

М. Степанова

# Аллергия

Скачано с сайта [www.nspbелarus.com](http://www.nspbелarus.com) – биологически активные добавки и натуральная косметика высочайшего качества

*Степанова Марина Владимировна - врач - невролог, закончила Петрозаводский государственный университет, медицинский факультет в 2002г. Имеет знания и опыт по Су - Джок диагностике и терапии. С биологически активными добавками работает в течение 5 лет, дважды закончив курсы нутрициологов на кафедре повышения квалификации медицинских работников РУДН в 2002 и 2007 году. Владеет методами акупунктурой диагностики и гемосканирования (на темнопольном микроскопе), которым обучалась на кафедре профилактической и восстановительной медицины при Российском государственном медицинском университете Росздрава в 2006г. Полученный опыт и знания активно использует в своей практике, посвятив себя в течение 3.5 лет только альтернативной медицине.*

# АЛЛЕРГИЯ

## *от болезни к здоровью*

Аллергические заболевания являются одной из самых распространенных проблем в медицине двадцать первого века. По данным ВОЗ на сегодняшний день аллергией страдают около 20% населения земного шара. В США эта цифра составляет 30-40%. То есть у каждого из нас в окружении найдется близкий человек или знакомый, у которого отмечается та или иная форма аллергии. Традиционная медицина считает данную группу заболеваний неизлечимой, а единственным радикальным способом лечения - устранение контакта с аллергеном. Поэтому, несложно себе представить, насколько сложна жизнь человека, страдающего повышенной чувствительностью к пище, пыли, животным, растениям... Неужели нет выхода из этой печальной ситуации?

На самом деле все далеко не так безнадежно и определенный выход есть.

В этой книге читатель познакомится с нетрадиционными взглядами на аллергическую патологию и узнает о новых подходах и практических действиях в лечении и профилактике этой группы болезней.

### ***Что такое АЛЛЕРГИЯ?***

Термин аллергия родился в начале двадцатого века, его автор - австралийский педиатр Пирке.

В традиционной трактовке аллергией принято называть различные иммунные реакции организма, возникающие в результате аномально резкого повышения его чувствительности к различным веществам. Эти реакции сопровождаются повреждением собственных тканей организма, спазмами гладкой мускулатуры сосудов и бронхов и рядом других проявлений. Это ошибка иммунитета, причем повышенная чувствительность развивается не сразу, а при повторном попадании этих веществ в организм.

***Нетрадиционная или альтернативная медицина дает другую формулировку термина аллергии: это процесс выброса токсинов из тканей (точнее, из клеток) организма не естественным путем, а через дополнительные каналы выделения. Такими каналами являются кожа и/или слизистые оболочки носа, глаз, верхних дыхательных путей или бронхов. Сам процесс выброса токсинов запускается в результате воздействия аллергена.***

Таким образом, наличие у человека аллергии говорит: во-первых, о том, что у него в организме накопились токсины, а во-вторых, что у него снижена функция основных органов, отвечающих за обезвреживание и выведение шлаков - кишечника, печени, почек, потовых желез.

В результате выведение токсинов все равно происходит, но при помощи кожи и/или слизистых верхних дыхательных путей или бронхов. Причем, последние подключаются тогда, когда уже и кожа перестает справляться с выведением шлаков. Поэтому, чаще всего из анамнеза человека, страдающего аллергическим ринитом или бронхиальной астмой, мы узнаем, что когда-то у него была крапивница, дерматит или экзема. А временной промежуток между этими двумя этапами может быть разным - до десятка и более лет. Зачастую же высыпания на коже сохраняются параллельно с аллергическим ринитом или астмой.

Углублению болезни, к сожалению, могут способствовать гормональные мази, назначаемые дерматологами при кожных проявлениях неясной этиологии. Таким образом, используя их при различных видах кожной аллергии, при диатезах, мы провоцируем возможность возникновения бронхиальной астмы.

Во время очищения организма чаще всего происходит обратный процесс. Например, у человека с аллергическим ринитом на этапе очищения организма могут появиться высыпания на коже или усилиться выделения из носа (очищение лимфатической системы), что не должно вызывать особого беспокойства. Это лишь свидетельство того, что накопленные токсины, выделяясь наружу, стали покидать организм, что болезнь начала уходить.

### ***Токсины***

Что же представляют собой токсины, о которых мы ведем речь, и откуда они попадают в наш организм?

Прежде всего, это вредное воздействие окружающей среды. Всю правду об экологической обстановке вокруг нас мы знать не можем, а можем лишь догадываться. Безусловно, существуют районы и города с выраженной неблагоприятной экологической обстановкой и более-менее терпимой. Но не нужно забывать о двух очень важных понятиях: макроэкология и микроэкология. Макроэкология - это то, на что каждый из нас повлиять не может: радиация, воздействие электромагнитных полей, промышленные выбросы и выхлопные газы. Сегодня на рынке появляются средства индивидуальной защиты от электромагнитного смога, но пока они не очень популярны и не все о них знают. А вот микроэкология, т.е. экология нашего дома, подвластна изменению в

лучшую сторону. Во-первых: большое количество токсинов мы получаем ежедневно со средствами бытовой химии (освежители воздуха, стиральные порошки, моющие средства, полироли и т.д.). В целом, сложно оценить их ежедневное воздействие, но 98% из них содержат огромное количество вредных веществ, например, фосфатов. Они опосредованно, но достаточно сильно влияют на формирование дефицита кальция, при этом проявляя свое токсическое действие и вызывая постепенную аллергизацию организма.

Женщины ежедневно соприкасаются с косметическими средствами и парфюмерией - шампуни, лаки и краски для волос, крема, гели для душа, дезодоранты. Эти вещества обладают высокой летучестью и отличаются большим содержанием ароматизаторов, красителей и прочих химических компонентов, которые при ежедневном использовании являются довольно токсичными, способными быстро проникать в организм через дыхательную систему и кожу. В этой ситуации у каждого человека есть выбор, а главное возможность пользоваться только натуральными средствами индивидуальной гигиены и высококачественной натуральной косметикой. Таким арсеналом средств располагает американская компания Nature's Sunshine Products.

Еще одну большую группу токсинов составляют вещества, попадающие в организм в результате неправильного образа жизни. Это понятие включает непосредственно вредные привычки, культуру питания современного человека и даже ритм его жизни.

Ранее, в отношении алкоголя можно было рекомендовать к употреблению 50 граммов спиртного. Действительно, эта доза алкоголя, как крепкого, так и не очень, разжижает кровь и помогает связывать радионуклиды. Проблема, во-первых, в том, что на этой дозировке мало кто останавливается, руководствуясь принципом «чем больше, тем лучше»; а во-вторых, качество алкогольных напитков сегодня зачастую оставляет желать лучшего. Безусловно, алкоголь оказывает повреждающее действие на наш главный обезвреживающий орган - печень, особенно пиво. Так что каждый сам решает, употреблять ему спиртные напитки и в каких количествах, курить или нет. А если человек страдает аллергией, то выбор сделать легко.

Культура питания - очень актуальный вопрос в развитии аллергии. Это едва ли не самый мощный источник ежедневной интоксикации, учитывая тенденции современной пищевой промышленности. На сегодняшний день понятие полноценного и сбалансированного питания становится неактуальным, поскольку все усилия человека в отношении

питания должны быть сконцентрированы на его БЕЗОПАСНОСТИ. Это жизненная необходимость! Что же в нашей пище является вредным для организма? Прежде всего, это те вещества, которые используются для продления сроков хранения, улучшения вкусовых свойств и внешнего вида продуктов питания.

Безусловно, отрицательную роль играют все сладкие газированные напитки, маринады, копчености, майонезы, консервы.

В целом ряде случаев «ядовитыми» для организма продуктами оказываются сладости, мучные изделия (особенно из белой муки, дрожжевое тесто), жареная и жирная пища.

Существует точка зрения, что организм человека плохо приспособлен к перевариванию мяса, особенно, такого как свинина и говядина. Еще более тяжелой, чем мясо, пищей являются мясные бульоны (которыми у нас принято кормить тяжелобольных), а также излюбленные всеми во время праздничных застолий холодцы и заливные. Помимо этого, мясо часто является источником глистных инвазий: свиного, бычьего цепня, эхинококкоза.

Очень важен вопрос переваривания пищи: «королевой» пищеварения у нас в организме является поджелудочная железа. Именно от ее работы и помощи в ней желчного пузыря напрямую зависит то, что мы получим в виде усвоенных пищевых веществ. К сожалению, 85% населения имеют значительные отклонения в работе этих двух органов, так называемые ферментопатии. Т.е. на тот объем и качество пищи, которое употребляет человек, не вырабатывается достаточное количество ферментов для их расщепления. В результате непереваренные остатки пищи всасываются в кровь, делая ее более вязкой, что может приводить к избыточному образованию мочевой кислоты. В дальнейшем, соли этой кислоты могут откладываться в суставах или почках в виде уратных солей и вести к образованию камней в них.

Более того, все вышеуказанные продукты способствуют «закислению» организма. Оптимально все обменные процессы в нашем организме протекают в средах со слабощелочной реакцией, что соответствует  $pH = 7.43 - 7.45$  (такую же величину имеют наша кровь, межклеточная жидкость, лимфа, слюна). В этих условиях наилучшим образом работают все ферменты. Кислая среда - почва для развития множества болезней, в том числе и аллергических. Созданию щелочной среды способствует употребление растительной пищи, сухофруктов, свежесжатых соков.

Большое значение для организма имеет не только то, что человек

ест, но как и когда. Пищу желателно употреблять не по часам, как это пропагандировалось ранее, а тогда, когда хочется есть, т.е. если вы голодны. В это время организм действительно готов к перевариванию пищи, поскольку выделились все необходимые пищеварительные соки.

Хочется отметить еще одну отрицательную особенность в питании: вечернее переедание. У кого-то - это особенности условий работы, а у кого-то - вредная привычка. Вечером человек наедается до «отвала», с трудом «выползая» из-за стола. При этом поджелудочная железа весь день «отдыхала», ей не нужно было вырабатывать ферменты, т.к. пища в организм не поступала. Вечером на поджелудочную железу и печень ложится двойная, а то и тройная нагрузка - они не успевают выработать достаточное количество ферментов для переваривания такого объема пищи. Далее происходит то, о чем уже говорилось - попадание остатков непереваренной пищи в кровь, результат чего - отложение шлаков в организме и возможность получить хронический панкреатит и холецистит.

И еще два очень важных момента: температура употребляемой пищи и сочетание ее с приемом жидкости. Пища должна иметь температуру не больше 37-40 градусов. Если человек постоянно злоупотребляет горячей пищей, он медленно, но верно идет к нарушению работы желудка, зарабатывая гастрит с пониженной кислотностью или атрофический гастрит. Соответственно, в дальнейшем клетки желудка будут вырабатывать меньше желудочного сока, пищеварение будет еще хуже.

Наши традиции питания, а, в частности, чаепитие сразу после приема пищи, очень пагубно влияют на ее переваривание. Пить рекомендуется через 60-90 минут после еды. А лучше всего за полчаса до еды. Если все-таки человек не может отказаться от запивания еды, то тогда это должны быть кислые напитки - морсы без сахара, вода с лимоном или сухое вино. Употребление жидкости сразу после еды приводит не только к снижению концентрации соляной кислоты в желудке, но и чрезмерному растяжению его стенок. В результате этого начинают плохо смыкаться сфинктеры - клапаны на границе пищевода и желудка, на границе желудка и двенадцатиперстной кишки. Это ведет к забросу содержимого желудка в двух направлениях: в пищевод и из двенадцатиперстной кишки в желудок. В результате человека беспокоит изжога, может возникнуть воспаление слизистой желудка и двенадцатиперстной кишки.

Каждый человек в силах изменить культуру своего питания, качество, количество и режим приема пищи. Это невозможно сделать

мгновенно и лучше, если процесс займет больше времени, но все произойдет осознанно.

Для людей, страдающих аллергическими заболеваниями, данные рекомендации значительно ускорят процесс выздоровления и закрепят положительный результат.

Следующая группа токсинов, поступающих регулярно в наш организм, связана с бесконтрольным приемом медикаментов. Агрессивная реклама фармпрепаратов в средствах массовой информации подталкивает человека к злоупотреблению химическими лекарственными средствами: это обезболивающие, снижающие температуру, противоаллергические препараты. Более того, человек, однажды получивший быстрый эффект от приема антибиотиков, в последующих ситуациях простуды вновь готов ими воспользоваться. Многие родители при незначительном подъеме температуры, при малейшей простуде у ребенка начинают прием антибиотиков. Этого ни в коем случае нельзя делать, поскольку подъем температуры тела - это отработанный природой защитный механизм функционирования иммунитета. Это и есть борьба с инфекцией. Если температура ниже 38.5 градусов, и при этом ребенок активный и нет судорог, то ее лучше не сбивать, в результате чего организм может выздороветь быстрее и без возможных осложнений или рецидивов.

Нередко можно видеть и такую картину. Человек только- только выздоровел, приняв немало медикаментов. Проходит 2-3 недели, и человек заболевает опять. Он снова примет антибиотики, но выздоровление на их фоне уже происходит гораздо медленнее. Соответственно, доктор подбирает другой препарат, который еще больше подавляет иммунитет. В такой ситуации процесс может стать хроническим.

Кроме токсического воздействия на почки и печень, антибиотики уничтожают и полезную микрофлору кишечника. Возникает дисбактериоз. 70% нашего иммунитета находится в кишечнике. Там расположены Пейеровы бляшки - скопления лимфоидной ткани, в которых вырабатываются отвечающие за иммунитет лимфоциты. При дисбактериозе активность этих клеток значительно снижается. Возникает порочный круг.

К примеру, после острого бронхита на фоне длительного приема медикаментов может развиваться хронический бронхит. При постоянном приеме лекарств происходит накопление токсинов в печени, постепенно возникает аллергия, усиливается дисбактериоз, и хронический бронхит уже может перейти в бронхит с астматическим компонентом, а в дальнейшем - и в бронхиальную астму. К сожалению, такие случаи не являются редкостью в наши дни.

Существует большая группа людей с заболеваниями суставов и позвоночника, регулярными головными болями, которые систематически употребляют нестероидные противовоспалительные средства (диклофенак, вольтарен, нимесулид, ортофен; препараты, содержащие анальгин и др.). Эти лекарства не излечивают болезнь, а лишь снимают боль, и то на время. Они обладают выраженным токсическим действием на две важные дренажные системы - печень и почки.

Что же происходит при лечении аллергических заболеваний? Назначаются противоаллергические (антигистаминные) препараты, которые подавляют лишь проявления аллергии, но при прекращении их приема все симптомы возвращаются. Эти лекарства не безвредны для организма - они, так же как и вышеуказанные медикаментозные средства, оказывают токсическое влияние на печень и почки. В моей практике не раз встречались пациенты, которые имели аллергию на сами противоаллергические препараты. В этой непростой ситуации традиционная медицина зачастую может предложить только гормональные препараты, после которых другие средства будут слабо эффективными.

Конечно, мало кто в жизни избежал употребления каких-либо медикаментов. Следовательно, постепенно токсины откладываются в тканях организма, что со временем может привести к возникновению той или иной аллергии.

Следующую большую группу источников образования токсинов составляют многочисленные микроорганизмы и паразиты. Это бактерии, грибки, простейшие и гельминты. Особенно токсичными являются продукты их жизнедеятельности. Вместе с продуктами их распада в нашем организме они составляют группу эндотоксинов. Вот почему при назначении фармацевтических противомикробных препаратов часто возникают обострения - это связано с гибелью паразитов и микробов и попаданием в кровь токсичных продуктов их распада.

Большое количество людей являются носителями условно патогенной флоры. Это некоторые штаммы стрепто- и стафилококков, которые находятся на слизистых и могут активизироваться и становиться патогенными при снижении иммунитета, переутомлении, дисбактериозе.

Практически у всех в организме присутствует также дрожжевой грибок - Candida, в народе называемый молочницей. Он активизируется после употребления антибиотиков, использования искусственного нижнего белья, при употреблении большого количества мучной и сладкой пищи (особенно дрожжевого теста), пива, сыра с плесенью.

Но самыми вредными и способными вызывать сильнейшую аллергизацию у человека являются простейшие и гельминты. Недаром в крови, как при аллергии, так и при наличии в организме паразитов повышается один и тот же показатель - количество эозинофилов!

Не все верят в возможность существования у них паразитов, аргументируя это тем, что у них никогда не обнаруживали во время обследования (в анализе кала) яиц глистов. Но многие не знают, что кал нужно сдавать теплым и желательно трехкратно, т.к. с первого раза анализ может ничего не выявить. В лаборатории должны проводить реакцию всплытия яиц (реакцию флотации), однако лаборанты чаще всего ограничиваются просмотром кала под микроскопом. При такой диагностике выявить паразитов очень не просто. В моей практике у детей и у взрослых были неоднократные случаи обнаружения в кале живых аскарид, при этом в анализе кала яиц глистов не находили.

Кроме того, не все гельминты выделяют свои яйца в кишечник человека. Например, токсокара чаще всего поражает легкие, печень, глаза, сердце.

Эхинококк или альвеококк способны образовывать кисты, которые обычно локализуются в печени и легких. Трихинеллы поселяются в мышцах человека. Диагностика этих паразитов крайне затруднена. Их можно выявить только при исследовании биоптата пораженного органа или мышцы, либо при исследовании крови на антитела к данным видам гельминтов.

Не многие также знают, что личинки аскариды проходят свой цикл развития через легкие. В легкие могут попадать такие паразиты как токсокара, стронгилоид, анкилостома, что может вызвать клиническую картину бронхиальной астмы.

Получив такую информацию, большинство людей задается вопросом: каким же образом паразиты проникают в организм человека? Ниже перечислены условия, при которых мы даем шанс паразитам проникнуть в наш организм.

1. Купание в пресных водоемах
2. Употребление воды из непроверенных источников
3. Употребление малосолевой рыбы (или рыбьей икры) из пресноводных водоемов (таким образом в наш организм могут попасть широкий лентец и кошачья двуустка)
4. Употребление свежеприготовленного шашлыка из свинины, а также домашней корейки повышает вероятность проникновения в организм свиного цепня.

5. Употребление овощей, зелени, клубники прямо с грядки (источник аскаридоза).
6. Отсутствие обработки зелени кипятком.
7. Употребление пищи грязными руками.
8. Наличие в доме животных повышает вероятность попадания паразитов в организм.

Даже если животное не выходит на улицу, оно ходит и катается по полу, где стоит уличная обувь хозяев; и даже если ему регулярно дают антипаразитарные средства, на его шерсть могут попадать яйца глистов. Хозяин может даже не гладить животное, а просто иметь случайный контакт с шерстью, которая осыпается на стулья, ковры, диваны и, не помыв руки, начать прием пищи. Этого может быть достаточно для попадания яиц глистов в организм человека. Особенно эта ситуация касается детей. Зачастую первые аллергические реакции появляются с того возраста, когда ребенок начинает активно ползать или ходить. Заметим, что в этом же возрасте происходит и расширение пищевого рациона малышей. Таким образом, токсины могут попадать из разных источников.

Кроме гельминтов, еще одну группу паразитов составляют простейшие. Например, многим известны лямблии, которые обитают в желчных протоках, желчном пузыре и двенадцатиперстной кишке. Еще одним опасным одноклеточным организмом является токсоплазма. Это внутриклеточный паразит, который попадает в организм после контакта с кошками, либо в результате употребления недостаточно термически обработанного мяса овец, свиней, кроликов, зайцев. Возможно попадание возбудителя в организм при разделке туш и обработке шкур животных.

Конечно, в наше время разнообразие микроорганизмов и гельминтов, которые характерны для какого-то определенного района, увеличивается. Это связано с путешествиями людей в экзотические страны. А следовательно, выявить «мигрирующих» паразитов практически невозможно.

Но в реалии не все так страшно. Микроорганизмы приживаются и размножаются у всех в разной степени. Даже супруги, которые живут в одних и тех же условиях, постоянно обмениваются микрофлорой во время половых актов, не будут иметь одни и те же микроорганизмы.

Зачастую, у одного из супругов постоянно выявляют дрожжевой грибок, а у другого его выявить не удастся. Почему? Это зависит от условий в организме. Например, очень важный показатель - pH внутренних сред и межтканевой жидкости. Сдвиг pH в кислую сторону

в значительной степени способствует размножению микроорганизмов. Безусловно, ключевую роль в размножении бактерий, грибов и некоторых простейших играет наш иммунитет. Но он бессилен против гельминтов.

Еще одной группой токсинов являются наследственно полученные токсины. Они передаются от родителей к ребенку, в большей степени от матери к малышу в период внутриутробного развития.

Это ответ на вопрос многих родителей: «Откуда у грудного ребенка могли взяться токсины, микроорганизмы? Когда ребенок успел их накопить?» Прежде всего, на здоровье и развитие, кроме наследственности, будет влиять состояние здоровья мамы во время беременности. Дело в том, что у человека, главным мусоропроводом в организме является лимфатическая система! Плацента же не имеет лимфатических сосудов, т.е., на пути проникновения токсинов из крови матери к плоду и наоборот (продуктов жизнедеятельности плода), необходимого барьера нет. Поэтому очень важно знать, чем питалась будущая мама, какие медикаменты она употребляла, какие инфекции перенесла во время беременности, изначальное состояние выделительных органов (почек, кишечника, печени), в какой экологической, а также психологической атмосфере она находилась.

Поэтому, прежде чем планировать ребенка, обоим родителям желательно пройти полное очищение организма, включая противопаразитарную программу. Насытить организм витаминами, макро- и микроэлементами, ненасыщенными жирными кислотами, аминокислотами и т.д. Это необходимые инвестиции в здоровье будущего малыша.

### ***Стадии зашлакованности организма***

Что же происходит со всеми вышеперечисленными токсинами после попадания их в организм человека?

Они начинают постепенно откладываться в тканях, происходит так называемая «зашлаковка» организма.

В 1955г. немецкий врач Г.Г. Рекевег сформулировал теорию гомотоксикологии. Ее сущность: болезнь есть проявление борьбы защитных сил организма, управляемых иммунной системой, против внешних и внутренних токсинов. По этой теории существует шесть стадий протекания (и углубления) болезней по мере накопления токсинов в организме.

#### ***1. Стадия выделения***

Это физиологическая стадия. К примеру, человек употребил в пищу испорченный продукт. На что в ответ у него возникли рвота и понос,

после чего наступило выздоровление. Другой пример: в организм попал какой-то вирус, в результате чего поднялась температура, появился насморк. Через 3-4 суток человек выздоровел, насморк исчез.

Это нормальные физиологические реакции, проявляющиеся усиленным выделением организмом внедрившегося неблагоприятного агента через слизистые желудочно-кишечного тракта и верхних дыхательных путей. Здесь нет хронического состояния.

## *2. Стадия реакции*

Имеет место патологически усилившееся выделение токсинов из тканей: длительное повышение температуры тела, затяжной насморк, кашель, рвота, понос; длительно не проходящие нагноения, фурункулез, стоматит, фарингит, аднексит.

В случае с аллергией - это диатезы, дерматиты, аллергические риниты, конъюнктивиты, ларингиты, бронхиты.

На этой стадии организм усиленно борется с инфекцией и выводит токсины, но у него уже не хватает сил, чтобы сделать это быстро.

## *3. Стадия накопления и перераспределения большого количества шлаков.*

Здесь, как правило, уже исчезают проявления со стороны кожи и слизистых. Это говорит о том, что в организме исчерпаны резервы, направленные на выведение токсинов, и шлаки начинают откладываться в тканях. При этом часто возникает ожирение, или, напротив человек сильно худеет и не может набрать вес. Начинают образовываться липомы, фибромы, аденомы, кисты, мастопатия, полипы, экзостозы.

Человек на этой стадии уже имеет намного меньше клинических симптомов, чем во второй стадии, но болезни продолжают прогрессировать.

Первые три стадии соответствуют тканевой зашлакованности. Т.е. организм еще справляется с накопившимися токсинами периодическими выбросами их, что может проявляться эпизодическими обострениями хронических заболеваний.

Если на этой стадии человек не помогает своему организму время от времени избавляться от шлаков, продолжает неправильно питаться, не пьет чистую воду, сохраняет вредные привычки, то зашлакованность усугубляется, и организм перейдет на следующую стадию - отложения токсинов внутри клеток.

## *4. Стадия насыщения («немая»).*

«Немой» стадия названа из-за скудности объективных симптомов. Пациентам на этой стадии выставляют такие диагнозы, как «синдром хронической усталости», мигрень, гипертоническая болезнь,

атеросклероз, ранний климакс, остеохондроз, гепатоз. Зачастую на этом этапе начинается процесс отложения песка в почках и в желчном пузыре, у многих происходит формирование «косточек» и «шипов» на пальцах (чаще нижних конечностей), начинается подагра.

Среди аллергических заболеваний этой стадии соответствует бронхиальная астма.

Если человеку, находящемуся на этой стадии, начать активно очищать свой организм, то еще можно достичь хороших и устойчивых результатов. Однако, в этой ситуации недостаточно одного или двух курсов очищения. Более того, и результаты появляются не сразу, а более медленно, чем в предыдущей стадии.

## *5. Стадия дегенерации или разрушения.*

На этой стадии возникают декомпенсированные заболевания: цирроз печени, пневмосклероз, нефросклероз, деформирующий остеоартроз, анкилозы; может развиваться почечная, сердечная, легочная недостаточность.

При таких изменениях в органах полное излечение невозможно. Но если человек будет себя поддерживать правильным питанием, периодическим очищением организма, то его состояние будет менее тяжелым, и процесс прогрессирования заболевания можно значительно приостановить.

Проводить очищение организма на этой стадии нужно очень осторожно и постепенно, так как токсинов в организме накопилось очень много, и их выведение может сопровождаться сильными обострениями и интоксикацией.

## *6. Стадия озлокачествления.*

Это последняя стадия зашлакованности, которая чаще всего проявляется возникновением онкозаболеваний. Но и на этом этапе, если человек все же будет бороться за свою жизнь, поменяет образ мыслей и в целом отношение к жизни, то этим он сможет значительно ее продлить и даже выздороветь.

Существуют законы, по которым происходит отложение токсинов в теле человека. Сначала они оседают в поверхностных слоях организма - в коже, затем на слизистых, прежде всего это слизистые желудочно-кишечного тракта, далее - слизистые верхних дыхательных путей, бронхов.

Затем происходит отложение токсинов в паренхиматозных органах - печени, поджелудочной железе, почках, легких, далее в эндокринных железах.



Позже токсины будут продолжать откладываться в лимфатической системе и межклеточной жидкости, которые постепенно будут превращаться в гель. Затем очередь дойдет до суставов и костей.

Таким образом, у людей, страдающих аллергией, зачастую в начале развития заболевания имеют место аллергические реакции со стороны кожи (крапивница, дерматит). Через некоторое время, по мере накопления токсинов, могут появиться симптомы со стороны слизистых верхних дыхательных путей и глаз (аллергический ринит, конъюнктивит), а на более поздних стадиях развития возможно появление реакций со стороны бронхов в виде бронхита с астматическим компонентом или бронхиальной астмы.

Более быстрому развитию процесса способствует, как уже говорилось выше, использование для лечения кожных проявлений гормональных мазей.

При правильном лечении симптомы аллергической патологии уходят в порядке, обратном их проявлению. Например, у пациента, страдающего бронхиальной астмой, в процессе лечения натуральными средствами могут появиться высыпания на коже, что является благоприятным прогностическим признаком.

### ***Клиника***

Рассматривая аллергическую реакцию как выброс токсинов, необходимо отметить, что у каждого человека она индивидуальна.

Можно предположить, что путь выведения шлаков в какой-то степени определяется наследственностью. Так, у людей с ослабленной от рождения слизистой оболочкой носа (возможно, вследствие хронического дефицита витамина А и Е) чаще всего аллергия будет проявляться в виде аллергического ринита. У человека со слабыми бронхами при наличии аллергической готовности больше риск заболеть бронхиальной астмой, чем у остальных людей.

Однако, несмотря на наследственную предрасположенность, общие законы прогрессирования болезни, которые были изложены выше, имеют место у большинства людей, страдающих аллергией.

### ***Виды аллергических заболеваний***

#### ***Крапивница и отек Квинке.***

Крапивница характеризуется появлением на коже зудящих волдырей, похожих на ожог кожи крапивой. Одним из ее видов является отек Квинке - гигантская крапивница, затрагивающая не только кожу, но и подкожно-жировую слой.

Крапивница возникает чаще всего с внезапного интенсивного зуда кожи. Вскоре, на местах зуда появляются участки сыпи, величина элементов которой различна - от булавочной головки до обширных областей кожных поверхностей. Длительность острого периода составляет от нескольких часов до нескольких суток. Атака острой крапивницы может сопровождаться выраженным недомоганием, головной болью, тошнотой, нередко подъемом температуры до 38-39 градусов Цельсия.

Отек Квинке имеет вид большого, бледного, плотного, не зудящего инфильтрата, при надавливании на который не остается ямки. Излюбленная локализация подобных инфильтратов - места с рыхлой подкожной клетчаткой - губы, веки, мягкое небо, язык, миндалины, половые органы.

Особенно опасным является отек гортани, который встречается примерно в 25% всех случаев. При его возникновении сначала отмечается осиплость голоса, «лающий» кашель, затем нарастает затруднение дыхания, которое становится через время шумным. Цвет лица приобретает цианотичный оттенок, затем резко бледнеет. В тяжелых случаях при отсутствии рациональной медицинской помощи больной может погибнуть от асфиксии.

При распространении отека на слизистую трахеи и бронхов присоединяется синдром бронхиальной астмы с характерными хрипами. А при локализации отеков на слизистой желудочно-кишечного тракта возникает острая боль, тошнота, рвота, метеоризм.

#### ***Дерматит***

Дерматит бывает атопическим и контактным. Атопический дерматит - экзематозное кожное заболевание. Детскую форму дерматита называют детской экземой. Для обозначения заболевания у взрослых принят термин «нейродермит».

Причины атопического дерматита медицине точно не известны. Для детской экземы наиболее популярна теория пищевой аллергии, в случаях нейродермита у взрослых - теория влияния стрессовых (эмоциональных) факторов.

Проявления болезни могут быть различны в разных возрастных группах. Для грудных детей характерны элементы в виде волдырей и пузырьков, часто мокнущие. Периодически пузырьки вскрываются, образуя так называемые «колодцы», из которых выделяется экссудат в виде «капель росы». Высыпания зачастую сопровождаются интенсивным зудом. В процессе обратного развития пузырьков образуются корочки, затем начинается шелушение. Чаще всего поражаются щеки, лоб,

веки, шея; в более серьезных случаях - волосистая часть головы, разгибательные участки конечностей и туловище.

У взрослых имеет место почти постоянный зуд, сухость и утолщение кожных покровов.

Контактный дерматит возникает при непосредственном и достаточно длительном контакте аллергенов с кожей (металлические украшения, краски для волос, косметические средства, моющие средства и т.д.)

Человек далеко не всегда может отследить причину своего заболевания, тем более, что клинические проявления возникают через несколько суток после начала контакта с аллергеном: при активных аллергенах - через 5-7 суток, при менее активных - через более продолжительное время и при многократных контактах.

Различают острую и хроническую формы контактного дерматита. При остром дерматите кожа пораженных участков выглядит покрасневшей и отечной. В более тяжелых случаях отмечают образование пузырей и мокнутие. При хронической форме наблюдается утолщение, шелушение участков кожи, возможно образование трещин.

*Поражение верхних дыхательных путей, носоглотки, глаз*

Это аллергический ринит, конъюнктивит, фарингит.

Они бывают сезонными и круглогодичными. Возникновение аллергии в период цветения растений называют поллинозом. Это сезонный вид аллергии. Круглогодичный риноконъюнктивит чаще возникает при наличии аллергии на домашнюю и производственную пыль, эпидермис и шерсть животных, перо подушки, споры грибов, которые содержатся в плесени. Основными симптомами этой формы аллергии являются: частое чихание, иногда в виде неукротимых приступов, обильные водянистые выделения из носа (очищение лимфы от токсинов), либо сильнейшая заложенность носа. Очень часто наблюдаются также симптомы со стороны глаз: зуд и покраснение век, ощущение «песка в глазах», слезотечение, в тяжелых случаях блефароспазм (спазм век). Эти явления, как правило, сопровождаются общей интоксикацией: появляются утомляемость, снижение аппетита, нарушение сна, потливость и раздражительность.

При тяжелом прогрессирующем течении поллиноза, спустя 3-4 года от начала заболевания, может возникнуть бронхиальная астма.

*Бронхиальная астма*

Это заболевание сопровождается приступообразными нарушениями бронхиальной проходимости. Происходит спазм гладкой мускулатуры, отек и повышенная секреция слизистых бронхиол, в результате чего

возникает приступ удушья - человеку трудно сделать вдох и значительно труднее, а в тяжелых случаях почти невозможно произвести выдох.

Частота приступов может быть самой различной - от одного - двух раз в месяц, до ежедневных многократно повторяющихся приступов удушья.

Зачастую бронхиальной астме предшествуют хронические бронхиты, особенно у детей. На фоне хронического бронхита начинает появляться приступообразный кашель, который иногда может заканчиваться рвотой. Как правило, кашель мучает ребенка в ночные или утренние часы. Прием всевозможных средств от кашля и антибиотиков в этих случаях не приносит никакого облегчения.

Зачастую в возникновении таких симптомов виноваты паразиты, которые легко попадают в детский организм, а также дисбактериоз кишечника и, как следствие, повышенная нагрузка на лимфатическую систему.

Если же описанный кашель начинать лечить частыми приемами антигистаминных препаратов, эуфиллином и антибиотиками, то он через некоторое время может перейти в бронхиальную астму.

*Анафилактический шок*

Анафилактический шок - это вид аллергической реакции немедленного типа, возникающей при повторном введении в организм аллергена. Он характеризуется резким снижением артериального давления и температуры тела, замедлением свертываемости крови, расстройством центральной нервной системы, повышением проницаемости сосудов и спазмом гладкомышечных органов (желудок, желчный пузырь, кишечник). Возникает анафилактический шок чаще при введении в организм лекарственных и профилактических препаратов (сывороток, гормонов, плазмы, гамма-глобулинов). Он возможен и как проявление инсектной аллергии, возникающей в результате укуса насекомых. Очень редко шок возникает при пищевой аллергии.

*Сенсибилизация*

Так в медицине называют период от момента первого контакта с веществом до появления на него аллергической реакции.

Здесь важно запомнить и понять лишь одно: спектр веществ, способных вызвать аллергическую реакцию в организме, постепенно расширяется (по мере накопления токсинов в организме), т.е. для конкретного аллергика количество аллергенов постепенно увеличивается.

Утяжеляется и протекание аллергических реакций, и, если человек не меняет образ жизни и не предпринимает попыток улучшить работу

всех дренажных систем (печени, почек, кишечника, лимфатической системы), то все большее количество медикаментов будет требоваться ему для нормального существования.

Практически все, что окружает человека с аллергонастроенностью, может явиться для него аллергеном. В моей практике был случай, когда женщина, страдающая много лет аллергией, начала замечать у себя аллергические реакции на запах резины от велосипедной шины.

Важно другое - найти причину и устранить имеющуюся аллергическую готовность. К сожалению, зачастую определение видов аллергенов для конкретного человека ставит его в зависимую позицию. Например, у женщины появилась аллергия на домашнюю пыль. При обследовании выявилась повышенная чувствительность к шерсти овцы, кошки, к яичному белку, шоколаду и цитрусовым. При этом до получения этой информации она без проблем ела эти продукты и контактировала с кошками. После такого обследования у нее возникает постоянное чувство обеспокоенности, а может быть, и страха при употреблении этих продуктов и общении с домашними животными. И вот через какое-то время она действительно замечает аллергическую реакцию на шоколад. Процесс запущен. Это очень важный психологический момент. Мой совет людям, у которых дебютировало любое аллергическое состояние - не впадать в панику и не бежать определять: на что еще у вас может быть аллергия. Необходимо остановиться и задуматься: что произошло в моем организме или в организме моего ребенка, из-за чего он стал агрессивно реагировать на повседневные пищевые продукты и вещества?

### ***Принципы диагностики аллергических заболеваний***

#### ***1 Кожные пробы***

Кожные пробы ставят, как правило, в период ремиссии. Путем введения через кожу аллергена оценивают величину и характер развившегося при этом отека или воспалительной реакции. Качественные пробы отвечают на вопрос: есть ли сенсibilизация (чувствительность) к данному аллергену или нет? Положительная проба еще не считается доказательством того, что данный аллерген является причиной данного заболевания. Количественные пробы дают представление о степени чувствительности, т.е. насколько у пациента выражена аллергическая готовность. Кожные пробы бывают аппликационные, скарификационные и внутрикожные.

#### ***2 Элиминационные тесты***

Это способ этиологической (причинной) диагностики аллергических реакций, основанный на исчезновении и ослаблении этой

реакции после прекращения контакта больного с аллергеном. Он обычно используется в диагностике пищевой и (реже) лекарственной аллергии. В основном, это диета, исключая определенные виды продуктов, которая назначается на 1-2 недели. При улучшении состояния ставится провокационный тест путем введения в диету продукта, который был исключен. При ухудшении состояния после проведения такого теста можно сделать вывод, что именно этот продукт является аллергеном. Однако при наличии аллергии к нескольким пищевым продуктам (что чаще всего и бывает) данный вид диагностики затруднен.

#### ***3 Лабораторные методы***

Производят определение уровня эозинофилов в крови, а также количество иммуноглобулина Е (он участвует в аллергических реакциях немедленного типа). Данные методы выявляют только состояние сенсibilизации (наличие аллергической предрасположенности), но не позволяют выявить конкретный вид аллергена.

Таковы основные диагностические методы в традиционной медицине. Безусловно, наука не стоит на месте и сейчас разработаны новые методы диагностики аллергии, но подход все тот же: выявление конкретных аллергенов. Преимущество новых методик в точности, скорости и безопасности определения аллергенов.

#### ***4. Альтернативные методы***

В нетрадиционной медицине для выявления аллергенов широко используется метод вегетативного резонансного тестирования. Все остальные методики тестирования организма имеют лишь возможность показать, насколько полноценно функционируют главные дренажные системы организма, и выявить эти отклонения на начальных этапах.

### ***Лечение аллергических заболеваний***

Традиционная медицина начинает лечение любых аллергических заболеваний с назначения антигистаминных препаратов. Что при этом происходит?

Все аллергические реакции сопровождаются повышенным выбросом гистамина тучными клетками (базофилами), которые представляют собой одноклеточные железы, ориентированные вокруг сосудов. Это как бы лаборатории по выработке биологически активных веществ.

Под действием гистамина повышается выделение медиаторов воспаления - простагландинов, которые вызывают расширение сосудистой стенки, в результате чего происходит выход жидкой части крови (плазмы) из сосудистого русла в ткани. Вследствие этого процесса,

при аллергии мы наблюдаем покраснение и отек кожи, часто с зудом, либо появление большого количества отделяемого со стороны слизистых носа, глаз, бронхов.

Зуд возникает за счет раздражения нервных окончаний при воздействии на них биологически активных веществ.

Прием антигистаминных препаратов направлен на подавление этого процесса - тормозится выброс гистамина. Но причина, которая привела к его повышенному выбросу, не устраняется. После прекращения приема этих препаратов аллергия появляется снова, и часто в более сильной форме, чем была до начала «лечения».

Со временем многим больным уже не помогают те препараты, с которых они начинали, и они вынуждены перейти на более мощные средства. Их на аптечных полках все больше и больше, соответственно, выбор у аллергиков более или менее обширный. Более того, с началом весенне-летнего сезона в СМИ агрессивно идет реклама антигистаминных препаратов нового поколения, чтобы замученный своим недугом аллергик не забыл вернуться к использованию именно рекламируемых лекарств.

Еще один метод борьбы с аллергией - специфическая гипосенсибилизация.

Суть его - снижение чувствительности организма к аллергену. Это вид специфической иммунотерапии. Проведение этих мероприятий показано в тех случаях, когда невозможно прекратить контакт больного с аллергеном. Пациенту внутрикожно вводятся микродозы аллергенов (с постепенным количественным увеличением) с целью активировать иммунитет против конкретных их видов. При этом считается, что благодаря выработке организмом специфических антител, при повторном контакте с аллергеном, последний не вызовет аллергической реакции.

Наблюдения за пациентами, прошедшими курс подобной гипосенсибилизации, показали, что аллергия исчезает далеко не во всех случаях.

Чем же может помочь нетрадиционная медицина?

Она предлагает устранить причину, которая привела к возникновению у человека аллергии, а именно очистить организм от всевозможных шлаков, токсинов, паразитов и микроорганизмов, восстановить полезную микрофлору кишечника, после чего напитать его недостающими витаминами, жирными кислотами, аминокислотами и микро- макроэлементами. Безусловно, в этой книге я ни в коей мере не утверждаю, что абсолютно все случаи аллергии - это следствие только лишь зашлаковки организма. Но могу с уверенностью утверждать, что у большинства людей в основе формирования аллергических заболеваний

лежит хроническая интоксикация. И это доказывает множество случаев из моей практики.

### *С чего же начать?*

#### *Психология*

В первую очередь, я рекомендую пересмотреть отношение человека к этому недугу. Начать рассматривать аллергию не как болезнь, а как временное состояние организма. Это понимание придаст процессу динамику на улучшение состояния, а также сил и позитивной энергии для излечения. Правильный настрой - это 50% успеха. Собирая анамнез у людей, страдающих разными проявлениями аллергии, удалось заметить, что данный недуг чаще встречается у людей, имеющих какие-то внутренние противоречия. Например, аллергик может одновременно симпатизировать человеку и испытывать к нему неприязнь.

Аллергия может оказаться хорошим способом привлечь к себе внимание, особенно, если она проявляется приступами затрудненного дыхания, когда аллергик не может обойтись без помощи других людей. У детей психологическая причина может скрываться в том, что родители имеют совершенно разные взгляды на жизнь и воспитание ребенка. Если отследить и отработать эти моменты, то выздоровление наступит значительно быстрее.

#### *Питание*

Прежде чем начать коррекцию любого проявления аллергии, необходимо принять волевое решение - начать правильно питаться. При этом необходимо понять следующее: чтобы организм очищался от тех шлаков, которые он накопил в результате жизнедеятельности, а не только от тех, которые к нему постоянно поступают, необходима не краткосрочная диета на период основных этапов лечения, а сознательный переход на другую систему питания. Иначе процесс излечения может быть более длительным и менее результативным.

В начале книги я уже говорила о безопасности питания, но хочется еще раз заострить внимание на некоторых моментах.

Во-первых - всегда обращайте внимание на срок годности продуктов. Для кисломолочных изделий максимальные сроки хранения 10-12 дней. Более длительные сроки говорят об использовании производителями консервантов.

Не покупайте себе, а особенно детям йогурты с кусочками фруктов. У любой здравомыслящей хозяйки возникнет вопрос: почему они там не портятся. Ведь если в стакан кефира крошить кусочки груши, то через 3-4 дня хранения в холодильнике такой йогурт испортится. Ответ прост

- для того, чтобы с чистой совестью производитель написал на этикетке «без консервантов», кусочки фруктов обрабатывают «мирным атомом», т.е. радиацией. Т.о. бактерии и грибки гибнут, и йогурт или творожок спокойно стоит на полках магазинов 3-4 недели.

Во-вторых - если человек хочет избавиться от аллергии и любых других недугов, и в целом сохранять свое здоровье - необходимо значительно ограничить вредные углеводы: пирожные, торты, печенье и любую другую кондитерскую выпечку, все изделия из белой рафинированной муки (булка, белый хлеб). А также все, что содержит большое количество сахара, а это не только конфеты. Например, кетчуп содержит до 40% сахара, соки в пакетах также содержат большое количество «белой смерти». Если же на этикетке указано «без сахара», то в составе такого сока находится сахарозаменитель (чаще - дешевый аспартам), ничем не полезнее сахара. Уловка от производителей продуктов состоит еще и в том, что сахар добавляют в продукты с кислым и даже горьким вкусом, поскольку чем больше сахара в продукте, тем больше он нравится покупателю.

В-третьих - обратите внимание на жиры, которые вы употребляете. Самое главное - они должны быть разнообразными! Обязательно включите в свой рацион сливочное масло (даже если вы его исключили вследствие повышенного уровня холестерина). Научно доказано, что безхолестериновые диеты не приводят к снижению уровня холестерина, а что действительно помогает его снизить, так это нормализация работы печени и достаточное употребление разнообразной клетчатки. Настоящее сливочное масло имеет жирность 82.5 % и знак ГОСТ. Масла с меньшим процентом имеют в своем составе гидрогенизированные растительные жиры или маргарины. В отношении растительных масел на вашем столе ни в коем случае не должны быть рафинированные и дезодорированные масла. Предпочтение необходимо отдавать нерафинированным маслам холодного отжима: подсолнечное, льняное, оливковое. Обжаривать пищу рекомендую только на оливковом масле, поскольку под влиянием высоких температур оно единственное не образует канцерогенных веществ. Все остальные масла в чистом виде необходимо употреблять в салаты или в уже приготовленную пищу.

В-четвертых - ограничьте употребление белка. Особенно того белка, источником которого является красные сорта мяса (свинина, говядина, баранина). По данным физиологов - оптимальное ежедневное употребление белка с пищей должно составлять 1-1,5 г на 1 кг веса. Но лучшее мясо - это рыба! Также для ежедневного рациона подходит индейка, кролик, белое мясо курицы, творог, яйца. Обязательно в рационе

должен присутствовать и растительный белок - не менее 30% от всего употребляемого белка. Его источником, в основном, являются бобовые.

В-пятых - для того, чтобы регулярно поддерживать дренажную функцию кишечника в оптимальном состоянии, необходима клетчатка. Самыми богатыми продуктами в отношении её являются цельнозерновой твердый хлеб, коричневый рис, груши, чернослив, чечевица, свекла.

Итак, подведем итоги: что необходимо употреблять в пищу человеку, решившему избавиться от аллергии? Фрукты, овощи (кроме бананов, цитрусовых, фруктов и овощей красного цвета (для людей, имеющих на них аллергические реакции)), свежесжатые яблочные и грушевые соки, кисломолочные продукты (кефир и творог), крупы (кроме манной), каши на воде, овощные супы, рыбу и птицу (умеренно), сухофрукты, орехи (кроме арахиса), макароны твердых сортов, бобовые (умеренно), сыры (лучше Фета, Сулугуни и Адыгейский), зеленый чай, растительные жиры и сливочное масло (умеренно), хлеб ржаной бездрожжевой.

Необходимо исключить, а если не получится, то значительно ограничить: жирное (сало), жареное, копченое, сладкое, дрожжевое тесто, кофе, какао, крепкий чай, соусы, кетчупы, майонез, мясные бульоны, холодцы, заливные, свинину, говядину, субпродукты (печень, почки...), молоко, мороженое, плавленые сыры, глазированные сырки, газированные напитки, картофель, маринады (уксус), спиртное (вино и пиво), кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье).

Оптимально приготовление пищи на пару или в духовке.

*Вода*

Эту уникальную субстанцию я начала изучать 4 года назад и на сегодняшний день не представляю себе ни одной рекомендации пациентам без назначения употребления 1,5 - 2х литров чистой воды в день. Такие рекомендации я даю абсолютно всем людям, независимо от заболеваний, которые их беспокоят. За эти 4 года мне удалось на собственном опыте и у пациентов убедиться, что вода - это лучшее лекарство, а в сочетании с натуральными препаратами и коррекцией питания - самая эффективная система сохранения здоровья.

Какую воду пить? Существуют много точек зрения по данному вопросу: рекомендуют употреблять дистиллированную воду, лечебные минеральные воды, живую, структурированную воду. Где же правда? Дистиллированную воду в качестве питьевой употреблять ни в коем случае нельзя - она «вытянет» на себя все микроэлементы из организма. Лечебные минеральные воды («Нарзан», «Ессентуки») можно употреблять

в течение двух - максимум трех недель для решения проблем, например, с желудочно - кишечным трактом. Их минеральный состав не подходит для ежедневного использования. Самая полезная вода - структурированная, т.е. та, которая замерзает в виде снежинки. Таковую воду очень просто приготовить дома путем замораживания с последующей разморозкой. Святая вода также является структурированной, добавляя ее каплями в основной объем воды, вся вода ( по принципу гомеопатии) становится структурированной. Это важно потому, что вода в нашем организме также является структурированной. А употребляя водопроводную или родниковую, но кипяченую воду, наш организм тратит колоссальное количество энергии на переструктуризацию воды. Безусловно, вода должна быть свободна от хлора и солей тяжелых металлов.

В возникновении аллергических заболеваний это чудо природы играет самую непосредственную роль.

Наукой доказано, что гистамин, известный как медиатор воспаления и главный враг в борьбе с аллергией, также является нейротрансмиттером, отвечающим за регуляцию воды в организме и борющимся с физиологическим обезвоживанием. Поэтому выброс гистамина тучными клетками сигнализирует о том, что организм обезвожен! Из этого можно сделать очень простой вывод: вода - вот самый эффективный антигистаминный препарат. После кислорода именно вода является вторым по важности веществом, необходимым для выживания человека. Многие люди путают понятия жидкости и воды. Подсчитывая объем употребляемой жидкости (для коррекции гипертонии, заболеваний сердца и т.д.), учитывают супы, чай, соки, компоты. Но все эти напитки и блюда являются едой! К воде они не имеют никакого отношения! При этом официальная медицина рекомендует сократить объем употребляемых жидкостей и добавить мочегонные препараты (например, при лечении гипертонической болезни). Эти рекомендации сродни геноциду, поскольку вводят миллионы людей в состояние катастрофического обезвоживания. Длительное использование антигистаминных препаратов (супрастин, тавегил, кларитин), когда функции гистамина по регуляции потребления воды не учитываются, а сигналы обезвоживания маскируются, в конце концов могут нарушить баланс и слаженную работу иммунной системы и развернуть направление ее действий в противоположную сторону. Вот почему аллергики с большим стажем отмечают, что противоаллергические препараты помогают все меньше и меньше, и некоторые пациенты вынуждены начать пользоваться гормональными препаратами.

Хочу обратить внимание читателя на то, что прием слишком большого количества воды может быть так же вреден, как прием слишком большой дозы любого лекарства. Не пытайтесь избавиться от длительного, хронического обезвоживания за 1-2 дня. Водный режим необходимо расширять постепенно: на 150-250 мл в день за 2-3 недели. Воду необходимо пить не стаканами, а попить мелкими глотками в течение дня. Основным объемом воды рекомендуется выпивать до 18.00. часов.

### ***Коррекция аллергических заболеваний с помощью натуральных препаратов компании NSP***

В 1999г. на рынке стран СНГ появились натуральные фито- и витаминно-минеральные комплексы от мирового лидера в производстве БАД компании NSP. Они великолепно зарекомендовали себя в вопросах безупречного гарантированного качества и очень высокой результативности. Их широкий ассортимент дает возможность безопасно, по законам природы, отладить работу всех органов и систем.

Первый шаг на пути излечения аллергии - очищение всех дренажных систем организма. Существуют две эффективные методики, которые отличаются друг от друга лишь временем.

Первая представляет собой постепенное очищение (каждый орган примерно 1 месяц) кишечника, печени, почек, лимфы и больше рекомендуется для людей с выраженной степенью зашлаковки организма или с большим стажем аллергических проявлений. Поскольку в этом случае освободить организм от токсинов необходимо постепенно. Подробное описание схемы и рекомендации изложены в книге Нижегородцева О. В. «Естественное очищение организма».

Вторая - очищение более динамичное и занимает примерно полтора месяца. Она больше подойдет для людей, которые недавно столкнулись с проблемой аллергии.

Программа поделена на 4 этапа.

Цель 1 этапа - улучшить качество крови, лимфы, начать процесс выведения токсинов из тканей и кишечника. Для этого необходимо строго соблюдать питьевой режим - 1,5 литра чистой воды в день, исключая чай, кофе, соки, компоты. Рекомендуем вам пить воду глотками в течение дня. Из 1,5 литров воды 1 литр вы пьете вместе с Коралловым Кальцием. И добавить препарат Каскара - 2 капсулы на ночь. Если есть запоры, то дозировку необходимо увеличить.

Цель 2-го этапа - мягко активизировать работу выделительных шлюзов - кишечника, печени, почек, кожи.

Цель 3-го этапа - полноценное очищение организма обязательно должно включать голодание, оптимально от 4-х до 7 дней. Во время голода организм перестает тратить силы на переработку пищи, что ускоряет все процессы по выведению токсинов и шлаков из тканей. Для того, чтобы исключить клеточный голод, мы включили в этот этап витамины и микроэлементы. Сорбент (Локло) притупляет чувство голода, что позволяет более комфортно переносить голодание.

Цель 4-го этапа - восстановить работу желчного пузыря, поджелудочной железы, кишечника. А также провести очищение лимфатической системы. В межклеточной жидкости находится 80% от всех токсинов организма, которые выводятся через лимфу.

1 этап - улучшение качества внутренних сред организма - 2 недели.

Коралловый Кальций 1 мерную ложку развести на 1 литр воды, пить в течение дня натощак и между едой. Каскара Саграда в индивидуальной дозировке.

2 этап - подготовительный - 1 неделя.

Жидкий Хлорофилл по 1 десертной ложке разводить на 0,5 литров воды 3 раза в день, пить натощак и между едой в течение дня. Утром: - Лив-Гард 1 капсула

- Каскара Саграда 1 капсула
- Бифидофилус флора форс 1 капсула
- Суперкомплекс 1 капсула
- Черный Орех 1 капсула

Вечером: - Лив-Гард 1 капсула

- Каскара Саграда 2 капсулы
- Бифидофилус флора форс 1 капсула
- Суперкомплекс 1 капсула
- Черный Орех 1 капсула

Все капсулы принимаются во время еды.

3 этап - голод - 4 дня.

Исключить прием пищи.

Утром и вечером принимать те же капсулы, что и во время подготовительного этапа.

Жидкий Хлорофилл пить в течение дня.

Локло по 1 десертной ложке 4 раза в день разводить на 1 стакан воды.

4 этап - восстановительный + лимфоочистка - 10 дней.

Коралловый Кальций по 1 мерной ложке 2 раза в день, разводить на 0,5 литров воды, пить в течение дня.

Утром и вечером натощак Красный Клевер по 3 капсулы.

Через один час после клевера 1 чайная ложка Локло на 0,5 стакана воды + 1 капсула Бифидофилус флора форс, прием пищи через 1 час.

Бердок по 1 капсуле 2 раза в день во время еды.

Пищеварительные Ферменты: 1 капсула в день во время еды и по 1 капсуле 2 раза в день между едой.

Хочу обратить внимание читателя на ферментные препараты -«Пищеварительные ферменты» и «AG - X». Они необходимы для улучшения процессов пищеварения, за счет чего будет уменьшаться поступление токсических остатков непереваренной пищи в кровь, а также будет происходить растворение жировых и белковых конгломератов в крови. Но особенно такие препараты необходимы детям и взрослым, имеющим различные виды пищевой аллергии. Поскольку подобные состояния организма являются следствием недостаточной выработки определенного фермента, необходимого для расщепления и усвоения конкретного вещества в том или ином продукте.

Как было отмечено выше, источником мощной интоксикации могут явиться бактерии, грибы, простейшие и паразиты. Поэтому необходимо провести противопаразитарную программу. Компания NSP располагает самым большим ассортиментом натуральных антипаразитарных, противогрибковых и антибактериальных средств, абсолютно безопасных для всех возрастных категорий. Схема одинакова для взрослых и детей, разница лишь в возрастных дозировках.

Программа имеет определенную периодичность с учетом цикла развития гельминтов.

Вот она: - Черный Орех по 3 капсулы 2 раза в день

- НР-Файтер по 2 капсулы 2 раза в день (из них 1 капсула на ночь)

- Перец, Чеснок, Петрушка по 2 капсулы 3 раза в день

- По д'Арко по 4 капсулы 2 раза в день

Все препараты принимаются во время еды. Если вам сложно принимать большое количество капсул, вы можете разделить их на большее число приемов.

Данные препараты принимаются 21 день. Затем необходимо сделать десятидневный перерыв, во время которого рекомендуем употреблять Локло и Хлорофилл. И далее повтор программы в течение 21 дня.

Ключевой момент - правильное питание, о котором говорилось выше. Программа практически неэффективна без соблюдения диеты.

На фоне всей противопаразитарной программы очень рекомендуем использовать Хлорофилл, так как основная нагрузка по выведению

токсинов ложится на почки. При наличии запоров используйте Каскару.

Представленная схема рассчитана на среднестатистического потребителя. При этом, по вашему желанию, вы можете усилить её Коллоидным серебром, Соком Нони, препаратом Супер Чеснок и Моринда.

Если человек имеет выраженные симптомы аллергии, которые значительно ограничивают его образ жизни, необходимо использовать уникальный по своему составу и действию препарат Буплерум плюс. Используя его, удастся не только симптоматически, но в некоторых сложных случаях и этиологически (воздействуя на причину) убрать симптомы аллергии и аллергическую настроенность организма. Трава володушка, входящая в состав этого фитокомплекса, содержит сайкосапонины, поддерживающие способность организма бороться с воспалением, препятствуя синтезу и высвобождению гистамина. Этот препарат - замечательная альтернатива аптечным антигистаминным препаратам. Он поможет на начальных этапах облегчить самочувствие аллергика, поскольку непосредственный результат от процесса очищения организма может быть отсрочен во времени.

Особенно благодарно на лечение натуральными препаратами откликается детский организм: использование таких препаратов, как Хлорофилл, Нэйче-лакс, Бердок, Красный клевер, АГ-Х и Бифидозаврики в сочетании с противопаразитарной программой в течение 2-3х месяцев дает практически гарантированные результаты освобождения от аллергии.

#### *Законы исчезновения болезней*

При применении человеком натуральных средств, будь то фитопрепараты, гомеопатия или биологически активные добавки, существуют определенные законы исчезновения болезней, которые сформулировал известный гомеопат Геринг. Вот они:

#### *Сверху вниз и от центра к периферии*

Это значит, что симптомы, которые пациент ощущал в верхних отделах туловища, могут переместиться в нижние отделы. Например, если у ребенка была сыпь на плечах и туловище, то после начатого лечения она может переместиться на предплечья и кисти. Это говорит о том, что лечение проводится верно, и в ближайшее время сыпь может исчезнуть совсем.

#### *Изнутри наружу*

В процессе правильного лечения у пациентов могут появиться либо высыпания - таким образом токсины выводятся организмом через

кожу, либо диарея - это выведение токсинов через кишечник. Также возможно усиление выделений из носа в виде насморка, из бронхов - в виде откашливания мокроты, через потовые железы в виде повышенного потоотделения, выделений из половых путей и т.д. Все это связано с выбросом токсинов из тканей организма, через лимфатическую систему и выведением их наружу. Как правило, выбросы идут путями, наиболее характерными для данного человека. Так, если у пациента никогда в жизни не было высыпаний на коже, то и в процессе очищения токсины не будут покидать организм подобным образом.

#### *От более важных органов к менее важным*

Пример работы этого закона: болело сердце - заболели суставы на фоне исчезнувших болей в сердце; были нарушения сна - заболел желудок на фоне нормализации сна и т. д. В последнем случае нарушенный сон характеризует проблему с нервной системой, а она считается жизненно важным органом. И даже если у человека еще много жалоб, но сон улучшился - это является прогностически очень благоприятным признаком.

Болезнь отступает в порядке, обратном последовательности возникновения симптомов.

Если букет болезней представить в виде капусты, то при правильном лечении слои болезни, как капустные листья, начинают отпадать один за другим, обнажая при этом более глубокие слои патологии. Так в результате лечения бронхиальной астмы могут появиться высыпания на коже в тех местах, где они были 10 лет назад.

Возникновение в начале лечения картины острого респираторного заболевания является положительным признаком - это свидетельствует об активации внутренних резервов организма.

Учитывая то, что выброс токсинов происходит из тканей организма через лимфу, и то, что конечным и самым крупным скоплением лимфоидной ткани является лимфатическое глоточное кольцо Пирогова - Вальдеера, то появление боли в горле, признаков воспаления миндалин или увеличения лимфоузлов в области шеи при очистке организма является свидетельством активно протекающего процесса очищения.

Работу этих законов я наблюдала не один десяток раз у своих пациентов. Таким образом, зная законы исцеления организма, вы самостоятельно можете правильно оценить происходящие с вами во время очищения изменения и не пугаться появлению всевозможных обострений, если они вписываются в законы Геринга.

Показателем успешного очищения и восстановления организма



является отсутствие аллергической реакции на ранее выявленные аллергены.

#### *Результаты*

Вот некоторые результаты по лечению аллергических заболеваний из моей практики при помощи натуральных препаратов компании NSP.

#### *Девочка Аня, возраст 1 год*

Мама обратилась с жалобами на непроходящие высыпания на коже живота, рук, ног, лица и шеи у дочери, сопровождающиеся сильным зудом.

В анамнезе: выписались из родильного дома со стафилококковой инфекцией, практически с рождения ребенка очень мучило повышенное газообразование. Лечились препаратами «Линекс» и «Плантекс». Состояние улучшалось на некоторое время. Высыпания на коже появились на седьмом месяце жизни малышки при введении прикормов. Точно определить, на какие виды продуктов зуд усиливается и появляются новые высыпания, маме не удалось.

Аллергологом был поставлен диагноз: атопический дерматит и назначены антигистаминные препараты и «Бифиформ». Высыпания на коже сохранялись. Зуд исчезал на время приема антигистаминных препаратов.

Рекомендации: Хлорофилл - 1,5 чайн. ложка на 100 мл воды - выпаивали ребенку в течение дня.

AG - X ( фитокомплекс, содержащий папаин - фермент, улучшающий работу поджелудочной железы) - по % капе. 2 раза в день.

«Бифидозаврики» - по 1 таб. в день.

Результат: через 7 дней исчез кожный зуд, а на 12й день полностью очистилась кожа ребенка. Сейчас малышке 2 года и 3 месяца - здорова. Постоянно пьют Жидкий Хлорофилл, периодически «Витазаврики» и «Бифидозаврики».

#### *Мальчик Арсений, возраст 12 лет.*

Диагноз: Инфекционно зависимая бронхиальная астма.

Анамнез: ребенок из категории часто болеющих детей. В 2 года перенес сильный бронхит, в 5 лет 2 раза болел ангиной. Во всех случаях лечились антибиотиками. Впоследствии ребенок начал часто болеть ОРВИ, которые осложнялись затяжным кашлем. В 10 лет на фоне вирусной инфекции дебютировал астматический приступ. В дальнейшем любая простуда вызывала астматический приступ.

Ребенок был обследован в стационаре, поставлен вышеуказанный диагноз и назначено лечение антигистаминными препаратами, эуфиллином. Со слов мамы, иногда на коже сына появлялись высыпания, чаще на разгибательной поверхности рук, но через некоторое время они самостоятельно исчезали.

Рекомендации: была проведена противопаразитарная программа по схеме в сочетании с Жидким Хлорофиллом и препаратом Бердок. Строго соблюдалась рекомендованная диета и был расширен питьевой режим до 1.5 л. чистой воды в день, из них 500мл. воды употреблялось с Хлорофиллом.

Далее ребенок принимал «Бифидозаврики», Красный клевер, в течение 2х месяцев Молочный чертополох, постоянно Жидкий Хлорофилл.

Результат: на противопаразитарной программе вышли 6 аскарид. Уже 1.5 года ребенок не болеет, приступов астмы нет.

В сезоны повышенной заболеваемости вирусными инфекциями в течение месяца с профилактической целью принимают По д'Арко, осенью проводят профилактический курс противопаразитарными сборами компании NSP.

#### *Девушка Лия, возраст 20 лет*

Диагноз: Холодовая аллергия.

Анамнез: Заболела осенью 2006г., когда при понижении температуры воздуха до -7 градусов Цельсия начался отек и покраснение лица. Прием супрастина помог, но, со слов девушки, очень медленно. Впоследствии при каждой прогулке по улице и температуре воздуха - 5 градусов через 20- 30 минут отекало и краснело лицо и руки (открытые части тела). Эти явления проходили в течение 2-3 часов при нахождении в теплом помещении. При уточнении анамнеза выяснилось: девушку с детского возраста беспокоят запоры. Самостоятельный стул может быть через 4 дня. Кроме того, основной едой для Лии являются булочки, тортики, пирожные. Очень любит Кока-колу и слабоалкогольные газированные напитки.

Чистую воду девушка не пьет вообще. В детстве перенесла 2 наркоза по поводу перелома ноги, простудными заболеваниями болела редко.

Рекомендации: программа очищения организма по вышеуказанной схеме с усиленной дозировкой препарата Каскара и применением Пищеварительных ферментов между едой.

Необходимым условием лечения была нормализация рациона питания и расширение водного режима до 1,5 литров чистой негазированной воды в день.

Результат: через 4 дня появились высыпания на ладонях, симметричные и без зуда, еще через 3 дня появились обильные прозрачные выделения из носа. Две недели спустя время исчезновения отека при воздействии теплых температур сократилось в 2 раза. Через 1,5 месяца все симптомы холодовой аллергии, высыпания на ладонях и выделения из носа прошли.

Девушка спокойно пережила осень и зиму.

*И еще один результат моей коллеги - Ольги Андреевны*

Анамнез: в течение 5 лет страдала аллергией в виде аллергического ринита, конъюнктивита. Приступы провоцировались приемом различной пищи, контактом с домашней пылью, животными, растениями (цветы, пыльца деревьев), косметикой, средствами бытовой химии и т.д. Качество жизни значительно страдало, так как ощущала постоянную заложенность носа и обильные выделения из него, приступообразное чихание, усталость; не могла ходить в гости, нормально питаться. Периодический прием химических препаратов (антигистаминные, гормональные) не приносил положительного результата.

После начала приема Жидкого хлорофилла и Локлов симптомы аллергии постепенно исчезли. В течение нескольких месяцев проводила полную очистку организма по программе, указанной в книге «Естественное очищение организма» Нижегородцева О.В., а также провела противопаразитарную программу. В течение 1,5-2-х лет продолжает употреблять Хлорофилл и Локло, а также другие натуральные препараты компании NSP.

Результат: полное освобождение от всех проявлений аллергии - исчезла реакция на домашнюю пыль, косметику, пищевые продукты, пыльцу растений. Значительно улучшилось качество жизни.

### ***Заключение***

В этой книге мне очень хотелось донести до читателя главные механизмы формирования в человеческом теле различных хронических заболеваний, в т.ч. аллергии. Понимая их, есть возможность сознательно встать на благодарный путь улучшения своего здоровья, делая каждый шаг грамотным и безопасным.

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

**Все препараты, о которых шла речь, можно приобрести здесь: [www.nspbeltarus.com](http://www.nspbeltarus.com)  
Доставка по России, Беларуси, Украине и в другие страны.**