родах и травмах.

В советские времена не было принято лечить травами. Более того, подобную практику даже запрещали. Но когда я работала сельским врачом, у меня все же был свой аптекарский огород: 20 соток и 8 человек в подчинении. Мы заготавливали лекарственные травы: тысячелистник, ромашку, бруснику, подорожник и другие. Сушили их и сдавали в аптеку. Аптечные работники фасовали их в специальные пакеты, варили микстуры, делали настойки и поставляли нам в амбулаторию.

Я назначала, допустим, от повышенного давления папазол, а потом отчеркивала на рецепте и в дополнение перечисляла 4-5 растений рекомендательно.

- Расскажите, как Вы пришли работать в фитоцентр Михаила Гордеева?

- В 2005 году Михаил Викторович выступал на заседании московского фитообщества. Он произвел на меня сильное впечатление. Мне всегда были интересны природные методы лечения и то, насколько они раскрывают резервы человеческого организма, поддерживают и продлевают нашу жизнь. Они работают очень мягко, физиологично, вносят свою корректировку в биохимическую цепочку, стабилизируя мембранную, лимфатическую систему, скорость химических реакций.

Так вот, когда все врачи столпились вокруг Михаила Викторовича после его великолепного выступления, я стояла в сторонке и наблюдала, слушала, как мои коллеги задают ему массу интересных вопросов. Он вдруг внимательно посмотрел на меня и сказал: "А ты будешь работать у меня".

Я удивилась, потому что в то время работала в одном центре, занималась фитопарасоуной в кедровых бочках по методу, разработанному Прасковьей Яковлевной Лосевской. Особенность метода в том, что

здесь перепады температуры оказывают более щадящее действие, нежели в обычной бане: человек сидит в бочке, он окутан паром, настоящим на 150 лекарственных растениях, а голова у него остается снаружи. Через кожу пар вытаскивает

нельзя бросать самостоятельно лечение, иначе через какое-то время клиника заболевания вернется. Обязательно надо продержаться на достигнутом, чтобы закрепить результат.

Мы берем и тех пациентов, от которых отказывается официальная медицина. Часто приходят онкобольные. Даже современные онкопрепараты официально продлевают жизнь больным лишь на пару месяцев. У нас же есть случаи, когда человек живет на травах год, три, пять. Это очень высокие результаты. По крайней мере, травы хорошо снимают последствия химиолучевой терапии. Ведь бывают серьезные осложнения, люди очень страдают от них и даже порой уходят из жизни из-за последствий осложнений. Фитотерапия их снимает, нивелирует.

Улучшает капиллярное русло (не смотря на то, что эта мазь назначается обычно при варикозном расширении вен) флелоблюкс.

Любые настойки и припарки вы можете делать сами: из цветов бузины, таволги, лавра (или эфирное масло, или экстракт), можжевельника, багульника (эффективен при ревматических болезнях). При подборе средств срабатывает не только метод проб (эмпирический), но и интуиция врача. Бывает, что назначаем несколько мазей, когда есть сочетание застойных явлений.

Помимо наружного, локального применения трав, мы работаем и системно. Ведь болевой синдром свидетельствует о том, что нарушение это многолетнее. Значит, есть отложение солей, какие-то неправильные пристрастия в питании, нарушение работы ЖКТ. Если желчь

застойным, начинается воспаление, затем присоединяется вторичная флора (часто - лямблии).

Если говорить о камнеобразовании, оксалаты чаще поражают крупные суставы (плечевые, локтевые, лучезапястные, бедренные, коленные, голеностопные). Фосфаты обычно оседают на позвоночнике. Ураты поражают мелкие суставы, междуузлиа (кисти и стопы, где есть связки и мелкие косточки).

Когда у нас начинают откладываться соли, это чаще всего ураты.

Один из самых простых рецептов для растворения уратов: минуты три кипятить лист смородины и пить отвар. Можно уплотнять сныть, очень хорошо работают при уратах пикульник, камеломка, герань луговая. А еще есть сбор "Гибкость", который мы применяем при артрозах и артритах. Чтобы избавиться от камней, нам нужно употреблять больше кремния, потому что он выводит из почек лишнюю кальций, оседающий в виде коралловых камней.

Много кремния содержится в белой глине (принимать ее можно по 1-2 ч. ложки порошка, разводя в стакане воды). Кремний содержат кунжут, створки различных орехов (например, кедровых). Много кремния в хвое. Сами посудите: хвойные растут там, где песчаная почва, кварц (кремниевые соединения). Мы же не можем песок есть, но мы получаем органический, уже переработанный кремний из иголок сосны или из хвоща, которые растут на песке.

Вообще кремний - очень важный микроэлемент, дефицит которого (а не кальция, как принято думать) возникает при остеопорозе.

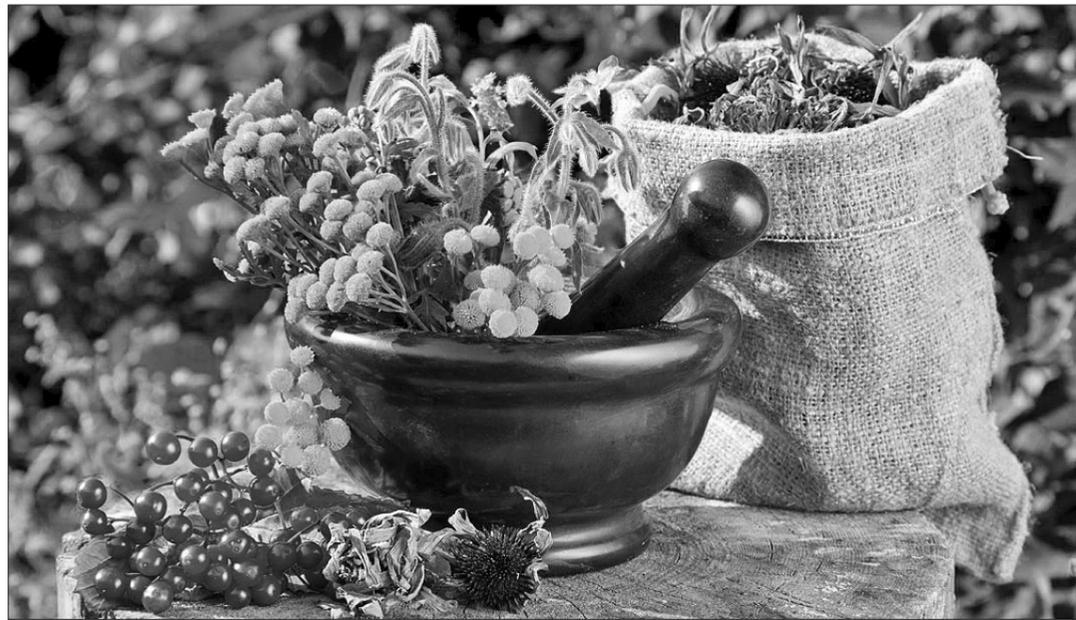
- Как определить остеопороз у женщины?

- Первый признак остеопороза - уменьшение роста на 3-4 см. Поэтому советую регулярно измерять не только свой вес, но и рост. А также для профилактики остеопороза заниматься йогой, пилатесом, балетом - любыми видами нагрузки, которые подразумевают растяжки суставов. Запомните еще один важный момент: при обследовании камень в почках, мочеточнике на УЗИ надо смотреть только из положения стоя, чтобы видеть, насколько опущены органы. И не переживайте, если камень на УЗИ увеличится после того, как вы начнете пить травы. На самом деле камень разрыхлился и увеличился в размерах из-за этого, однако скоро он начнет распадаться и выходить в виде песка. Этому способствуют семена петрушки и дикой моркови, птичий

спорыш. Но пить травы в этом случае надо осторожно: какой-то период пить, потом сделать перерыв, опять попить. При этом постоянно отслеживать свое состояние. Бывает, что начинается сильный болевой синдром, если сразу активно приступать к лечению.

Если уж такое случится, надо дать спазмолитики - крестовник, например, или атропиноподобные травы типа белладонны; можно приготовить отвар из укропного семени (2-3 ст. ложки на стакан): он расширяет мочеточники, и камень тогда может свободно и безболезненно пройти. Лучшая профилактика образования камней - следить, чтобы желчь не застаивалась. Для этого заставляйте себя спать на спине, а не на правом боку. А перед обедом съедайте кусочек жирной рыбы, вареного сала, сливочного масла или сметаны. Потому что только животные жиры открывают сфинктер Одди, стимулируют выход желчи и очищение желчного пузыря.

Вопросы задавала Ирина МЕДВЕДЕВА.



Удалили желчный — нагрянет артроз

из организма все токсины, шлаки, устраняет нарушения метаболизма; усиливаются периферическое кровообращение и лимфоток, в венозной крови очень быстро нивелируются недоокисленные продукты обмена - идет быстрое восстановление, что благотворно влияет на все системы человека. Я заметила, что в нашем климате, когда среднегодовая температура минусовая, это благостное лечение. Фитобочки показывали очень интересные результаты. Бралась я тогда за сложные и очень сложные случаи из разряда "не может быть". Тогда мы с Михаилом Викторовичем поговорили, и он уехал к себе в Уфу. Но в 2007 году я действительно стала осваивать лечение травами.

- Насколько эффективна методика, которой Вы овладели за эти восемь лет?

- Наша методика действительно работает, но в том случае, если сам пациент проявляет упорство, старается. Если вы переступили порог нашего центра и решили заняться своим здоровьем - вы сами становитесь для себя главным врачом. Я заметила, что первые два месяца лечения травами идет проверка человека на готовность заниматься собой. Если пациент проходит этот этап, дальше уже легче. А первые месяцы даются очень сложно. Если вы десятилетиями спали на правом боку, за месяц редко когда начинают спать на спине, честно говоря. И даже после того, как человек выходит "на плато" (это когда он почувствовал, что ему стало хорошо),

- Когда начинают болеть суставы, мы чаще всего применяем наружные средства эффективны, и что Вы можете посоветовать при болях в суставах?

- Применение наружных средств для лечения суставов требует от человека упорства, оно должно быть длительным. Существенные результаты могут наступить через полгода. У нас есть препараты, которые снимают болевой синдром. Мне нравится настойка брионии (переступня). Недавно пришел пациент с обострением подагрических шишек - на ногу не мог наступить из-за сильных рвущих болей. Пришел ко мне, говорит: "Все перепробовал". Я ему посоветовала настойку брионии наружно. Через две-три недели заходит этот пациент снова: настолько хорошо ему подошла эта настойка, что после первого же сеанса боль стала уходить.

В фитоцентре есть настойка, мазь из маклюры, мазь маклюры с чесноком (последний ингредиент добавляет разогревающий эффект). Можно воспользоваться настойкой сабельника и мазью из сабельника, которая особенно хороша при артрозах, тугоподвижности, ноющих болях, артритах. Посттравматические суставные боли хорошо снимает настойка арники.

При болевых синдромах травматического характера эффективны мазь и настойка окопника. Мазь из живокости полевой хорошо применять для восстановления надкостницы.

плохо отходит, а человек спит на низкой подушке, на правом боку, у него будут проблемы с суставами и склонность к желчекаменной болезни. А тут недалеко до проблем в работе почек.

Применение наружных средств для лечения суставов требует от человека упорства, оно должно быть длительным. Существенные результаты могут наступить через полгода.

- Какая связь между желчным пузырем, желчью и суставами?

- Желчь - это элементарная смазка для суставов. Если мы удалим желчный пузырь (жизненно важный орган), обязательно начнется реактивный панкреатит как сопутствующее заболевание, а за ним, как правило, вследствие нарушения обмена пойдут артриты, артрозы. Поэтому показания к удалению желчного пузыря должны быть очень строгими. Когда сфинктер Одди не открывается вовремя (а это бывает в случае если человек много лет спит на правом боку), то желчь застаивается и концентрирует желчные кислоты идет в запас, постепенно формируя на одном кристаллике целый конгломерат. Если желчный пузырь деформирован, он становится

● СОВЕТЫ ТРАВНИКА

Мамой стать непросто

К сожалению, об этом свидетельствует огромное количество пар, которым не удается зачать ребенка. Но и после зачатия не всегда получается ребенка выносить и родить здоровым. Женщины все чаще сталкиваются с угрозой выкидыша и замершей беременностью. Разберем причины, по которым возникают подобные осложнения.

Как бы ни продуцировал костный мозг элементы крови, как бы они ни созревали в селезенке и ни дозревали в печени, но пусковым механизмом в данном процессе у менструирующей женщины является уровень эстрогенов. Эти гормоны образуются под влиянием доминантного фолликула. Так стимулируется образование крови.

Но если наступила беременность (образовалось желтое тело), у женщины создание новой крови резко замедляется. Если и до беременности кровь образовывалась в недостаточном количестве и недостаточного качества, то теперь эта проблема обострится.

Так настроен организм: тот кальций, что копился в костях женщины, идет ребенку, все накопленные полезные вещества направляются на рост и развитие эмбриона. Понятно, что женщина кушает, может принимать минеральные добавки, но отдает ребенку она именно свой кальций, кремний, гемоглобин...

Если женщина нездорова, мозг начинает рассматривать плод как паразита, сосущего кровь и питательные вещества из организма мамы, и отторгает его.

Еще надо понимать, что катализатор всех процессов в организме - щитовидная железа. Когда женщина забеременела, а та слабенькая, мозг как бы говорит: "Ну если даже выносить и родить ребенка получится, то как же его поднять, воспитать? Сил у меня не хватит". Начинаются процессы, которые приводят к выкидышу или замершей беременности. Зная об этом, мы обращаем большое внимание на щитовидную железу беременной.

Могу так сказать: беременность настолько благословлена Богом, что вовне не существует никаких обстоятельств, способных подействовать на нее отрицательно. Ни пижма, ни молоко с йодом, ни жаркая баня, ни прыжки с высоты не влияют на беременность вообще. Если бы влияли - ни одного аборта бы не было.

Если произошел выкидыш, значит, здоровье у женщины до беременности было слабым. Почему? Да потому, что щитовидная железа слабая. А почему она слабая? Потому что женщина не понимает, насколько это Божья благодать - быть беременной.

Правая доля щитовидной железы подчиняется левому полушарию, и наоборот, левая доля подчиняется правому.

Правое полушарие мозга (левая доля щитовидной железы) отвечает за функции "выносить и воспитать". Левое полушарие мозга (правая доля щитовидной железы) решает, "каким ребенком будет".

Если женщина начнет думать: "Я не смогу вырастить ребенка", - проблемы возникнут в правой доле щитовидной железы. Если женщина станет говорить: "Родить-то я рожу, но в стране нестабильная обстановка. А если, не дай Бог, мальчик родится? Пойдет в армию - его ранят..." - тогда будет страдать левая доля щитовидной железы.

Если женщину начинают успокаивать (мол, муж надежный, одна она не останется, мальчик в армию не пойдет), а она все равно твердит, что сын может стать альпинистом и разбиться



где-нибудь в горах, тогда мозг начинает вырабатывать антитела к ТГ и превращение несильного тироксина Т4 в сильный тироксин Т3 замедляется.

Если женщина и дальше сомневается, то начинают вырабатываться антитела к ТПО, которые постепенно разрушают ткань щитовидной железы.

Замершая беременность возникает тогда, когда женщина не верит Богу, мужу, родственникам и думает только о плохом. Женщина отвещает своими мыслями за выкидыши. Такие помыслы губят щитовидную железу и приводят к проблемам в вынашивании ребенка. Если женщина сомневается - у нее будет слабая щитовидка, сколько бы йода в пищу она ни употребляла. Более того, надо знать, что чрезмерное употребление йода может привести к раку щитовидной железы, молочных желез, яичника. Здоровая щитовидная железа - вот гарантия того, что беременность не замерет и не закончится выкидышем.

Как проходят первые месяцы беременности? Слезы, тоска, депрессия, токсикозы связаны с ростом внутричерепного давления, лишней жидкостью в голове, которая давит на мозг, поэтому нарушаются условия для нормального его функционирования. Артериолы и капилляры сжимаются, и питательные вещества по ним не могут поступить в структуры мозга. Поэтому борьба с токсикозом в первую очередь должна быть связана с устранением внутричерепного давления. А для этого у нас есть чай "Благодар". В летнее время мы заменяем его чаем "Прохлада", который отличается только тем, что убирает еще и излишнюю потливость.

После приема чая "Благодар" у женщины исчезает мрачное, плаксивое, тоскливое настроение, изменяется отношение к самой беременности. У нее нет скорби в голове, она уже не думает о плохом.

Изменение баланса кровь/ликвор в пользу последнего вызывает такое состояние, когда голова не может продуцировать мысли, становится более восприимчива к гласу Божьему, голосу

ангела-хранителя. А когда женщина во время беременности начинает думать, у нее возникают токсикоз, тоска. Хотя беременность - это особое состояние женщины, когда она ведома Богом.

Вторая причина токсикоза - категорическое неприятие чего-либо.

Если беременная спит на левом боку, возникает полное неприятие мяса, рыбы, сыра, грибов (белков) - рвота и токсикоз на эти продукты. Если женщина спит на правом боку, возникает полное неприятие углеводов, зато мяса она хочет и кушает его с удовольствием. Когда женщина лежит на правом боку, правое полушарие у нее перегружается венозной кровью, ей хочется углеводов, но она не может их есть, потому что кровь от них не может попасть в голову - там царствует венозная кровь.

Характерна такая ситуация. Беременная говорит: "Хочу это съесть". Только начинает кушать - уже не хочет. Это потому, что сильно нарушен отток венозной крови.

Итак, что делать, как облегчить состояние при токсикозе? Спать надо на спине. Схему лечения использовать, как и для не беременных женщин, но прибавить к ней калину.

Калина - чисто женское растение. Сколько я с ее помощью сохранил беременностей у женщин с привычными выкидышами! Надо заварить 1 десертную ложку цветков калины в виде чая. Залить цветы кипятком, настоять до остывания и пить 3-4 раза в день. Калина убирает токсикоз, гипертиреоз, но это еще и гарантия, что не будет выкидыша.

Михаил ГОРДЕЕВ.

Могу так сказать: беременность настолько благословлена Богом, что вовне не существует никаких обстоятельств, способных подействовать на нее отрицательно.

Когда едете рожать

За 3-5 дней до предполагаемого срока родов начинайте принимать 1 десертную - 1 столовую ложку сбора "Антимиома".

В день родов, когда пошли первые схватки, надо прекратить пить отвар, заварить 3-4 столовые ложки "Антимиомы" на стакан и взять с собой в больницу. Но говорим так: вот приедете в роддом, устройтесь в предродовой палате, тогда этот отвар выпьете в течение дня.

Период после родов

разделяем на два:

1-й период - непосредственно после родов, когда женщина еще кровит. Советуем принимать сбор "Антимиома", заваривая на стакан 2-3-4-5 столовых ложек (в зависимости от состояния). Этот сбор способствует сокращению матки, нормальному отделению плаценты.

2-й период - профилактика или лечение послеродовой депрессии.

Если женщина после родов пьет чай "Сон 4" (и днем, и на ночь), голова у нее становится ясней, тяжесть исчезает. Плюс чай "Благодар" - он убирает мутность в голове. А еще чай "ПМС", который направляет артериальную кровь в голову.

Ни в коем случае после родов нельзя спать на правом боку, подушка должна быть большая, высокая, чтобы поднимать верхнюю часть туловища на 30-35 градусов.

Представьте себе, что гемоглобин - это грузовики, которые перевозят кислород в структуры мозга. Если таких грузовиков на дороге, которая называется кровеносный сосуд, много - значит, мозгу не хватает кислорода. А раз не хватает, он будет выстраивать грузовики непрерывной лентой.

Этот высокий низкий гемоглобин...

Тогда неизбежны аварии и пробки на дорогах. Мозг распоряжается: "Мне не хватает кислорода, отправляйте больше грузовиков, весь транспорт - в рейс!" А мы начинаем увеличивать расстояние между машинами, разжижая кровь. Но когда мы перестаем принимать антикоагулянты, уже через час-два-три в крови будет происходить то же самое. То есть проблему таким образом не решить.

Поэтому когда гемоглобин поднимается выше 130, ищите патологию в голове. И причина кроется в нарушении венозного оттока. То есть самое хорошее средство для разжижения крови - это не настойка каштана, не донник, не сурепка, а первоцвет, который помогает освободить мозговое кровообращение от лишней венозной крови.

При высоком гемоглобине мы назначаем своим пациентам сбор "Сон 4" + первоцвет + астрагал. И советуем спать на большой подушке (когда лопатки и плечи тоже лежат на подушке, а не на матрасе).

Если гемоглобин значительно меньше 130, обычно говорят об анемии, особенно женщины, потому что они наблюдают слабость, пониженный иммунитет и алые выделения при менструации.

А теперь представьте: общая протечность всех наших сосудов больше ста миллионов метров. Если сосуд широкий, у человека развивается гипотония и он носит с собой десятки литров лишней жидкости. Вот эта жидкость разбавила кровь - и гемоглобин становится низким. Вам назначают препараты железа - идет образование гемоглобина. Что происходит? Гигантское количество, километры сосудов начинают наполняться действительно качественной кровью. Сердце вынуждено работать с большим усилием: ему приходится прокачивать густую кровь в три-четыре раза интенсивнее. Согласитесь, одно дело жидкую кровь прокачивать и совсем другое - густую. Постепенно развивается сердечная недостаточность. Мозг это просчитывает и начинает "организовывать" маточные кровотечения, чтобы вывести лишнюю кровь и освободить сердце от такой тяжелой нагрузки.

Итак, когда гемоглобин высокий у мужчин и у женщин в климаксе - кровь разжижать не надо. И у менструирующих женщин низкий гемоглобин не следует поднимать. Важно заниматься решением совершенно других проблем.

Михаил ГОРДЕЕВ.

Офис: Республика Башкортостан, Уфимский район, село Русский Юрмаш; тел. (347) 275-28-67

Сайт: www.travogor.ru

E-mail: contact@travogor.ru

Центр дистанционного консультирования: 450024, Республика Башкортостан, Уфа, а/я 61

E-mail: travposta@mail.ru

Телефон (347) 281-94-31

МЫ ЖДЕМ ВАС ПО АДРЕСАМ:

Республика Башкортостан, г. Уфа

● ул. Ухтомского, 22; тел. (347) 281-94-31

● ул. Мира, 4; тел. (347) 242-59-53

● пр. Октября, 18/1; тел. (347) 223-45-41

● ул. Кувыкина, 16/2; тел. (347) 256-15-88

Республика Башкортостан, г. Стерлитамак

● ул. Худайбердина, 122; тел. (3473) 43-32-67

Республика Башкортостан, Нуримановский район, село Красный Ключ

● ул. Матросова, 36; тел. 8-917-476-78-78

г. Москва

● ул. Тверская, 12, строение 7; тел. (495) 629-94-49

● Чистопрудный бульвар, 1а; тел. (495) 974-63-62

г. Санкт-Петербург

● ул. Гороховая, 29; тел. (812) 310-55-20; 310-55-30

г. Магнитогорск

● ул. Ленина, 55; тел. (3519) 22-31-11

г. Екатеринбург

● ул. Луначарского, 181; тел. (3432) 86-18-96

Республика Татарстан, г. Бугульма

ул. Советская, 43; тел. (5594) 66114, тел./факс (5594) 20024