

Укрепи иммунитет - живи здоровым.

Выпуск 2. 2006 г.

- Укрепление иммунитета - спасение от вирусных заболеваний, в том числе от птичьего гриппа и атипичной пневмонии.
- Восстановление микроциркуляции - путь к активному долголетию.
- Лечение стресса - повышение качества жизни.
- Эксклюзивное предложение: комплекс терапевтических процедур для системного восстановления иммунитета, микроциркуляции крови и лечения стресса - комплексная системная терапия.

Предисловие. Автор - кандидат медицинских наук А.Ф. Соловьёв, руководитель Центра традиционной китайской медицины, расположенного на базе двух санаториев г. Сочи - «Аэросервис» и «Бургас». Здесь с помощью уникальной безмедикаментозной методики осуществляется успешное лечение различных заболеваний.

Глава 1. Иммунитет и микроциркуляция крови

Как укрепить иммунитет?

Какой путь оздоровления себя и своего ребёнка выбрать, когда в мире возрастает угроза птичьего гриппа и атипичной пневмонии?

Опасность вирусных инфекций в том, что не существует универсального лекарства, которое убивало бы любого возбудителя этих заболеваний. Угроза распространения известных и новых очень заразных вирусных заболеваний, не поддающихся лечению медикаментозными препаратами, велика.

Из истории мы знаем, что здоровый саморегулирующийся организм способен намного эффективнее бороться с внешними повреждающими факторами, чем это происходит под действием лекарств или вакцин. Состояние здоровья взрослых и детей, как известно, неудовлетворительное, в настоящее время вызывает необходимость укрепления иммунитета собственного организма, каждой его клетки. Устойчивость их по отношению к внешнему повреждающему воздействию определяется хорошей микроциркуляцией: нормальным потоком крови во всех капиллярах, через которые получают питание наши клетки.

Насколько эффективна вакцинация против гриппа или вирусной атипичной пневмонии?

Вакцина – это мощный раздражитель для иммунной системы, стимулирующий выработку антител к белку, являющемуся компонентом вируса или микроба.

В норме эти антитела должны быстро вырабатываться при попадании вируса или микроба в организм. Ослабленный, голодный или человек с плохой микроциркуляцией крови не может выработать достаточное количество антител. Если антитела вырабатываются медленнее, чем размножаются вирусы или микробы, то течение болезни становится тяжёлым.

В своё время тотальная вакцинация против оспы была необходимой и относительно лёгкой задачей, потому что вирус оспы имеет постоянную структуру.

Особенность вируса гриппа в том, что он постоянно меняет состав своего белка. Поэтому вакцина часто оказывалась не только не эффективной, но и вредной. Антитела, выработанные не к тому вирусу, циркулировали в крови, занимая место нужных белков. Для утилизации ненужных антител тратятся ресурсы печени и селезёнки, ненужные антитела откладываются в суставах и слипаются в тромбы. При стимуляции выработки антител против вероятных болезнетворных вирусов и микробов, в условиях ограниченных ресурсов, истощаются резервы для синтеза белков, которые становятся необходимы организму в момент очередной атаки нового вируса.

В этот момент организм становится беззащитным против атаки самого слабого вируса, но к которому антител нет, и синтезировать их не из чего. Поэтому те микробы и вирусы, которых раньше никто не боялся, становятся опасными (так пришлось проводить вакцинацию против дифтерии, золотистого стафилококка и других). Следовательно, путь создания новых вакцин и к новым, ставшим опасными вирусам, – совершенно тупиковый путь. Поскольку спираль повреждения организма продолжит раскручиваться: применение новых вакцин приведет к ослаблению организма и неспособности противостоять атакам

других вирусов, а ведь их великое множество. Антитела ко всем вирусам просто не поместятся в наш организм!

Вакцинация должна быть строго ограничена, иначе она будет и вредной, и бессмысленной.

Например, в середине 90-х годов поступило указание сделать прививки от дифтерии коллективу Хостинской поликлиники г. Сочи. После вакцинации было проведено тестирование – определение титра антител. Оказалось, что более 60% сотрудников не выработали достаточного количества антител в ответ на вакцинацию. Пришлось делать им прививку повторно. У нас нет сомнений по поводу качества вакцины, прошедшей госконтроль, ещё и потому, что те сотрудники, которые проходили Комплексную системную терапию, все без исключения отреагировали на вакцину высоким титром антител.

Это доказывает, что улучшение микроциркуляции, достигнутое с помощью Комплексной системной терапии, способствует повышению иммунитета и адаптационных возможностей организма. В частности, это обеспечивается лучшей реакцией – выработкой антител – на попадание в организм чужеродного белка.

Очевидно, что наиболее правильный способ укрепления организма - это улучшение его реактивности, способности быстро реагировать на ту опасность, которая в данный момент является наиболее реальной. Возможности организма для самообороны безграничны при условии хорошей микроциркуляции крови. Об этом пойдёт речь дальше.

Каким образом нам удаётся хорошо укрепить иммунитет за короткий срок?

Мы создавали Комплексную системную терапию в течение 15 лет для того, чтобы наиболее качественно восстанавливать Ваше здоровье. Высокая результативность нашей методики лечения основана на синергетическом эффекте синтеза современных медицинских технологий и принципов диагностики традиционной китайской медицины. Поэтому лечение в соответствии с принципами Комплексной системной терапии требует обязательного участия врачей – специалистов высокого уровня, способных должным образом определить дозы воздействия на организм климатическими и физическими факторами, гомеопатией и рефлексотерапией.

Прокомментируем несколько типичных примеров из нашей практики

Май 2001 года. Группа из 70 детей из города на Крайнем Севере в сопровождении врача и воспитателей прибыла на санаторно-курортное лечение в пансионат “Бургас”. Уже в полёте выяснилось, что у двух сестёр ветряная оспа. Изолировать их было, конечно, невозможно. Только после прибытия в пансионат больных девочек поселили отдельно. Несколько часов дети, большая часть которых ветряной оспой ещё не болела и не имела специфического иммунитета, провели вместе. Все ожидали вспышки заболевания, так как именно оно самое заразное из всех детских инфекций. Дети прошли обследование и начали получать Комплексную системную терапию, контроль их состояния здоровья все три недели был самым тщательным в период пребывания в пансионате и дома. Наконец, прошли все сроки инкубационного периода, а ни один ребёнок не заболел благодаря значительному укреплению иммунитета в результате действия Комплексной системной терапии! На этих примерах достоверно доказано, что вирусные инфекции, передающиеся воздушно-капельным путём, такие как грипп, ОРВИ, птичий грипп, при хорошем иммунитете не поражают организм.

Рост количества хронических заболеваний говорит о слабой эффективности привычных таблеток. Очевидно, что вылечить хроническое заболевание одними химическими препаратами невозможно. Необходим новый системный подход. За 11 лет применения Комплексной системной терапии, из них 5 лет в пансионате «Бургас», тысячи

людей избавились от различных болезней и укрепили свой иммунитет. Многие из них до этого долго и безуспешно лечились другими способами.

В 2003 году диагностику и курс Комплексной системной терапии прошла дама М. из Иркутской области. Она предъявляла жалобы на боли в суставах, плохой сон, нестабильную работу нескольких систем организма. Вот несколько слов из её письма, полученного нами в декабре 2004 года: "...С теплотой и благодарностью вспоминаю Вас. С этой встречи началась моя новая жизнь. Мое отношение к здоровью изменилось. Я стала более внимательна и ответственна. В течение вот уже почти 2-х лет у меня не возникло ни одного серьезного осложнения в организме, хотя состояла на учете у нескольких врачей. Чувствую себя полной сил, энергии и здоровья. Спасибо Вам за несложные рекомендации по сохранению и укреплению иммунитета...".

Пример типичный, действительно, пройдя курс Комплексной системной терапии и получив необходимые сведения о правилах ухода за своим организмом, многие наши бывшие пациенты перестали обращаться в поликлинику, потому что стали здоровее. Укрепление иммунитета не исключает возникновение незначительной болезни, но процесс выздоровления происходит при помощи саморегуляции и протекает без разрушения организма.

Клеточное питание и иммунитет тканей организма

Иммунитет зависит от способности клеток противостоять болезни. Основным барьером на пути внешнего воздействия являются стенки клеток, которые формируют наш организм. Устойчивость клеточной стенки обеспечивается качеством тех молекул, из которых она состоит. Для своевременной замены повреждённой молекулы к клетке должны своевременно поступать необходимые компоненты: белки, жиры и углеводы.

Рассмотрим процесс клеточной саморегуляции на примере холестерина, который является компонентом клеточной стенки, вещества из группы стеридов, одного из видов жиров. Значительная часть людей после 40 лет имеет повышение уровня холестерина в крови. Они годами безуспешно лечатся медикаментами, пытаются вывести холестерин из организма, изнуряют себя обезжиренными диетами. Однако, несмотря на такую диету и применение лекарств, организм продолжает вырабатывать холестерин и его концентрация в крови снижается только на время медикаментозной терапии.

Дело в том, что при нарушении микроциркуляции холестерин не доходит до клеток, которые в нем нуждаются. Они подают организму соответствующий сигнал и стимулируют синтез холестерина, что приводит к повышению его содержания в крови. Действительно, учёные подсчитали, что 95% холестерина вырабатывается клетками нашего организма. Значит, повышение холестерина в крови – это не ошибка организма, а нарушение условий его усвоения. На этом примере мы можем видеть, что укрепление иммунитета, укрепление клеточной стенки, зависит от того, насколько быстро клетки нашего организма получают необходимые структурные и энергетические элементы. Простого поступления этих элементов в кровь не достаточно для обеспечения каждой нуждающейся клетки – необходима ещё хорошая микроциркуляция!

Если же микроциркуляция нарушена, холестерин откладывается в стенках сосудов, а биодобавки, витамины и прочие продукты, якобы улучшающие клеточное питание, питают совсем не те клетки, которые в этом нуждаются.

Только нормализация микроциркуляции – потока свежей крови, подходящей к клеткам по капиллярам, обеспечивает обмен поврежденных структурных элементов организма на новые. Таким образом, за счёт укрепления клеточной стенки повышается иммунитет тканей, а значит, и всего организма!

Детоксикация

Мы уже объяснили, каким образом клетки получают питание и для чего оно им необходимо. Теперь коснёмся обратного процесса.

Получив и усвоив необходимые питательные элементы, клетки выделяют продукты своей жизнедеятельности. От количества потребляемых веществ и условий функционирования зависит интенсивность работы клетки: чем более интенсивно работает клетка, тем больше она выделяет шлаков. Эти отработанные элементы обладают химической активностью по отношению к клеточной стенке. Накопление шлаков вызывает необходимость их разбавления для снижения концентрации, при этом образуются отёки. Отёки – это защитная реакция организма на повышение концентрации токсичных химических соединений в межклеточной жидкости. Борьба с отёками без предварительного восстановления микроциркуляции и выведения токсинов приводит к повреждению клеточной стенки из-за возрастания концентрации ядов.

Следует отметить, что применение медикаментов «для очистки организма» без предварительного восстановления микроциркуляции вызовет выведение из крови нужных организму веществ, а шлаки в зонах плохой микроциркуляции останутся.

Многие женщины отмечали побочный эффект питательных масок: после кратковременного улучшения отмечалось ухудшение качества кожи. Это происходит оттого, что поступившие прямо к клеткам кожи питательные соединения усвоились, а потом клетки выделили соответствующее количество шлаков, и их концентрация в этой зоне резко возросла. Когда питательные вещества клетка получает естественным путём – через кровь при хорошей микроциркуляции, то и отбор токсинов и шлаков происходит в нормальном темпе. А если питание клеткой получено, а механизм выведения шлаков не работает с достаточной эффективностью, то неизбежен токсический эффект, нарушающий иммунитет и внешний вид этой части тела.

Только улучшение микроциркуляции крови способствует лучшему выведению шлаков и очистке межклеточной жидкости. При Комплексной системной терапии токсины быстро выводятся из межклеточного пространства сначала в кровь, а затем наружу через выделительные системы (кожа, мочевой пузырь, кишечник).

Можно ли стимулировать иммунитет лекарствами?

Помимо клеточной стенки в противодействии внешним повреждающим факторам участвуют специальные клетки крови – лейкоциты и белковые молекулы (антитела). Белковые иммунные комплексы и лейкоциты обладают свойством ослаблять или убивать посторонние клетки, только в том случае, если их концентрация достаточно высока. Если лейкоциты и антитела в месте проникновения в ткань организма бактерий, например, в дыхательных путях, появляются в недостаточном количестве, то происходит распространение и размножение микробов. Развивается воспаление лёгких – пневмония.

Почему же не развивается заболевание легких у здорового человека? Дело в том, что хотя микробы и попадают в наши дыхательные пути постоянно, хорошая микроциркуляция обеспечивает доставку необходимого количества защитников организма в место внешней агрессии. В результате мы даже не замечаем ежедневной работы нашей иммунной системы!

Нормальное содержание в анализе крови лейкоцитов и антител не является гарантией хорошего иммунитета, поскольку для протекания иммунной реакции необходим контакт защитных агентов организма с микробами. При плохой микроциркуляции в месте внедрения микробов этого контакта не наступает, и выработка защитных агентов становится бесполезной! Фактически в таких случаях реальный иммунитет оказывается недостаточным, несмотря на высокое содержание в центральных кровеносных сосудах иммунных агентов. Поэтому очевидное решение – использовать лекарство, которое будет стимулировать выработку этих защитных иммунных агентов, ошибочно.

От чего зависит качество микроциркуляции?

При полноценной микроциркуляции имеется не только хорошее наполнение капилляров кровью, но и состав крови должен быть очень хорошим. Для обеспечения нормальной микроциркуляции не следует принимать спазмолитик или горячую ванну, которые вызовут лишь расширение сосудов и наполнение капилляров. Необходимо не только хорошее кровенаполнение, но и кровообращение, то есть кровь в капиллярах должна постоянно меняться. Каким же образом обеспечить качественную микроциркуляцию?

Наш организм устроен таким образом, что непрерывный кровоток обеспечивается всей сердечно-сосудистой системой. А качество крови напрямую зависит от правильной работы наших внутренних органов и полноценного питания. Таким образом, микроциркуляция обеспечивается нормальным функционированием всего организма.

Какие причины вызывают нарушение микроциркуляции крови?

Человек постоянно взаимодействует с окружающей средой как физически, так и эмоционально. В результате то в одном, то в другом месте возникает временная блокада микроциркуляции крови. Чтобы ее преодолеть, обычно бывает достаточно небольшого напряжения организма (стресса). Если же стресс не может быстро восстановить микроциркуляцию, то напряжение становится длительным и переутомляет иммунную систему организма. Такой стресс называют патологическим – он нуждается в лечении.

В традиционной китайской медицине различают шесть видов внешней патогенной энергии: *ветер, жар, летняя жара, сухость, сырость, холод*. Все они способны вызывать нарушение микроциркуляции и спровоцировать патологический стресс соответствующего типа.

Кроме внешних климатических факторов, вызывающих патологический стресс, большое значение имеет фоновое эмоциональное состояние человека. При стрессовых воздействиях могут возникать и резонансно усиливаться различные эмоции. Каждая из них соответствует по принципу «вещей одного рода» сезону, цвету, но, что для нас наиболее значимо, *внутренним и внешним патогенным факторам*. Древние китайские учёные заметили, что неумеренное культивирование радости поражает сердце, озабоченности – селезёнку, печали – лёгкие, страха – почки, гнева – печень. Всё это приводит к различным нарушениям микроциркуляции крови.

Для выявления причин нарушения микроциркуляции и типа патологического стресса в Комплексной системной терапии применяются традиционные методы диагностики. Анализируются параметры пульсовой волны, вид кожи и слизистых, прямые аппаратные измерения параметров микроциркуляции (электрокардиография обычная и по Холтеру, ритмография, реовазография, компьютерная диагностика “АМСАТ”).

Для системного лечения болезни необходимо не только уменьшить симптомы, непосредственно нарушающие трудоспособность, но и устранить причину, вызвавшую патологический стресс. В Центре традиционной китайской медицины «Дом здоровья» применяется системный подход к лечению патологического стресса и связанных с ним болезней.

ВЕТЕР

Ветер является самым активным в плане повреждающего воздействия на микроциркуляцию и иммунитет. Попадая в организм, он может внести смуту, нарушить координацию внутренних и внешних процессов. Присутствие внутреннего *ветра*

проявляется нарушением кровообращения и симптомами параличей и парезов, разнообразными подёргиваниями, головной болью, головокружением, судорогами, расстройствами психического состояния от гневливости до шизофрении.

Поражение внешним патогенным *ветром* проявляется так называемыми эпидемическими респираторными вирусными заболеваниями. Известные нам как аллергические или нервные зудящие кожные болезни также по канонам традиционной китайской медицины считаются вызванными ветром. Достаточно часто наши пациенты сами замечали, что их состояние ухудшается от сквозняков – это признак поражения *ветром*. Одна из них говорила, что когда дует северо-западный ветер, то её больные суставы ощущают его действие даже в наглухо закрытом помещении!

В нашей практике встречались случаи, когда детей с ревматическим поражением сердца и суставов после проведённой нами Комплексной системной терапии снимали с диспансерного учёта. Полное стационарное обследование показывало хороший иммунитет и больше не выявляло у них признаков ревматизма, хоть они и продолжали жить в прежних условиях.

После устранения ветра с помощью Комплексной системной терапии рецидивов болезни не отмечено. В 80% случаев бывает достаточно одного курса лечения на протяжении трёх недель.

ЖАР

Внедрение внешнего патогенного жара в организм нарушает иммунитет и проявляется ожогами, выраженной лихорадкой, жаждой, воспалительными и язвенными процессами на слизистой оболочке или коже. Накопление ядов жара отравляет организм и приводит к головной боли, в тяжёлых случаях к кровотечениям.

Но если у человека есть внутренний жар, то имеется склонность к нарушению кровообращения по типу застоя крови, что проявляется подъёмами артериального давления; могут быть регулярные головные боли, воспалительные заболевания носоглотки или ушей, болезни щитовидной железы или сердца, хронический фурункулёз или угри, регулярные носовые кровотечения или язвы на языке и слизистой рта, или запоры. Другими признаками жара является регулярное употребление препаратов типа аспирина, анальгина, непереносимость плохо проветриваемых помещений. Человеку, имеющему внутренний патогенный жар, опасно употреблять витамины, которые будут усиливать «сгорание» ресурсов клеток организма. Когда на фоне жара в организме размножаются какие-нибудь микробы, в обычной больнице говорят об инфекционной болезни, а когда микробов не находят, говорят что воспаление аллергическое. В действительности первоначально нарушается иммунитет, затем возникает жар, который и является причиной воспаления.

Опасность этого патогенного фактора заключается в том, что жар, дремлющий в организме, при возникновении даже относительно небольшого стресса может вызвать усиление нездорового состояния, конечно, в самый неподходящий момент. Повторные курсы требовались только пострадавшим от аварии Чернобыльской АЭС, но значительное улучшение у них было и после первого курса лечения. Укрепление иммунитета не даёт возможности развиваться болезням, связанным с жаром.

Часто приливами жара сопровождается перестройка организма в период 45 – 60 лет. Сочетание опыта и относительной молодости именно в этом возрасте способствует занятию человеком руководящего положения в обществе. Но интенсивная интеллектуальная деятельность руководителей и специалистов высокого класса требует полноценного отдыха.

Летом они страдают от головных болей, часто с повышенным артериальным давлением. Им приходится постоянно искать тень, чтобы не было прилива крови к голове.

Длительное плавание в воде и прохладительные напитки не облегчают, а ухудшают их состояние. Лечение в таких случаях можно проходить зимой, но в теплых условиях. В этот период оптимально восстанавливается кровообращение на фоне Комплексной системной терапии. Исчезает застой крови в области груди и головы, восстанавливается ровное дыхание и нормализуется артериальное давление. После этого значительно повышается трудоспособность и желание работать, появляется свобода выбора любого сезона для отдыха, которая первоначально была ограничена из-за плохой переносимости летнего тепла.

После устранения жара с помощью Комплексной системной терапии рецидивов болезни не отмечено. В 96% случаев бывает достаточно одного курса лечения на протяжении трёх недель.

ЛЕТНЯЯ ЖАРА

В отличие от остальных патогенных факторов, этот встречается только в свой сезон. Перегрев на солнце вызывает цепь компенсаторных реакций, связанных со стремлением организма обрести нормальную температуру. Адаптация сопровождается приливом крови к поверхностным слоям кожи, что ведёт к повышению её температуры, обильному отделению, испарению пота, сгущению крови и нарушению микроциркуляции и иммунитета. В этой ситуации расходуется большое количество жидкости, поэтому человек испытывает жажду. Если восполнить испаряемую воду вовремя не удаётся, происходит истощение жидкостей тела. В тяжёлых случаях, у тех, кто имеет слабый иммунитет, может наступить коллапс – падение артериального давления, потеря сознания, нарушение обмена веществ.

Жителям южных стран давно известно, что в жару нет лучшего прохладительного напитка, чем горячая вода. Исследования, проведённые с помощью тепловизора, показали, что охлаждённые напитки снижают температуру только в полости рта, а горячие понижают температуру всей кожи на 1 – 2 градуса.

У людей, укрепивших иммунитет при помощи Комплексной системной терапии, болезни, связанные с *летней жарой*, никогда не проявятся. Им достаточно будет летом чаще пить подогретую кипячёную воду и надевать головной убор в солнечный день.

СУХОСТЬ

Проявления *сухости* и *жара* сходны между собой - это различные воспаления. *Сухость* может вызвать недостаток влаги во всём организме. Поражению подвергаются в основном кожа и слизистая оболочка дыхательных путей, а также кишечника.

Вызвать *сухость* может упорный понос, потребление жареной и острой пищи, возбуждающий средств, мочегонных, антигистаминных препаратов, нарушение функции кроветворения. Наиболее частыми причинами повреждения иммунитета *патогенной сухостью* является сухой жаркий ветер, обильное потоотделение и невосполнение жидкостей организма.

После устранения *сухости* с помощью Комплексной системной терапии рецидивов болезни не отмечено. В 92% случаев бывает достаточно одного курса лечения на протяжении трёх недель.

ХОЛОД

Этот коварный патогенный агент имеет такую особенность: внедряясь в какую-либо часть организма, он блокирует в этом месте кровообращение и чувствительность. Поэтому бывает, что люди отмораживают себе нос или пальцы, даже не замечая этого. Тем более

незаметно повреждение, если *холод* не такой сильный, чтобы вызвать быстрое омертвление тканей. В случаях длительного нахождения *холода* в организме, поражение иммунитета развивается иногда годами. Вызывая постепенное ослабление иммунитета, *холод* терпеливо ждёт, когда можно будет в союзе с *патогенным ветром* захватить и испортить очередной участок организма. В том случае, когда имеется врождённая или приобретённая слабость кровообращения, симптомы *внутреннего холода* имеются даже у людей, которые живут в комфортных условиях.

Проявляются состояния, вызванные *холодом*, постоянно пониженной температурой конечностей, слабой сопротивляемостью к охлаждению и вирусным заболеваниям, хроническими расстройствами мочеполовой системы, сначала гиперсексуальностью, а затем импотенцией. Перечень заболеваний, которые вызывает *холод*, велик, вот некоторые из них: бесплодие и воспаления мочеполовой системы, артриты и артрозы, псориаз и атопический дерматит, перхоть, очаговое выпадение волос, различные аллергические заболевания, некоторые виды астмы, туберкулёз, зоб и рак щитовидной железы, остеохондроз, сколиоз, мигрень, ожирение, дисбактериоз кишечника, упорные глистные инвазии, желчно-каменная и мочекаменная болезнь, кариес и пародонтоз, облитерирующие заболевания сосудов, депрессия, аутизм, страхи, хронический тонзиллит и аденоиды, бронхит и воспаление лёгких, тугоухость, «синдром хронической усталости», сахарный диабет, запоры и поносы, язвенная болезнь желудка, стенокардия, ИБС.

Ещё *патогенный холод* иногда вызывает постоянные, нудные, малозаметные, но выматывающие боли с онемением в костях и пояснице. Эти боли могут усиливаться от подъема небольших тяжестей, даже сколько-нибудь продолжительное стояние вызывает ломоту в пояснице. Этим людям трудно сидеть неподвижно, сами того не замечая, они любят делать мелкие быстрые ритмичные покачивающие движения ногами, класть ногу на ногу.

Иногда люди замечают, что временное облегчение приносит алкоголь или выкуренная сигарета. Беда в том, что после временного облегчения боли усиливаются, начинают беспокоить больше. *Холод* наиболее сильно повреждает и истощает почки, кости, костный мозг, глоточные миндалины, орган слуха. Боли в пояснице, которые часто необоснованно связывают с остеохондрозом позвоночника, являются одним из признаков нарушения почек и связанных с ними структур от *холода*. По нашим наблюдениям *патогенный холод* нарушает жизнедеятельность не менее чем у 90% людей. Косвенно подтверждает это информация Саблиной Е. в «Медицинской газете» №83 от 25.10.02: «Скрининг, проведённый в школах одного из самых крупных районов Новосибирска - Кировского, показал, что из 22 тыс. детей и подростков относительно здоровые зубы имеют только 5%».

За нашу долгую практику мы видели сотни больных, пытавшихся разными способами вылечиться от заболеваний, связанных с влиянием *патогенного холода*. Эффекта у них не было, потому что иммунитет лекарствами, клизмами, пиявками и мануальной терапией не восстанавливается. Нарушения, вызванные *патогенным холодом*, не могут быть ликвидированы каким-то нагреванием организма с помощью физиотерапии или бальнеолечения. Для лечения *патогенного холода* эффективна только Комплексная системная терапия.

Современные учёные подтверждают факты, давно известные традиционной китайской медицине, которые свидетельствуют о том, что почки связаны с передачей наследственной информации. Распространение болезней, связанных с ослаблением иммунитета *патогенным холодом*, приводит к ограничению рождаемости, к появлению изначально слабого потомства, которое легко травмируется при родах.

Формируется замкнутый круг, когда родители, имеющие слабый иммунитет, передают ещё более слабый иммунитет своим детям.

После устранения *холода* с помощью Комплексной системной терапии рецидивов болезни не отмечено. В 71% случаев бывает достаточно одного курса лечения на протяжении трёх недель. В остальных случаях требуется прохождение повторного курса.

СЫРОСТЬ

Подвергаются болезням, вызванным *сыростью*, люди, находящиеся в помещениях, плохо изолированных от земли. Поэтому в некоторых странах, например, в Германии, первые этажи зданий жилыми не считаются. Опасно находиться также в мокрой одежде и обуви.

Если воздействие *сырости* сильное или продолжительное, то организм постепенно ослабевает и начинает болеть. При этом больше всех от *сырости* страдают те системы организма, в которых имеется исходная недостаточность кровообращения и иммунитета. Признаки поражения *сыростью* различных систем зависят от характеристик самих систем. Например, с этим патогенным фактором бывают связаны мокнущие сыпи, отёки, кольпиты, бронхиты, ревматизм, головные боли перед дождём, уменьшающиеся на короткое время после приёма алкоголя.

Действуя вместе с *ветром*, *сырость* часто становится причиной развития различных форм ревматизма. Причём, пока эти патогенные агенты не будут выведены из организма, болезнь полностью победить не удаётся, потому что они мешают восстановлению иммунитета. Лечение, состоящее из курсов антибиотиков, нестероидных противовоспалительных препаратов и, чего доброго, гормонов типа преднизолона, не устраняет причину болезни, а даёт лишь временное облегчение и часто не спасает от инвалидности.

Комплексная системная терапия позволяет лечить подобные заболевания посредством восстановления иммунитета, без медикаментов. Если после лечения человек опять промокнет и замёрзнет, то риск заболеть у него по нашим наблюдениям в 5 раз ниже, чем до лечения. Для лечения в этой ситуации наши бывшие пациенты дома эффективно используют гомеопатические препараты, которые им раньше не помогали.

После устранения *сырости* с помощью Комплексной системной терапии рецидивов болезни не отмечено. В 87% случаев бывает достаточно одного курса лечения на протяжении трёх недель.

Почему снижается иммунитет?

Понятие «иммунитет» включает в себя не только совокупность антител и лейкоцитов с органами, которые их вырабатывают, но и полноценную микроциркуляцию крови. Косвенно все системы, принимающие участие в жизнедеятельности организма так или иначе связаны с формированием иммунитета. Поэтому лечение конкретного заболевания Комплексной системной терапией всегда идёт в непосредственной связи с восстановлением общего уровня здоровья, от которого зависит иммунитет.

Как было сказано, иммунитет связан с сохранением нормальной жизнедеятельности организма. Ветер, холод и другие климатические факторы – неизбежность нашей жизни. Организм непременно будет реагировать на изменение погоды. Есть природные механизмы, защищающие человека от воздействия внешней среды. Они называются адаптационными.

Тип нарушения микроциркуляции определяет слабость иммунитета. Каждый из климатических факторов становится повреждающим, когда под его воздействием нарушается микроциркуляция, что мешает клеткам организма вовремя восстанавливаться. Если человек имеет слабое кровообращение, плохой иммунитет, его способность

выдерживать воздействие внешней среды значительно снижается. В частности, заболевает после любого охлаждения. При этом под болезнью надо понимать не досадное снижение трудоспособности, а тот период времени, который требуется нашему уважаемому организму для восстановления, когда повреждение микроциркуляции такое значительное, что без отрыва от работы не устраняется.

Иногда слабость иммунитета врождённая, в других случаях она может быть вызвана неправильным образом жизни. В том и другом случае нарушение иммунитета сопровождается ограничением кровообращения. Например, если человек регулярно слишком легко одевается или обливает ноги холодной водой, думая, что приучит свой организм терпеть холод, то это не закалка, а сильный стресс для кровеносной системы, истощение адаптационных механизмов. Этот сильный стресс приходится потом лечить посредством Комплексной системной терапии.

Сниженный иммунитет был выявлен у 95% детей, проходивших у нас лечение в 2001- 2005 годах. Многие жаловались на повышенную утомляемость и головные боли.

Причиной подобных жалоб в 79% случаев была определена нестабильность шейного отдела позвоночника, нарушение движения крови в позвоночных артериях. Эти нарушения нарушали иммунитет и состояние системы кровообращения детей. В результате проведения восстанавливающего курса Комплексной системной терапии у всех детей наступило заметное улучшение, а у 83% причину заболеваний удалось устранить полностью.

Каким образом можно устранить ослабление микроциркуляции крови и укрепить иммунитет?

При Комплексной системной терапии проводится диагностика типа нарушения микроциркуляции, оценивается состояние всего организма. Особенность заключается в том, чтобы диагностировать тип нарушения микроциркуляции (патогенных факторов), пока он ещё не стал проявляться болезнью. В Комплексной системной терапии используется определённый порядок доскональной оценки всех параметров организма и определения путей профилактики. Период адаптации наши пациенты проходят быстро и активно. Немедленно начинается освобождение организма пациента от влияния этих патогенных факторов, улучшается иммунитет. В результате снятия стресса переход к нормальному режиму жизнедеятельности происходит значительно быстрее, чем без Комплексной системной терапии. Времени для восстановления жизненных ресурсов остаётся больше, лечение становится полноценным.

Хронические болезни отличаются от травмы небольшой области тела тем, что нарушения имеются во многих органах и тканях, системно связанных между собой. Например, слабая микроциркуляция крови, вызванная повреждающими факторами *холодом и жаром*, может одновременно проявиться и заболеванием нижних конечностей, и язвенной болезнью желудка, и хроническим гайморитом, и болями в области сердца. В таких случаях мы не ждём, когда наступят критические изменения в желудке или сердце. При Комплексной системной терапии всё это лечится одновременно, но поэтапно. Выбирается метод, посредством которого жизненные силы организма будут направлены на устранение патологического стресса. При Комплексной системной терапии осуществляется лечебное воздействие на зоны нарушения микроциркуляции крови всего организма, а не только в месте, где производится воздействие.

Увеличение запаса прочности организма расширяет возможности для полноценного ощущения радостей жизни. Мы изучали результаты диагностики в контрольной группе, состоявшей из 45 человек, мужчин и женщин, которые отдыхали, не устранив стресса, вызванного патогенными факторами. От пребывания у моря летом уровень защитных сил у них повысился, но усилилось пропорционально и влияние

стресса. Таким образом, улучшение микроциркуляции произошло за счёт напряжения защитных сил организма. Полноценное восстановление иммунитета возможно только при ослаблении стресса. Поэтому для одновременного снятия стресса, улучшения микроциркуляции и укрепления иммунитета надо пройти Комплексную системную терапию. После выяснения типа блокады микроциркуляции назначается специальный безмедикаментозный алгоритм Комплексной системной терапии, включающий в себя индивидуальный набор лечебных процедур.

Почему Комплексная системная терапия эффективнее, чем обычный набор процедур?

В условиях выраженного снижения иммунитета у большинства населения РФ методы физиолечения и бальнеолечения не могут применяться так же широко, как 20 – 30 лет назад. Это обусловлено тем, что общая стимуляция процессов в организме вызывает активизацию как защитных сил, так и стресса. При некотором снижении уровня структурно-энергетических резервов организма, эта стимуляция приводит к критическому истощению этих резервов из-за усиления стресса. Методы местного и тотального физиолечения, бальнеолечения можно применять только после послабления патогенных факторов, уменьшения стресса. Поэтому стандартные схемы, которые применялись для лечения больших групп больных ранее, теперь требуют коррекции. Увеличение количества сопутствующих заболеваний вместе с ослаблением иммунитета приводит к необходимости индивидуального подхода к лечению.

Типичными примерами являются результаты наблюдения двух наших пациентов с диагнозом «псориаз, распространённая форма».

Первый, мужчина И., 34 лет, проживавший в г. Москве, был болен 6 лет. За это время болезнь прогрессировала, несмотря на то, что постоянно применял новейшие медикаменты, биодобавки, мази. Временное облегчение наступало после принятия мацестинских ванн, которые больной принимал последние 2 года 2 раза в год. По совету друзей, которые получали у нас лечение с хорошим результатом, прошёл 2 курса Комплексной системной терапии в 2003 году. Первый раз параллельно с мацестинскими ваннами, второй раз без них. Наступившая после этого ремиссия продолжается на протяжении 4 лет. Медикаментозного лечения не требуется.

Второй, мужчина П., 53 года, был болен 14 лет. Приехал в Сочи впервые в 2002 году для того, чтобы лечиться мацестинскими ваннами. Параллельно прошёл курс Комплексной системной терапии. В результате полная ремиссия продолжалась год, чего раньше ни от какого лечения не наблюдалось. Окрылённый, на следующий год он приехал снова, но лечился только мацестинскими ваннами. Наше предложение совместить бальнеолечение с улучшением микроциркуляции крови посредством Комплексной системной терапии вежливо отклонил. В 2004 году мы принимали его снова. На этот раз наш пациент был настроен совсем по-другому! В этот раз он в первую очередь просил принять его на курс Комплексной системной терапии, потому что ремиссия после мацестинского лечения, не совмещённого с Комплексной системной терапией, была незначительной. С одной стороны, пациент был огорчён тем, что псориаз не то заболевание, которое вылечивается только мацестинскими ваннами, с другой стороны, он был рад, что всё-таки существует методика, которая может улучшить его здоровье. Конечно, мы приняли П. на лечение. Было приятно, что в этот раз он скрупулёзно начал придерживаться всех наших рекомендаций по режиму, диете, гимнастике и т.д. Закономерно, что на этот раз ремиссия была такой же, как в первый раз и продолжается уже 2 года.

Комплексная системная терапия позволяет не только лечить все заболевания, связанные с нарушением иммунитета, но и устранять предпосылки всех заболеваний

посредством укрепления иммунитета с помощью особой авторской программы улучшения микроциркуляции крови, а также уменьшения патологической стрессовой реакции.

Глава 2. Какие лечебные компоненты содержит Комплексная системная терапия?

Иглотерапия - специальное воздействие на биологически-активные точки.

Процедура иглоукалывания, проведенная по канонам классической чжэнь-цзю терапии, вызывает комплекс восстановительных реакций, которые продолжаются от нескольких часов до 2-3 недель и более. За это время в организме происходят благоприятные изменения, которые оцениваются на очередном сеансе, после чего определяется следующий этап лечения. Процессы укрепления иммунитета в организме пациента могут быть зафиксированы с помощью термометров, электроэнцефалографов, электрокардиографов, реовазографов и прочей аппаратурой функциональной диагностики.

Поскольку в процессе улучшения кровообращения в тканях организма температура и электропроводность живой системы меняется, то все перечисленные приборы опосредованно отражают состояние кровотока в различных областях тела. Таким образом, составляя индивидуальную карту пациента посредством реовазографии, электрокардиографии и компьютерной экспресс-диагностики, мы можем объективно сравнивать состояние человека до и после лечения. Уже сразу после курса лечения чаще всего имеется заметное улучшение и самочувствия и объективного состояния больных, но более выраженные признаки восстановления здоровья появляются примерно через 25 – 30 дней спустя, когда происходит более полное восстановление иммунитета. Детям и очень чувствительным взрослым иглоукалывание заменяется другими процедурами.

Природно-климатическое лечение минеральными водами.

Бальнеолечение в Сочи представлено минеральными водами Мацестинских и йодобромных источников.

Разнообразны питьевые минеральные воды в Сочи. Одни по составу сходны с «Нарзаном», другие содержат непереносимые компоненты для лечения заболеваний мочеполовой системы, третьи – комплексы, регулирующие кислотно-щелочной баланс.

Микроволновая резонансная терапия.

Новейшие технологии лечения представлены в Комплексной системной терапии микроволновой резонансной терапией или КВЧ-терапией. Воздействие на биологически-активные точки слабым инфракрасным излучением является одним из самых бережных методов восстановления иммунитета. Резонансный характер воздействия требует высокой точности определения диагноза и методики лечения. Индивидуальный подход к выбору алгоритма поочередного воздействия на биологически-активные точки в сочетании с другими компонентами Комплексной системной терапии применяется только в нашем Центре традиционной китайской медицины «Дом здоровья». Трудоёмкость процесса лечения у нас высокая, но зато обеспечивает каждому нашему пациенту наилучший результат лечения. Именно индивидуальная работа позволила добиться излечения астмы у целой группы детей, достижения стойкой ремиссии при пиелонефрите и других заболеваниях почек, артритах и остеохондрозе, эндартериите и облитерирующем атеросклерозе, других заболеваниях сосудов.

Физические лечебные факторы - традиционные на курорте.

Физиотерапия давно завоевала заслуженное уважение врачей и пациентов как мощнейшее средство в борьбе с недугами. Издавна в санаторно-курортном деле широко применялись средства безмедикаментозного лечения. Люди сначала ездили на курорты исключительно из-за климата, минеральных источников, целебных грязей. Иногда жили там месяцами и годами. Природно-климатических условий бывает достаточно для излечения, но научные поиски дополнительных методов, повышающих эффективность лечения, привели к использованию действия на организм электрического тока. Было доказано мощное всестороннее влияние на процессы жизнедеятельности токов различной частоты, интенсивности и направленности.

В дополнение к природным лечебным воздействиям стали использовать электролечение, а также светолечение, магнитотерапию. Физиотерапия начала формироваться как наука, систематизировались показания и противопоказания к различным методам воздействия физических факторов на человека. Некоторые наиболее щадящие методы физиотерапии, включая массаж, имеются в нашем Центре традиционной китайской медицины «Дом здоровья», но используются, конечно, они не одновременно, а только с учётом показаний для их применения в каждом конкретном случае с целью укрепления иммунитета.

Что обеспечивает эффективность лечения?

Первый компонент лечения – Комплексная системная терапия, в первые же сутки устраняющая стрессовое напряжение, снимающая синдром хронической усталости. Именно в зимнее время возрастает частота и выраженность депрессии, поэтому этот период года является оптимальным для Комплексной системной терапии большинства заболеваний нервной системы. Восстановление иммунитета и хорошего кровообращения - результат предлагаемого вам лечения. После этого ваш организм будет способен дышать спокойно, накапливая резервы.

Второй компонент - охранительный режим, разработанный специально для каждого из наших пациентов, имеющих разные причины нарушения микроциркуляции и иммунитета.

Третий компонент – мягкий климат Сочи, с флорой и фауной, не слишком отличающейся от других мест в России – берёзы растут рядом с пальмами. Водные процедуры здесь особенно роскошные: чистая ледниковая вода поступает в городской водопровод! Даже ваша кожа здесь промывается чистой питьевой водой. Настоящая СПА-терапия возможна с применением только такой воды.

Хороший результат оздоровления обусловлен тем, что происходит накопление потенциальной энергии и ваш организм переходит в расслабленное, но могучее состояние. Именно эта расслабленность обеспечивает силу того напряжения иммунитета, которую человек сможет выдать при необходимости. Результат лечения и отдыха у нас – это естественная активность, когда человек легко переносит рабочие нагрузки, а затем полностью восстанавливается за ночь.

Глава 3. Комплексная системная терапия - обеспечение активного долголетия

Тканевой иммунитет и микроциркуляция крови

Блокада нормальной микроциркуляции крови нарушает питание тканей тела, поэтому клетка органа, которая могла бы жить 1 – 3 месяца, погибает через несколько секунд или минут. По сигналу из места её гибели происходит формирование в костном

мозге стволовой клетки, и она поступает на место погибшей. Если за время, прошедшее от момента гибели её предшественницы в этом регионе условия питания клеток не улучшились, новая клетка погибает так же быстро, как и первая. Этот процесс будет повторяться до тех пор, пока не улучшатся условия для жизни клеток, или не истощится костный мозг, или не погибнет тот орган, где эта клетка должна была жить, и «заявка» на новую клетку больше не будет поступать.

Попытки насильственно уменьшить потребности клеток, ограничить обменные процессы, помещая организм в холодные условия, провалились. Выяснилось, что при снижении температуры включается генетический аппарат, активизирующий в клетках процессы, сопровождающиеся выделением тепла. При этом происходит массовая гибель клеток, отдавших все свои ресурсы для обогрева своих соседок

При таких потерях клеток невозможно говорить об активном долголетии, потому что процесс образования новых стволовых клеток в организме конечен, а доноров на всех не хватит.

Итак, требуется устранение причины гибели клеток – восстановление клеточного питания путём устранения блокады микроциркуляции.

Увеличить приток крови к тканям, находящимся в зоне блокады, пытались с помощью различных стимуляторов (кофе, чай, витамины, биодобавки к пище, амфетамины и другие). Но после временного улучшения микроциркуляции в некоторых зонах организма эти допинги приводят к разрушению сосудов и расстройствам нервной системы. Применение различных спазмолитиков тоже неэффективно, потому что падает давление крови в периферических сосудах, усиливается перегрузка сердца, которое вынуждено без активной помощи сосудов осуществлять доставку крови по всему организму.

Таким образом, замедления старения клеток можно добиться только с помощью Комплексной системной терапии, устраняющей блокаду кровообращения и восстанавливающей саморегуляцию организма.

Иммунитет и сосудистая система.

Ещё один фактор, обеспечивающий активное долголетие, это сохранение ресурсов сердечно-сосудистой системы. Нарушение магистрального кровообращения по крупным и средним артериям и венам резко снижает работоспособность и выносливость человека. Замедление поступления свежей крови в капиллярное русло нарушает качество микроциркуляции. Происходит быстрое истощение ресурсов крови в капиллярах, нарушаются процессы питания клеток и отбора шлаков из межклеточного пространства. Возникает застой крови в капиллярах и венах, начинается варикозная болезнь. Стенки вен растягиваются, и сквозь кожу рук или ног начинают просвечивать толстые синие гроздья. В дальнейшем часто развивается воспаление и тромбоз этих вен. Оторвавшийся тромб грозит вызвать эмболию ветвей легочной артерии и остановку сердца.

Оперативное лечение варикозной болезни вызывает косметический эффект, но не улучшает магистральный кровоток, не стабилизирует на нормальном уровне микроциркуляцию, а, значит, не укрепляет иммунитет. Особенностью течения заболеваний, связанных с нарушением магистрального кровообращения является то, что обычными медикаментозными и физиотерапевтическими способами эти нарушения не вылечиваются.

Медикаменты вызывают изменение базового тонуса артерий и вен. В результате действия расслабляющих препаратов снижается участие мускулатуры артерий в работе по продвижению крови и резко увеличивается нагрузка на сердечную мышцу (миокард). При этом расширенные неподвижные артерии становятся похожими на трубки-протезы, и постепенно их просвет зарастает в результате склеротических процессов. Препараты, усиливающие работу мускулатуры сосудов, не улучшают питание её клеток, в результате

ускоряется процесс склерозирования артерий (эластичная мышечная стенка сосуда замещается грубой рубцовой тканью, не способной к пульсации). Поэтому после кратковременного улучшения магистральный кровоток становится ещё слабее. В том и другом случае ослабевает давление крови в периферических артериях.

Перегрузка сосудов, происходящая при возникновении блокады кровообращения, приводит к гибели части мышечной стенки сосудов. Они нуждаются в скорейшем освобождении от перегрузки и улучшении доставки крови к их собственным клеткам по специальным сосудам (они называются на латинском языке «*vasa vasorum*» – сосуды сосудов).

Комплексная системная терапия путём улучшения состояния микроциркуляции в стенках сосудов улучшает качество магистральных артерий и вен. Поэтому Комплексная системная терапия должна быть первым этапом при лечении артериальной и венозной недостаточности.

Иммунитет и сердце.

Нарушение правильной работы сосудов, в свою очередь, вызывает перегрузку сердца. Длительная перегрузка вызывает увеличение мышечной массы сердца при таком же или худшем его питании. Это происходит, потому что сосуды сердца не так быстро увеличивают доставку крови к гипертрофированной мышце сердца, как возрастают потребности миокарда. Поэтому гибель клеток сердца наступает раньше, чем в норме. Ускоряется старение сердца, значит, укорачивается жизнь.

Комплексная системная терапия обеспечивает улучшение работы *vasa vasorum* и таким образом восстанавливает сосуды и сердце, а также одновременно устраняет блокаду кровообращения. Стабилизация кровообращения в нормальных пределах способствует поддержанию хорошей микроциркуляции крови – основы иммунитета. Так создаются основные условия для активного долголетия.

Иммунитет и центральная нервная система.

При наличии блокады жизненных процессов в центральную нервную систему поступает такое количество импульсов от вовлечённых в болезнь тканей, что реализация других программ, как относящихся к жизнедеятельности организма, так и связанных с социальным положением человека, бывает значительно затруднена.

Стойкая блокада кровообращения вызывает нарушение регуляции функций всех органов. Организм сосредотачивается только на борьбе с этой блокадой. При этом множество других процессов выходят из-под контроля. Нарушается анализ качества пищи, ночной сон, характер пищеварения, мочевыделения, меняется частота и глубина дыхания, кашлевой рефлекс, ритм активности и качество отдыха. Болезненное состояние постепенно вызывает переутомление от незначительной физической или интеллектуальной нагрузки, падает интерес к активной деятельности.

Конечно, эти расстройства являются проявлением дисфункции центральной нервной системы, но первопричиной упомянутая дисфункция не является. Причиной является всё то же нарушение микроциркуляции, вызванное блокирующим действием патогенного фактора. Поэтому лечение транквилизаторами, гипнозом, воздействием электрическими и световыми импульсами на центральную нервную систему малоэффективно и вызывает лишь временное понижение восприятия реальности. От того, что мозг перестанет на время чувствовать наличие блокады кровообращения и нарушение питания клеток, иммунитет не восстановится и здоровье не вернётся. Центральная нервная система только принимает импульсы от страдающих периферических тканей, поэтому воздействие на неё при сохранённой блокаде кровообращения приведёт к ещё

большому нарушению саморегуляции и возникновению новых участков, с заблокированным кровообращением.

Предлагаемая Комплексная системная терапия, убирая блокаду микроциркуляции крови, ликвидирует причину образования болевых нервных сигналов о патологическом состоянии тканей в связи с их выздоровлением. Сохранность центральной нервной системы, обеспеченная радикально, предполагает возможность иметь длительный творческий период в жизни человека.

Иммунитет и качество жизни.

Понятие хорошего качества жизни складывается из тех возможностей, которые нам предоставляет здоровый организм. Понятие *здоровый организм* неотделимо от понятия *саморегулирующийся организм*.

Получение удовольствия от физической или интеллектуальной деятельности, от общения с друзьями, с членами семьи, с природой, от путешествий и экскурсий, от многого другого – зависит от полноценной работы органов чувств, сердечно–сосудистой и дыхательной системы, желудочно–кишечного тракта и всех других наших органов и систем.

Одно из отличий Комплексной системной терапии от других методов лечения в том, что мы восстанавливаем Вашу собственную систему саморегуляции и обеспечиваем в дальнейшем Вашему организму свободу от лекарств, стимуляторов и протезов. Восстановив уровень здоровья с помощью Комплексной системной терапии, Вы получите возможность делать с удовольствием то, что недоступно хронически больному человеку.

После Комплексной системной терапии наши пациенты намного реже заболевают. Понятно, что саморегуляция не гарантирует того, что наш бывший пациент теперь никогда не будет болеть. Это возможно. Но при эффективной саморегуляции непременно наступит выздоровление. После одинакового экстремального воздействия внешней среды человек, способный к саморегуляции, пролежит 3 дня с высокой температурой и выздоровеет, а другой, имеющий блокировку кровообращения, слабую микроциркуляцию и недостаточный иммунитет, – потеряет орган или жизнь.

Таблетка долголетия. Если бы она улучшила микроциркуляцию, иммунитет, питание всех клеток, вывела бы токсины и нормализовала количество и качество крови, кто бы отказался от неё? Все мы понимаем, что одной такой таблетки для каждого нет. Есть Комплексная системная терапия, курс которой может обеспечить условия для активного долголетия. Можно ли откладывать проведение этого лечения на старость лет? О долголетию лучше думать, когда в организме есть ресурсы, которые можно сберечь, улучшая микроциркуляцию и иммунитет. Старость – это крайнее истощение жизненных запасов, поэтому Комплексную системную терапию лучше проводить, когда ещё есть что беречь.

Как сохранить здоровье, приобретённое при Комплексной системной терапии?

Активное долголетие предполагает жизнь без блокад кровообращения. Поэтому для профилактики их развития необходимо принять культуру жизни, которая сформировалась в тех климатических условиях, где Вы находитесь. Например, не стоит переносить традиции средиземноморской сиесты в Санкт-Петербург. На юге днём слишком много солнца для эффективной работы, а на севере зимний день короткий и светлое время надо использовать для активной деятельности. Принимать водные процедуры следует при температурных условиях, близких к генетически благоприятным для человеческого организма. В равной мере перегрев и переохлаждение нашего тела оказывают повреждающее воздействие на иммунную систему. Научные исследования, которые проводились с нашим участием в Горьковском медицинском институте,

показали, что и ограниченная подвижность, и переутомление вредны, прежде всего, для сердечно-сосудистой и эндокринной систем.

После курса Комплексной системной терапии люди болеют реже и легче, даже если продолжают жить или работать в неблагоприятных условиях, потому что теперь у них улучшенная микроциркуляция крови эффективнее восстанавливает повреждённые клетки. Для дальнейшего сохранения хорошей микроциркуляции у наших пациентов мы обязательно даём комплекс индивидуальных рекомендаций, обучаем восстанавливающей гимнастике.

Вот некоторые из наших рекомендаций.

После купания в самый жаркий солнечный день самому здоровому человеку купальный костюм всё же лучше снять и переодеться в сухое.

Шесть упражнений для всех.

Утренняя разминка должна предшествовать более интенсивным физическим нагрузкам.

1. Медленные повороты головы в стороны, до предела, но не до боли. По 25 в каждую сторону. Можно сразу все утром, а можно в несколько приёмов.
2. Растирание и массаж пальцев, кистей рук, стоп и ушных раковин.
3. Вращение руки с кулаком, развёрнутым вперёд. Движение снизу вперёд, сверху назад.
4. Вращение плечами вперёд, затем назад, затем в разные стороны.
5. Подъём рук над головой через стороны со сведёнными лопатками, затем обратно вниз. Выполнять очень медленно, лопатки не разводить.
6. Наклон вперёд с прямыми ногами, достать пол пальцами рук.

Два совета по питанию.

Пища и напитки должны быть тёплыми, около 40 градусов по шкале Цельсия. Количество выпиваемой жидкости в сутки в среднем должно быть около 2,5 литров, жарким летом – больше. Отварная пища экологически чище, чем жареная.

Время укреплять иммунитет.

По представлениям древних китайских врачей, запас здоровья человек может накапливать безгранично и жить 400 лет при условии поддержания хорошего иммунитета. Активное долголетие – это реальность, которую мы готовы помочь вам воплотить в жизнь. По последним данным мозг человека способен развиваться у взрослых так же, как и у детей, а творческий потенциал не зависит от даты рождения. Хороший иммунитет обеспечивает ясность ума, красоту и функциональную полноценность в любом возрасте, при условии правильного отдыха и своевременной коррекции. Поэтому периодическое повторение курсов Комплексной системной терапии в Центре традиционной китайской медицины «Дом здоровья» для укрепления иммунитета окажет на Вас только благотворное влияние.

В заключение обращаем внимание на то, что, в отличие от машины, человеческий организм функционирует не отключаясь. В процессе этого функционирования здоровый человек сохраняет здоровье, но если организм испытывает нагрузки на фоне нарушенного кровообращения, сниженного иммунитета, то интенсивно разрушаются ткани, не получающие необходимого клеточного питания и кислорода. Пройдя курс Комплексной системной терапии, Вы останавливаете процесс разрушения своего организма и

к. м. н. Соловьёв, Н. И. Соловьёва, «Укрепи иммунитет – живи здоровым. Выпуск 2» www.houseofhealth.ru

задерживаете старение. Восстанавливать иммунитет и нормальное кровообращение необходимо, это поможет Вам в жизни реализовать все свои планы.

Будьте здоровы!

Ожидаемый результат Комплексной системной терапии и способ его достижения.

Обязательный результат Комплексной системной терапии: лечение заболеваний органов и систем посредством поэтапного восстановления всех частей организма

1. последовательное улучшение микроциркуляции крови.
2. последовательное улучшение питания клеток всех тканей организма.
3. последовательное улучшение функционального состояния и структуры внутренних органов, нервной и костно-мышечной систем.
4. уменьшение концентрации продуктов метаболизма (токсинов) в межклеточном пространстве.
5. улучшение состояния и функциональных способностей артерий и вен.
6. уменьшение стресса.
7. улучшение работы сердца.
8. укрепление иммунитета.
9. последовательное улучшение большинства показателей анализов крови.

Обычная последовательность восстановления частей тела при Комплексной системной терапии.

1. улучшение функционального состояния сердца, лёгких и головного мозга.
2. укрепление иммунитета.
3. улучшение функционального состояния органов, расположенных в брюшной полости: желудочно–кишечного тракта, печени, желчного пузыря, селезёнки, поджелудочной железы.
4. улучшение функционального состояния мочеполовой системы.
5. улучшение функционального состояния органов носоглотки, зрения и слуха.
6. улучшение функционального состояния мышц, связок и суставов
7. улучшение функционального состояния кожи.
8. улучшение функционального состояния центральной нервной системы.
9. улучшение структуры тканей сердца, лёгких и головного мозга.
10. улучшение структуры тканей органов, расположенных в брюшной полости: желудочно–кишечного тракта, печень, желчный пузырь, селезёнка, поджелудочная железа.
11. улучшение структуры тканей мочеполовой системы.
12. улучшение структуры тканей органов носоглотки, зрения и слуха.
13. улучшение структуры тканей мышц, связок и суставов
14. улучшение структуры тканей кожи.

Обязательные условия проведения Комплексной системной терапии

1. соблюдение прописанного режима (сон, прогулки, диета).
2. соблюдение прописанного теплового режима, недопущение даже кратковременного переохлаждения.
3. выполнение прописанного водолечения.
4. выполнение прописанного комплекса гимнастики.
5. согласование всех культурно–развлекательных мероприятий.
6. соблюдение рекомендованного порядка проведения Комплексной системной терапии, в том числе по продолжительности курса лечения.
7. выполнение прописанного лечения.
8. информирование врача о переносимости, пропуске или отказе от процедур.
9. недопущение переутомления физического, эмоционального и интеллектуального.

Рецензия.

Эта брошюра о комплексе терапевтических процедур для системного восстановления иммунитета - Комплексной системной терапии, нашей с Н.И.Соловьёвой, авторской методике, созданной с целью оздоровления и лечения взрослых и детей, которая применяется только в Центре традиционной китайской медицины “Дом здоровья”, учителей и учеников, работающих в настоящее время, нет.

Комплексная системная терапия включает традиционную китайскую и современную компьютерную диагностику, проводится эксклюзивным сочетанием современных, традиционных и климатических лечебных факторов Черноморского побережья Кавказа. Лечебные процедуры комплектуются в индивидуальном порядке для каждого, с учётом состояния защитных сил организма. Проводится обучение несложным профилактическим мероприятиям, позволяющим вместе с Комплексной системной терапией обеспечить активное долголетие без лекарств.

Запись на лечение открыта

www.houseofhealth.ru