



Ольга Калашникова
Чистые сосуды по Залманову и еще чище

Издательский текст
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2932765
Чистые сосуды по Залманову и еще чище: Эксмо; М.; 2012
ISBN 978-5-699-53184-4

Аннотация

Залманова называют новым Гиппократом. Его система очистки сосудов ежегодно помогает тысячам пациентов во Франции, Англии, Италии и Швейцарии. Многие считают ее единственно верным путем к здоровью.

Варикоз, давление, отеки, целлюлит – все эти болезни напрямую связаны с нарушениями кровотока.

Вылечить простуду и гинекологические болезни, восстановить обмен веществ и помолодеть, не обращаясь к пластическому хирургу, возможно с помощью методики Залманова. Массаж и фитотерапия, гомеопатия, грязе– и водолечение и другие домашние методики помогут там, где бессильны таблетки, и избавят вас от лишних трат.

Чистые сосуды: здоровье от каждой клеточки – всему организму.

Содержание

От автора	4
Введение	5
Глава 1	7
Капилляры, их роль в циркуляции крови и обмене веществ в организме	8
Последствия нарушения работы микроциркуляторного русла	14
Общие сведения	14
Артериальная гиперемия	15
Венозная гиперемия	16
Ишемия	17
Основные причины болезней капилляров и принципы их лечения	20
Глава 2	25
История изобретения и развития метода	26
Механизм воздействия на организм	34
Желтый раствор и белая эмульсия	37
Показания и противопоказания	44
Сердечно-сосудистые заболевания	45
Конец ознакомительного фрагмента.	46

Ольга Калашникова

Чистые сосуды по Залманову и еще чище

От автора

За долгие годы практической врачебной деятельности я убедилась в том, как разрушительны для организма привычные лекарственные препараты. Последние три года я применяю в своей работе физиотерапевтические методики, и результат впечатляет. Но чтобы достичь успеха, мне пришлось учиться, учиться и еще раз учиться. Для разрешения возникавших вопросов я изучала специализированную медицинскую литературу, регулярно посещала семинары по физиотерапии и вела оживленную переписку с представителями медицины, которые используют щадящее лечение.

Когда с помощью скипидарных ванн и терапии по методике А. С. Залманова мне удалось избавиться от хронического пиелонефрита и камней в почках, я решила написать эту книгу. Возможно, кого-то она подтолкнет принять на себя ответственность за собственное здоровье и избавиться от болезней.

С уважением, Ольга Калашникова

Введение

Врач, узнав, как природа излечивает болезни, только помогает ей.

Профессор А. И. Полунин

Большинство заболевших обращаются к врачу, только когда домашние средства уже не помогают. Представители официальной медицины осуждают такое безответственное поведение: врачам приходится сталкиваться с запущенными формами болезней, а пациентам – переживать из-за неутешительных диагнозов, длительно лечиться и переносить сложные операции.

Но вместо того чтобы порицать несознательных граждан, врачам следовало бы разобратся в причинах такого поведения. А они достаточно серьезны и достойны внимания. Во-первых, людей отталкивает формальное отношение к их здоровью. Официальная медицина применяет подход «лечить не болезнь, а больного» только на словах. Во-вторых, смущает массовое назначение химических препаратов с их ощутимым побочным действием на организм, что при легком недомогании воспринимается как выстрел из пушки по воробьям. И, в-третьих, опыт убеждает в недостаточной эффективности методов современной медицины.

Выход есть – обратиться к целительным силам природы, чем и занимается **натуропатия**. Ее возникновение уходит к истокам лекарской науки. Гиппократ и Авиценна (Абу Али Хусейн ибн Абдаллах ибн Сина) были натуропатами, они практиковали лечение травами, холодными и горячими компрессами, солнечным светом. Официальная медицина признаёт все без исключения описанные в этой книге натуропатические методы, но им отводится второстепенная роль, хотя популярное санаторно-курортное лечение эффективно только благодаря широкому практическому использованию физиотерапии.



Целительные силы природы

Парадоксально, но в отличие от большинства врачей из поликлиник и больниц ученые, открывающие новые горизонты в медицине, лишены пренебрежительного отношения к силам природы. Они внимательно изучают воздействие окружающей среды на организм и называют натуропатическое лечение медициной будущего. Именно таким ученым был А. С. Залманов – знаменитый доктор начала XX века, разработавший новый метод капилляротерапии с помощью скипидарных ванн. Он считал, что врач должен помочь организму самому справиться с болезнью, наладив правильный обмен веществ. Около 150 лет назад подобную точку зрения высказывал и профессор А. И. Полунин, чьи слова взяты в качестве эпиграфа. Роль этого ученого в развитии медицины огромна: он написал несколько выдающихся научных работ и воспитал плеяду великих ученых, в том числе терапевта С. П. Боткина и физиолога И. М. Сеченова. Современные ученые также не отрицают методов натуропатии.

тии; негативное отношение к ним можно встретить лишь у тех представителей официальной медицины, которые привыкли пользоваться стандартными схемами лечения.

В чем преимущества натуропатии? Первое – в целостном подходе к лечению: любые процедуры, направленные на исцеление от конкретного заболевания, улучшают состояние всего организма. Второе – в мягком воздействии: если использовать натуропатические средства без фанатизма, они практически не оказывают вредного побочного влияния. И третье преимущество – в высокой результативности процедур. Часто натуропатия приходит на помощь в случаях, перед которыми официальная медицина бессильна (атеросклероз, гипертония, гипотония, последствия инфаркта миокарда, ишемии). А главное – многие методики можно применять самостоятельно, в домашних условиях.

Факт

В течение нескольких лет ученые московского НИИ натуротерапии изучали образ жизни долгожителей. Выяснилось, что дожить до преклонного возраста, сохранив здоровье, удастся тому, кто редко пользуется медикаментозным лечением, больше полагаясь на старинные целительские методики. Заявленная специалистами Института средняя продолжительность человеческой жизни – 110 лет, а значит, при должной заботе о своем здоровье можно сохранить и преумножить жизненную энергию, и пусть не преодолеть старость, но максимально продлить период полноценной активной жизни.

Пожалуй, единственное исключение, когда рекомендуется немедленно прибегнуть к официальной медицине, – тяжелые, неотложные состояния, требующие экстренной помощи. Природа – искусный целитель, но ей нужно время, чтобы запустить процессы оздоровления организма.

Данная книга знакомит с натуральными методами лечения капилляров. Почему в качестве темы выбраны именно они, а не кажущиеся более важными органы, например мозг или сердце? Потому что капилляры, эти тончайшие кровеносные сосуды, питают каждую клеточку человеческого организма, в них происходит тканевое дыхание, через них организм выводит из клеток токсичные продукты обмена – от их состояния зависит работа всех тканей, органов и систем. Следовательно, желая позаботиться о своем здоровье в целом, необходимо прежде всего заняться лечением капилляров.

Глава 1

ТЕОРИЯ

В медицине до сих пор работа сердечно-сосудистой системы описывается с позиции теории Уильяма Гарвея: кровеносное русло – это замкнутая система трубочек. При этом не принимается во внимание, что великий врач и основатель физиологии Гарвей еще не знал о существовании капилляров. Хотя именно благодаря проницаемым стенкам капилляров большой и малый круги кровообращения сообщаются с внеклеточной жидкостью и представляют вместе с ней единую жидкую среду организма. Новая теория кровообращения, которая учитывает роль капилляров, есть, и мы рассмотрим ее в этой главе.

Капилляры, их роль в циркуляции крови и обмене веществ в организме

Термин «*капилляр*» имеет латинское происхождение и переводится как «волосовидный». Эти мельчайшие (в 15 раз тоньше человеческого волоса) кровеносные сосуды пронизывают весь организм, составляя *микроциркуляторное русло* – важнейшую часть сердечно-сосудистой системы. Капилляры берут начало от *артериол* – мелких артерий. Каждая артериола распадается на один-два десятка капилляров, которые проникают во все ткани и органы, образуя взаимосвязанную систему, непосредственно контактирующую с клеточными стенками.

Капилляр – это трубка диаметром 5–10 мкм и длиной 0,5–1,0 мм из тонких полупроницаемых эндотелиальных клеток, прочно соединенных друг с другом межклеточным «цементом». Для обеспечения эффективного газообмена на всем протяжении капилляров в них отсутствует мышечный слой, а значит, эти сосуды не могут самостоятельно сокращаться. У рыб и лягушек капилляры наделены такой способностью, но в процессе эволюции человека мышечный слой капилляров был утрачен. Каждый капилляр имеет определенное строение: суженный артериальный отдел, расширенный переходный отдел и снова более узкая венозная часть, называемая коленом капилляра. И артериальное, и венозное сужение играют ту же роль, что и клапаны сердца.

Помимо кровеносных капилляров есть еще лимфатические, с более выраженной односторонней проницаемостью, а также синусоиды. *Синусоиды* – своеобразные капилляры селезенки, печени и надпочечников, представляющие собой карман со множеством ответвлений, образованный расширением участка сосуда. Важная их особенность – чрезвычайно замедленный кровоток, так как они выполняют функции емкости для хранения крови.

Обмен веществ на клеточном уровне зависит от работы капилляров, поскольку у организма нет других структур, доставляющих кислород и питательные вещества, а также очищающих его от продуктов распада. Удаление отходов жизнедеятельности клетки происходит через *венулы* – начальную часть венозной системы, образованную слиянием множества капилляров.

Упрощенно механизм работы капилляров можно описать так: их артериальная составляющая выделяет через стенки жидкую часть крови, а венозная – как губка впитывает межклеточную жидкость. Вся сложная система капиллярного русла работает как единый орган, изменяя кровоснабжение тканей в соответствии с их потребностями.



Капиллярная сеть

Вещества перемещаются из крови в межклеточное пространство через истонченные участки оболочки сосудов (эндотелия) либо через находящиеся между ее клетками поры. Эндотелий состоит из клеток, наделенных особыми свойствами:

- они перерабатывают стареющие клетки крови, расщепляют красящие вещества, молекулы холестерина и других жировых веществ;

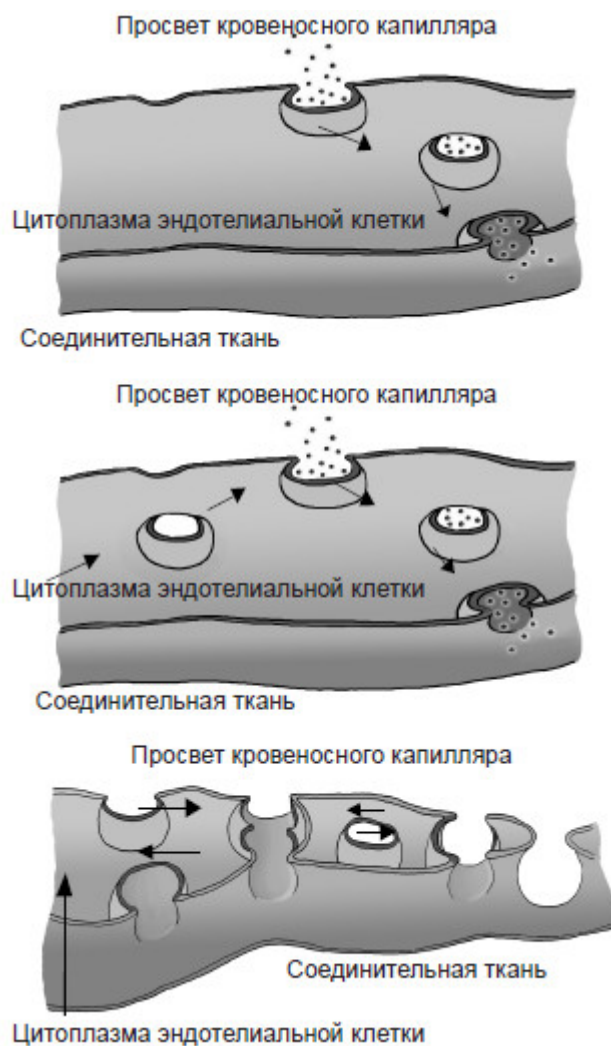
- принимают участие в синтезе белков крови, способствуют восстановлению окружающих тканей;
- служат одним из защитных барьеров на пути инфекций.

Факт

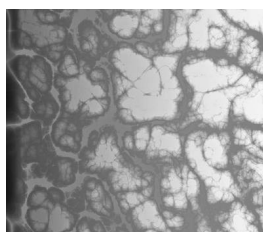
Самое удивительное, что эндотелиальные клетки сохранили функции одноклеточного организма. Они могут отделяться от структур, как небольшая амеба, перемещаться к месту скопления возбудителей инфекции или токсичных веществ и поглощать их. А в случае необходимости свободно движущиеся эндотелиальные клетки активно размножаются.

Эндотелиальные клетки капилляров работают как активные мембраны, через которые молекулы питательных веществ просачиваются под воздействием кровяного давления, когда сосуд сжимается. Продукты обмена из межклеточного пространства всасываются во время расширения капилляра.

В регуляции капиллярной сети многое остается загадкой для современной науки, изучены лишь наиболее явные из задействованных механизмов. В сосудистой стенке артериолы в точке, от которой ответвляются капилляры, расположено сфинктерное кольцо из мышечных клеток. От того, в каком оно положении – сжатом или расслабленном, зависит поступление крови в капилляр. Обычно в открытом (расслабленном) положении находится только небольшая часть сфинктеров; остальные являются резервом, который обеспечивает усиленное кровоснабжение тканей, когда в этом возникает потребность. Но было бы ошибкой считать капиллярную сеть статичной только из-за того, что в самих сосудах нет мышц. Периодически сокращаются гладкомышечные клетки, окружающие артериолы и капилляры. Возникающее при этом ритмичное прерывистое движение крови называется *капиллярным пульсом*. Есть свои периоды систолы и диастолы – сжатия и расширения, – не менее важные для кровообращения, чем сердечные.



Известные науке разновидности транспорта веществ через эндотелиальную оболочку капилляров (сверху вниз): через цитоплазму эндотелия, через истонченные участки эндотелиальных клеток и через просветы в стенке капилляров



Капилляры несут питательные вещества и кислород к каждой клетке организма

Пульсируя, капилляры способны изменять диаметр в 2–3 раза. Через сжатые сосуды проходит только плазма крови, без эритроцитов. Снабжение кислородом тканей возможно, лишь когда капилляр расширен. Но даже в этом состоянии его диаметр недостаточно велик для свободного тока крови. Ее клетки могут продвигаться по капиллярам очень медленно, в прямом смысле этого слова протискиваясь между узкими стенками сосудов. Эритроциты

даже меняют округлую форму на вытянутую. Удлиненная форма эритроцитов и медленное течение крови способствуют увеличению площади контакта с клетками внутренней оболочки сосуда и переходу кислорода и питательных веществ в окружающие ткани.



Диаметр эритроцита может в три раза превышать диаметр капилляра. Чтобы продвинуться по нему, эритроциту приходится менять круглую форму на вытянутую

Способность мелких сосудов менять свой диаметр в широких пределах – основа механизма регулирования кровяного давления. Расширение большей части капилляров приводит к снижению артериального давления, оно зависит именно от сопротивления сосудов току крови. При сужении капилляров уменьшается их просвет, ток крови замедляется и давление в артериолах, а затем и в артериях возрастает. О состоянии капилляров можно судить по давлению крови во время расслабления сердца (диастолы). При этом артериальное давление крови зависит только от сопротивления сосудов и в норме должно составлять 60–80 мм ртутного столба. Если давление слишком низкое, это показатель застоя в периферическом, удаленном от сердца отделе системы кровообращения. Если же давление высокое, значит, капилляры сжаты. При спазме капилляров, чтобы заставить кровь двигаться, сердцу приходится интенсивнее работать, преодолевая сопротивление сузившихся сосудов. Продолжительное высокое кровяное давление может привести к перегрузке сердца и развитию сердечной недостаточности.

Примечание

Часто ритм пульсации капилляров не совпадает с ритмом сердечных сокращений, и давление крови изменяется скачкообразно, например при резком переходе от состояния покоя к интенсивной физической нагрузке и наоборот. Именно поэтому опытные тренеры постепенно наращивают нагрузки и плавно завершают занятия, понимая, что от гармоничной, согласованной работы сердца и кровеносной системы зависит здоровье спортсмена.

Работа сердечно-сосудистой системы состоит из заданного сердцем ритма течения физиологических процессов и обеспечения капиллярами обмена веществ на клеточном уровне. Без последнего жизнедеятельность в живом организме протекать не может.

Капиллярное русло постоянно меняет свои очертания: одни капилляры возникают, другие исчезают. В этом есть глубокий смысл: таким образом организм регулирует питание тканей и органов, не допуская лишнего расхода энергии на содержание не нужных в данный момент сосудов. В отличие от капилляров более крупные сосуды – *артерии* и *вены* – относятся к анатомически неподвижным структурам: в их задачу входит исключительно транспортировка крови, тогда как функциями, регулирующими обмен, наделены именно капилляры.

Внутренняя полость капилляров выстлана *эндотелиальными клетками*, способными изменять свою форму. Именно с этим свойством связано исчезновение капилляров в тех местах, где они больше не нужны. Наполненные кровью капилляры состоят из уплотненных клеток эндотелия. Если же они долгое время бездействуют из-за того, что доступ крови перекрыт прекапиллярным сфинктером, клетки принимают округлую форму с многочисленными

выступами. Постепенно выступы увеличиваются в размерах, смыкаются друг с другом, и на месте капилляра возникает тот или иной тип соединительной ткани.

Парадокс капилляров в том, что, с одной стороны, они очень маленькие (на кусочке живой ткани размером с булавочную головку может разместиться до 700 капилляров), с другой – их очень много, они занимают огромную площадь. По сути, это один из наиболее крупных органов человека.

Факт

По данным датского физиолога Крога, общая площадь поверхности всех раскрытых капилляров в организме человека – 6300 м².

На этом огромном пространстве постоянно идет обмен вещества и энергии. Молекулы питательных веществ непрерывным потоком поступают из крови в межклеточную жидкость, откуда их получают мышечные, нервные и другие клетки организма. Одновременно из клеток удаляются токсичные продукты обмена. Небольшая часть из них попадает в кровеносные капилляры, но большинство «отходов» организма поступает в лимфатическую систему через лимфатические капилляры. Этот вид капилляров содержит тканевую жидкость (*лимфу*), лишенную форменных элементов (*эритроцитов, тромбоцитов*). Лимфатические капилляры начинаются в межтканевом пространстве, затем сливаются в более крупные, создавая сосудистую сеть лимфатической системы. Особенность стенок лимфатических капилляров – в их односторонней проницаемости: вещества проникают только внутрь сосуда, после чего им предстоит пройти очистительные процедуры во множестве лимфатических узлов и лишь после этого попасть в венозную систему.

В организме существуют капилляры со специфическими функциями – это капиллярная сеть альвеол легких, в которых кровь освобождается от углекислого газа и обогащается кислородом, а также капилляры печени и почек, через которые утилизируются основные продукты обмена. Здоровье и правильная работа всех систем органов и тканей живого организма в первую очередь зависят от состояния капилляров.



Слева – лимфатический капилляр в норме, справа – наполненный продуктами распада

Капилляры четко реагируют на изменение физиологического состояния. Например, у спящего человека менее интенсивный кровоток, чем у бодрствующего, за счет того что основная масса крови (50 –) находится в запасящих органах: селезенке, печени, легких, сосудах кожи. На время сна многие капилляры запустевают и временно выключаются из кровообращения. Но стоит появиться физической или эмоциональной нагрузке, как в мельчайших сосудах кровоток усиливается. Капиллярная сеть – один из важнейших инструментов для поддержания равновесия в организме, который позволяет приспосабливаться к изменяющимся потребностям живых тканей.

Примечание

Существуют суточные и сезонные изменения в пульсации капилляров, ставшие основой биоритма организма. Они непосредственно влияют на температуру тела и обмен веществ человека. Утром капилляры еще сжаты и общий обмен веществ гораздо ниже, чем вечером, когда основная часть капилляров расширена. Осенью и зимой нередко спастические

состояния мельчайших сосудов организма (это необходимо учитывать при профилактике сезонных заболеваний).

Таким образом, от состояния капилляров зависят питание всех тканей организма, дыхание и циркуляция внеклеточных жидкостей, то есть жизнь и здоровье человека. Даже сердце и крупные кровеносные сосуды погибнут, если их лишить собственной капиллярной сети. Удивительно, но современная медицина, признавая все эти факты, практически не уделяет внимания оздоровлению капилляров. Лишь офтальмологи¹ и натуропаты понимают всю важность процессов, происходящих на клеточном уровне.

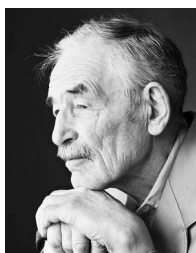
¹ В офтальмологии связь между нарушением работы микроциркуляторного русла и возникновением заболевания очевидна в прямом смысле: она видна в офтальмоскоп.

Последствия нарушения работы микроциркуляторного русла

Любое нарушение работы капилляров приводит к сбою в системе кровообращения и рассогласованию работы всего организма. Прекращение или даже замедление кровотока на любом участке живой ткани приводит к ее разрушению, при этом степень негативных изменений непосредственно зависит от степени повреждения капилляров.

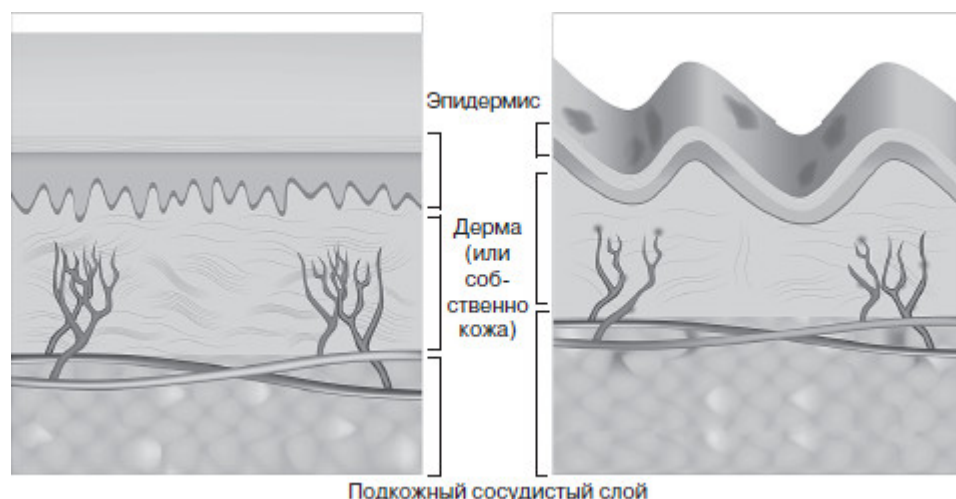
Общие сведения

Патологические состояния мельчайших сосудов выдающийся врач XIX века А. С. Залманов называл *капиллярпатиями*. Именно они, считал исследователь, ответственны за любое нарушение в работе органов тела. Даже старческие изменения начинаются с функциональных и анатомических патологий капилляров. Первый признак старения – понижение уровня обмена веществ в клетках внутреннего слоя капиллярных сосудов и возникающая из-за этого потеря ими способности обеспечивать полноценное питание тканей и своевременно выводить токсины из организма.



Старение начинается с нарушения микроциркуляции крови

Изучение капилляров стареющего тела показало, что клетки эндотелия утрачивают свою форму, хаотически наползают друг на друга, между ними появляются значительные промежутки, из-за которых капилляры становятся более проницаемыми, а жидкая часть крови легко проникает в ткани, вызывая их отек. Одновременно на других участках происходит возрастное уплотнение стенок капилляров, снижающее их эластичность и проницаемость и увеличивающее хрупкость. Из-за этого утрачивается эффективность кровоснабжения, в тканях скапливаются продукты обмена, результатом чего и становятся всевозможные старческие болезни. Замедляется кровоток, сосуды уже не в силах обеспечивать интенсивное кровоснабжение тканей при умственной или физической работе, и это неизбежно приводит к снижению работоспособности.



Слева – кожа молодого человека, справа – кожа, утратившая эластичность из-за запустения капилляров

Стареют капилляры кожи, она теряет свою эластичность, снижаются ее защитные функции, появляются хронические незаживающие язвы и дерматиты. Изучение мельчайших сосудов человека показало, что уже с 40–50 лет начинает сокращаться количество активно функционирующих капилляров в организме. Это приводит к потере содержания жидкости в тканях, отрицательно влияющей на общее состояние здоровья.

Факт

Тело новорожденного состоит из жидкости на 70–80 %, взрослого человека – на 60 %, а в стареющем организме ее содержание около 50 %.

Потеря организмом жидкости приводит к атеросклерозу, артрозу, стенокардии, гипертонии и другим возрастным заболеваниям. Утешает тот факт, что старению организма можно противостоять, и основные методы борьбы с дряхлостью должны быть направлены на оздоровление капилляров и поддержание их функционирования.

Но не только старение сопровождается расстройством правильной работы капилляров, практически все известные болезни имеют в основе нарушение микроциркуляции крови. А значит, и лечение всех без исключения заболеваний будет более эффективным при нормализации работы самых маленьких сосудов организма. Даже инфекционные болезни сопровождаются застойными явлениями в капиллярах пораженного органа, и восстановление капиллярного кровотока способствует естественному очищению организма от патогенной микрофлоры (исключение – острые лихорадочные состояния, при которых замедление кровотока – защитная реакция, останавливающая распространение микроорганизмов).

Наиболее распространенные нарушения местного кровообращения – артериальная и венозная гиперемия и ишемия. Причинами сбоев в работе сети капилляров становятся заболевания отдельных органов или систем организма и нарушение нервной и гормональной регуляции кровотока. Поэтому проблемы капилляров требуют внимательного отношения и подробного изучения механизмов нарушения их работы.

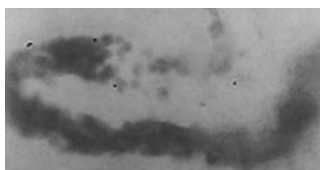
Артериальная гиперемия

Артериальная гиперемия – чрезмерное наполнение кровью ткани или органа, вызванное притоком крови по расширенным артериям и открытым резервным капиллярам. Артериальная гиперемия может быть нормой, если приток крови к органу отвечает его увели-

чившимся потребностям при физических нагрузках или после приема пищи. Нельзя также назвать нарушением рефлекторный прилив крови к коже лица при сильных эмоциях.

При артериальной гиперемии наблюдаются следующие изменения в работе капиллярного русла:

- расширяются артериальные капилляры;
- ускоряется движение крови по капиллярам;
- увеличивается количество протекающей крови;
- возрастает давление крови внутри сосудов;
- вовлекаются в работу резервные капилляры;
- ускоряются образование и ток лимфы;
- уменьшается разница в содержании кислорода в артериях и венах.

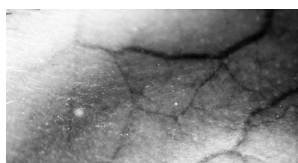


Расширенный капилляр при артериальной гиперемии

Внешне гиперемизированный участок выглядит покрасневшим из-за расширения капилляров, увеличения их количества и повышенного содержания оксигемоглобина в венозной крови. *Оксигемоглобин* – это гемоглобин с кислородом, придающий артериальной крови ярко-красный цвет и совершенно не характерный для венозного кровотока. Слегка повышается местная температура, так как обменные процессы в участке покраснения ускоряются. Ткань в области усиленного притока крови напряженная, поскольку давление на сосуды увеличено. Иногда капилляры разрываются, возникают гематомы (кровоизлияния с образованием наполненной кровью полости) и внутренние кровотечения.

Венозная гиперемия

Венозная гиперемия – повышенное кровенаполнение органа или ткани из-за нарушения оттока крови по венозным капиллярам и венам. Она может быть вызвана нарушением работы сердца или закрытием просвета вен тромбом либо частицей, принесенной с током крови, перекрытием вен рубцовой тканью, опухолью, отеком или жгутом.



Застойное переполнение капилляров кровью

В капиллярном русле происходят следующие изменения:

- расширяются капилляры и венулы (мелкие кровеносные сосуды, обеспечивающие отток обедненной кислородом крови из капилляров в вены);
- капиллярный кровоток замедляется иногда до полной остановки;
- увеличивается давление крови на стенки сосудов;

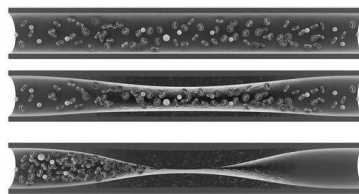
- повышается проницаемость стенок капилляров и пропитывание жидкостью окружающих тканей;
- отечная жидкость сдавливает клетки, вызывая в них нарушение обменных процессов вплоть до отмирания;
- нарушается лимфообращение;
- уменьшается количество кислорода в венозной крови.

Обычно застойные явления в капиллярах связаны со скоплением в их просвете шлаков, препятствующих движению клеток крови. При остановке кровотока гибнут лейкоциты и эритроциты и продукты распада отравляют окружающие ткани. Если вспомнить, что большая часть циркулирующей крови находится в капиллярах, становится понятно, каков может быть масштаб самоотравления организма при нарушении их проходимости.

Примером венозной гиперемии может служить застой кровотока в мельчайших сосудах матки, органов брюшной полости и кожи при эклампсии (судорожной болезни беременных или кормящих). Застой в капиллярах наблюдается и при всех болезнях опорно-двигательного аппарата, не связанных с травмой (мышечной дистрофии, артрите, артрозе). Застоем крови в капиллярах сопровождаются детский церебральный паралич, инсульт сосудов головного мозга и стенокардия. Широко распространенная в наше время варикозная болезнь также начинается с замедления движения крови в венозных участках капилляров.

Ишемия

Ишемия – недостаточное кровоснабжение ткани или органа из-за прекращения притока артериальной крови.



Вверху – здоровый капилляр, в середине и внизу – различные степени ишемии

При ишемии происходят следующие изменения в капиллярном русле:

- сужаются артериальные сосуды;
- замедляется или останавливается движение крови по капиллярам;
- снижается количество рабочих капилляров;
- падает давление крови внутри сосудов;
- в зоне ишемии снижаются обмен веществ и количество кислорода.

Внешне участок подверженного ишемии органа бледнее, местная температура снижена, и объем тканей меньше. В области ишемии возникает боль, обусловленная раздражением рецепторов токсичными продуктами обмена. Течение заболевания зависит от степени развития дополнительных, резервных сосудов. Если резервное кровообращение способно заменить сосуды с нарушенной проходимостью, питание ткани восстанавливается и организм заживляет нанесенные ему повреждения. Если же сеть дополнительных сосудов на этом участке неразвита, последствия ишемии могут быть самыми плачевными, классический пример – *инфаркт миокарда*.

Факт

Головокружение, тошнота, бледность кожи лица часто бывают вызваны резким спазмом капилляров органа равновесия – ушного лабиринта – или мельчайших сосудов головного мозга. Спастическое сужение капилляров желудка или двенадцатиперстной кишки приводит к недостаточному питанию участков слизистой и подслизистой оболочек этих органов, поэтому на них образуются очаги омертвения (некроза). При небольших по размеру и расположенных далеко друг от друга очагах некроза может возникнуть гастрит (воспаление желудка), а при слиянии нескольких небольших некротических очагов есть вероятность образования язвы.

Возникновение геморрагического нефрита также сопровождается спазмом большей части почечных капилляров.

Механизм нарушений, возникающих при спастическом состоянии капилляров, прост: маленький просвет сосуда не позволяет проходить эритроцитам, из-за чего развивается кислородное голодание окружающих клеток. Одновременно продукты обмена, не выведенные с током крови, накапливаются в клетках, вызывая их отравление и гибель.



Бледный участок ткани – с нарушенным кровообращением

Большое внимание ишемическому состоянию капилляров уделяют офтальмологи. Так, современные исследователи Т. О. Елисеева и А. В. Свиринов с Кафедры глазных болезней и из проблемной научно-исследовательской лаборатории «Микрохирургия глаза» Российского государственного медицинского университета в своих работах отмечают, что «риск развития ишемических состояний глаза обусловлен анатомическими особенностями микроциркуляторного русла». Дело в том, что кровоснабжение глазного яблока обеспечивается одной-единственной глазной артерией и ее ветвями, резервные кровеносные сосуды отсутствуют, поэтому последствия прекращения кровотока особенно губительны для органов зрения.

Нарушения работы капилляров приводят к недостаточному кровотоку в сосудах, питающих зрительный нерв или сетчатку глаза, а значит, к ослаблению или полной потере зрения и инвалидности. А ведь именно ишемия (наряду с артериальной, венозной гиперемией и стазом) – наиболее часто встречающаяся форма патологии регионального кровообращения. Чаще всего работа местных капилляров нарушается у людей с общими патологиями тканевого обмена, возникающими при гипертонии, сахарном диабете, атеросклерозе и ишемической болезни сердца.

В результате ишемии на клеточном уровне развивается кислородное голодание (гипоксия), в тканях накапливаются молочная кислота, свободные радикалы, ионы кальция, тромбоксан А (тромбообразующий элемент) и другие отравляющие вещества. Из-за поражения тканей орган не может выполнять свои функции, ограничиваются и остальные его возможности: возобновление клеток, тканевые защитные процессы, спецификация вновь образованных клеток. Все это приводит к уменьшению размеров и снижению функциональной активности тканей. Современная медицинская наука признала причиной глаукомы не повы-

шение внутриглазного давления, а нарушение работы местных капилляров. Замечено, что снижение внутриглазного давления часто не приносит никакого облегчения, а процедуры, направленные на нормализацию местного кровоснабжения, напротив, очень эффективны при лечении глаукомы.

Примечание

Любое нарушение капиллярного кровотока оказывает воздействие на весь организм. Глаукома, как и многие другие заболевания глаз, сопровождается патологическими изменениями не только местных микрососудов, но и сосудов кожи. Особенно сильно страдают капилляры при аллергических заболеваниях. Видимые невооруженным глазом внешние проявления крапивницы вызваны увеличением проницаемости капилляров кожи, в то же время сосуды внутренних органов часто находятся в таком же плачевном состоянии.

Самые опасные нарушения местного кровообращения – те, что приводят к возникновению стаза капилляров. *Стаз* – это полная остановка капиллярного кровотока на определенном участке в результате ишемии или венозной гиперемии. Требуется немедленное возобновление работы капиллярного русла, в противном случае ткани и органы погибают из-за нарастающего кислородного голодания и омертвления клеток.

Основные причины болезней капилляров и принципы их лечения

Болезнь – это драма в двух актах, из которых первый разыгрывается в угрюмой тишине наших тканей, при погашенных огнях. Когда появляется боль или другие неприятные явления, это почти всегда уже второй акт.

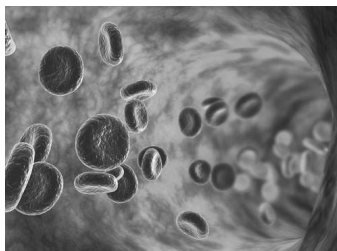
Рене Леруш

Живой организм хрупок и прочен одновременно. В нем есть колоссальные возможности для самовосстановления, но чтобы они проявились, нужен сигнал. Не зная о проблеме, организм не может решить ее. Один из таких сигналов – усталость. Почувствовав ее, нужно задуматься о своем здоровье, устранить разрушительные факторы и дать возможность организму восстановить равновесие. Если игнорировать полученное сообщение или справляться с усталостью с помощью стимуляторов, начинает развиваться болезнь.

Принятое в медицине разделение болезней на общие и локальные достаточно условно, организм – единое целое, поэтому лечить человека нужно комплексно. Основные исцеляющие процедуры должны быть направлены на восстановление работы капилляров. Жизнь организма поддерживается прежде всего движением жидких тканей, то есть крови и лимфы. Нарушение этого движения приводит к расстройству в питании клеток, а долговременный сбой неизбежно заканчивается истощением и гибелью клеточных структур.

Восстанавливая работу капилляров, следует знать *причины* нарушения микроциркуляции:

- недостаточное содержание кислорода в артериальной крови, вызывающее гипоксию тканей;



Движение крови

- снижение функциональных возможностей выделительных органов (почек, печени и кожи) либо закупорка проводящих путей выделительной системы организма (запор, застой желчи или мочекаменная болезнь);
- низкая скорость кровотока или движения межклеточных жидкостей;
- застойные отеки или повышенная проницаемость и потеря эластичности клеток и сосудов;
- накопление в крови и лимфатической жидкости продуктов распада.

Выявление первопричины болезненного состояния кажется сложным, но людям хорошо известно, какие именно привычки и стороны их образа жизни вредят здоровью, поэтому достаточно просто немного прислушаться к себе. Признав ответственность за собственное здоровье, перестав быть пассивным потребителем лекарственных препаратов,

можно начинать путь к выздоровлению, выбрав наиболее комфортные методики восстановления здоровья капилляров.

Капилляры не могут оставаться здоровыми, если нарушены функции снабжения кислородом, за которые отвечает дыхательная система, и функции выделения продуктов обмена веществ, находящиеся под контролем почек, печени и кожи. В каждой клетке организма ежесекундно идет обмен энергией и веществами. Любое заболевание начинается с нарушения функций этого обмена, внешних (дыхание и выделение) или внутренних (на капиллярном уровне). Внешний и внутренний обмен тесно связаны: не поступит кислород в кровь или почки не выведут продукты белкового обмена из крови – и капилляры не смогут выполнять свои питающие и очистительные функции.

Основная проблема ортодоксальной фармакотерапии в том, что при назначении препаратов не учитывается их воздействие на организм в целом и даже не рассматривается действие препарата на уровне обменных процессов. Отсюда – слабая эффективность лекарственных средств и множество побочных эффектов от их использования. Не пытайтесь агитировать за отказ от лекарственных препаратов вообще, хочу рекомендовать их продуманное и ограниченное действительно необходимыми случаями применение. Конечно же, совершенно не оправданы сильнодействующие лекарственные средства для профилактики, «на всякий случай». Исключение можно сделать только для вакцинации, но даже к этой процедуре необходим индивидуальный и разумный подход.

Итак, предвестником болезни называют *усталость*. Что же это такое? Толковый словарь определяет усталость как слабость, утомление организма. Устают все: люди, животные, растения. Усталость – не просто некие неприятные ощущения, это вполне объективная реакция на нагрузку, выражающаяся в замедленном движении лейкоцитов, нарушении ритма мерцания ресничек дыхательных путей, потере сократительной способности мышц, утрате прочности костей и амортизирующих свойств хрящевой ткани.

Усталость может поражать как весь организм в целом, так и некоторые его системы, отдельные органы. Усталость печени сопровождается утратой способности различать белковые вещества, утомление глаз и ушей – ухудшением зрения и слуха, усталость нервной системы – пониженной проводимостью сигнала по нервной ткани, иммунной системы – утратой способности отличать чужеродные вещества от собственных клеток.

Уставший человек не чувствует всех перечисленных изменений, он просто ощущает слабость, разбитость и необходимость отдыха. Многие в подобном состоянии выпивают чашку кофе или энергетический напиток и с новыми силами принимаются за работу, но при таком подходе снижение функциональных способностей тканей и органов прогрессирует, защитные механизмы дают сбой, а энергетические резервы в виде кислорода и запасенного печенью гликогена быстро истощаются. Органы выделения перестают справляться с продуктами обмена, те отравляют организм, оседают в мышцах, вызывая боль, и усиливают ощущение дискомфорта, раздражая нервные окончания.

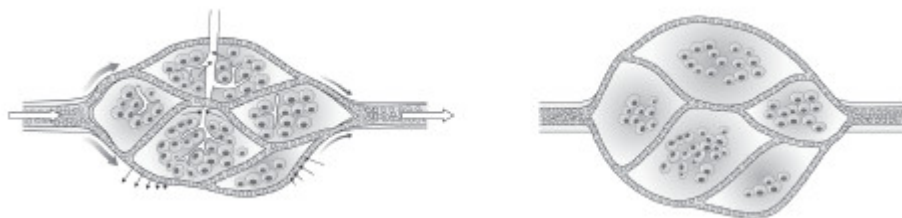
Внимание

Суть усталости – в отравлении организма продуктами обмена веществ, и лучший способ от нее избавиться – не прием искусственных стимуляторов, а восстановление выделительной функции печени и усиление капиллярного обмена.

Усталость бывает разной. А. С. Залманов выделял три вида усталости и акцентировал внимание на том, что они требуют различного подхода к восстановлению организма.

Перенапряжение из-за *чрезмерной физической нагрузки* требует правильного питания, расслабления мышц, а также процедур, способствующих усилению обмена веществ через раскрытие резервных капилляров.

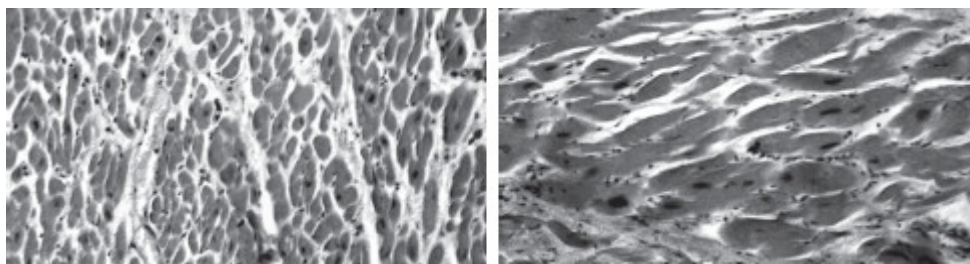
Залманов предостерегал от форсированных тренировок, приводящих к гипертрофии мышц. Чрезмерно накаченные мышцы только выглядят красивыми (с позиции современных эстетических представлений), но увеличение объема ткани не ведет к повышению ее выносливости и работоспособности, скорее наоборот, это тревожный признак, указывающий на недостаточное снабжение работающей ткани кислородом.



Слева – ткань нормального размера, справа – увеличенный орган с ухудшенным кровоснабжением

Любой орган лучше функционирует в пределах своей физиологической нормы, поэтому сухошавые люди с мышцами обычного размера часто превосходят по силе, подвижности и выносливости приверженцев бодибилдинга. Гармоничное физическое развитие выражается в согласованной работе всего организма. Занятия спортом должны строиться таким образом, чтобы организм мог постепенно приспособиться к нагрузкам, только тогда они идут на пользу здоровью. Но нарастающие нагрузки никогда не приводят к гипертрофии органа, следовательно, не способствуют наращиванию неестественной горы мышц.

В подтверждение правоты этого постулата приведу в качестве примера постоянно работающие без увеличения в размерах дыхательные мышцы диафрагмы и сердечную мышцу. Эти органы также можно заставить работать в экстремальном режиме и вызвать их гипертрофическое увеличение, но это не улучшит их работоспособности, а напротив, приведет к скорому износу.



Слева – нормальная сердечная мышца, справа – гипертрофированная

Обратите внимание, как быстро приобретают проблемы со здоровьем многие спортсмены: даже самые лучшие из них вынуждены заканчивать спортивную карьеру в раннем возрасте. Не стоит издеваться над своим организмом, заставляя его работать на износ. Постепенное увеличение физической нагрузки, чередование напряжения мышц с их расслаблением – гарантия здоровья и долголетия.

Эмоциональная усталость связана с перегрузкой нервной системы. Субъективно она переживается более остро, чем усталость физическая. Человек слаб и в то же время беспокоен, взбудоражен, температура тела у него повышена, сердцебиение и дыхание учащенные, мучает бессонница. Нередко это сопровождается болями в животе и функциональными рас-

стройствами желудочно-кишечного тракта, концентрация адреналина в крови повышается. Самое сложное в терапии эмоциональной усталости – убедить человека переключиться с беспокоящих его жизненных ситуаций на заботу о собственном здоровье.



Эмоциональная усталость – не пустяк: с нее начинаются многие болезни

Залманов выделял в отдельный вид *акустическую усталость*, вызванную постоянным нахождением в шумных помещениях, где работает техника или звучит громкая музыка. Шум раздражает нервную систему, провоцируя нарушение кровоснабжения нервных клеток. Лучшим лечением, которое нельзя заменить ничем другим, станет отдых в тишине и покое.

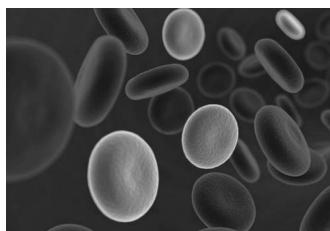
В настоящее время к классификации ученого можно добавить *информационную усталость*. Информация поступает в мозг современного человека постоянно, сразу по многим каналам. Интернет, телевидение, радио, светящиеся рекламные табло – все это создает непрерывный поток информации, переработкой которой мозг занят постоянно. Перенапряжение мыслительной активности вызывает утомление, депрессию и отсутствие желания что-либо делать.

Факт

Усталость – пограничное состояние между здоровьем и болезнью. Часто лечение другого заболевания не приносит результата только потому, что хроническая усталость не позволяет человеку быть здоровым. Можно вылечить антибиотиками инфекционную болезнь, но утомленный организм с нарушенной иммунной системой немедленно заразится снова.

Усталость – объективное состояние, его можно диагностировать даже по лабораторному анализу мочи и крови. Состав крови меняется так: снижается количество эритроцитов, гемоглобин; увеличивается число лимфоцитов, тромбоцитов и фибриногена; ускоряется свертывание. То есть даже небольшая усталость вызывает временное малокровие и некоторое уменьшение количества лейкоцитов. Биохимия крови при усталости показывает снижение концентрации глюкозы. В моче усталого человека обнаруживается белок, свидетельствующий о нарушении фильтрации в почках.

В идеале медицина должна заниматься профилактикой перегрузок, ведущих к тяжелой усталости, и под контролем в первую очередь должны находиться учащиеся школ и вузов: здоровье закладывается с раннего возраста. Но поскольку даже в лечении врачи используют формальный подход и стандартные схемы, не говоря уже о профилактике, следует позаботиться о себе и своих близких самостоятельно.



Эритроциты при анемии (светлые) и в норме



Накопление усталости от чрезмерной нагрузки плохо сказывается на здоровье школьников

Даже не имея возможности снизить нагрузку на работе, можно постараться принять меры против накопления усталости. Залманов предлагает:

- во время работы обеспечивать в помещении *доступ кислорода* (еще эффективнее работать на свежем воздухе, но это не всем доступно);
- создать *оптимальную температуру*, не вызывающую потоотделения;
- *тренировать ум и тело*, постепенно приучаясь к нагрузкам;
- почувствовав усталость, *перейти с белкового питания на фруктово-овощной рацион*, что позволит организму быстрее освободиться от токсичных продуктов белкового обмена и восстановить свои силы;
- свести к минимуму, а по возможности *прекратить применение лекарственных препаратов* в состоянии усталости.

Помните о том, что ничто не заменит полноценного отдыха, к которому никакого отношения не имеет привычное для многих лежание на диване с просмотром телепередач. Полноценный отдых – это сон, тишина и движение, доставляющее удовольствие: прогулки, плавание, танцы. Только дав организму возможность восстановить свои силы, можно заниматься его дальнейшим оздоровлением.

Глава 2

ВОССТАНОВИТЕЛЬНАЯ КАПИЛЛЯРОТЕРАПИЯ С ПОМОЩЬЮ СКИПИДАРНЫХ ВАНН ПО ЗАЛМАНОВУ

В настоящее время лечение капилляров скипидарными ваннами пользуется заслуженной популярностью. Убедиться в эффективности методики может каждый, у кого есть ванна и желание регулярно заниматься своим здоровьем. Конечно, скипидарные ванны – не панацея. Но их общий оздоравливающий эффект достаточно выражен, чтобы уделить пристальное внимание методике, разработанной талантливым врачом в начале XX века.

История изобретения и развития метода

Метод терапии скипидарными ваннами по Залманову приобрел известность сравнительно недавно. Книга Залманова «Тайная мудрость человеческого организма», опубликованная в Париже в 1958 году, открыла миру капилляротерапию и оказала серьезнейшее влияние на медицину. В Советском Союзе этот труд был издан на 5 лет позже небольшим тиражом и вскоре стал библиографической редкостью.



Абрам (Александр) Соломонович Залманов

Залманов искал лечебный метод, благотворно влияющий на весь организм сразу, поскольку не считал целесообразным воздействовать на отдельный орган или ткань. Процедурой, улучшающей состояние всей биологической системы под названием «человек», основой знаменитой капилляротерапии стали именно скипидарные ванны. Механизм их терапевтического действия прост, как все гениальное: скипидар раздражает рецепторы кожи, вызывая рефлекторное раскрытие и кровенаполнение резервных капилляров. Из-за этого увеличивается поступление кислорода, глюкозы и других питательных веществ к клеткам, стимулируется венозный кровоток, ускоряется удаление продуктов распада из межклеточной жидкости, клеток и самой крови.

Факт

Веками мы живем в условиях дефицита тепла, именно поэтому нас привлекает отдых на тропических курортах, а бани, сауны и горячие ванны служат великолепным целительным средством от самых различных недугов. Надо ли говорить, что страдающий от болезней организм более чувствителен к недостатку тепла, чем здоровый.

Лечение теплом использовали с давних времен самые разные народы. Наблюдательные целители прошлого оценили свойства воды, которые позволяют использовать ее в качестве очищающего средства, а также среды, обеспечивающей плотное соприкосновение с кожей и равномерную отдачу тепла. Может быть, именно традиции кратковременных (4–5 мин) горячих ванн Япония обязана рекордно низким процентом больных ревматизмом и сердечно-сосудистыми расстройствами. Насколько распространено принятие ванн в этой стране, можно судить хотя бы по количеству общественных заведений, оказывающих данную услугу населению.

Факт

До землетрясения 1923 года в одном только Токио насчитывалось 800 ваннных заведений. Чтобы оценить масштаб, представьте себе, что в течение дня в Токио ванну могли принять около 400 000 человек. Причем стоимость этого удовольствия не превышала 1 су, то есть ванны были доступны всем без исключения слоям населения.



Знаменитая японская ванна – офуро

Учеными было доказано, что тепло – это энергия, роль которой в организме аналогична питанию. Энергетический баланс организма в равной степени зависит от двух этих составляющих, причем один вид энергии может компенсировать недостаток другого: дефицит тепла требует увеличения количества питательных веществ, часть которых тратится на обогрев организма. Справедливо и обратное: внешнее тепло приводит к более эффективному усвоению и использованию питательных веществ, что дает возможность уменьшить их расход. Кроме того, достаточное количество тепла позволяет организму не откладывать запас питательных веществ в жировой ткани для защиты от холода.

Внешнее тепло служит дополнительным источником энергии, помогая ослабленному организму бороться с вирусами и бактериями. Более того, сами бактерии при высокой температуре становятся менее опасными. Гениальный ученый Луи Пастер открыл, что в условиях высокой температуры (42,5 °С) штаммы сибиреязвенных бацилл теряют свою заразность. Это свойство использовалось для изготовления вакцины против сибирской язвы, но в дальнейшем метод гипертермии так и не был изучен.

Естественно, каждый человеческий организм уникален, и тепловой оптимум у каждого свой. Есть более и менее холодостойкие люди. Но возникающая потребность в тепле должна обязательно удовлетворяться в полном объеме и не считаться проявлением изнеженности. Никто же не спорит о необходимости полноценно питаться, так почему обеспечение организма тепловой энергией выше минимума часто считается необязательным?

Потребность в тепле вовсе не говорит о том, что нужно кутаться и избегать любого холода. Для развития адаптационных возможностей организма, а значит для здоровья в целом, чередование холода и тепла гораздо полезнее постоянной температуры. Поэтому здоровому человеку в летнюю жару полезны холодные обтирания, а зимой – горячие ванны.



Повышение температуры – защитная реакция организма на проникновение инфекции

У организма есть собственные защитные реакции на поступление инфекционных агентов или чужеродного белка, связанные с повышением температуры. Лихорадка мобилизует лейкоциты на борьбу с враждебными микроорганизмами, а также ускоряет обмен веществ, необходимый для быстрой нейтрализации токсических элементов. Процессы, происходящие в организме при лихорадке и приеме горячей ванны, во многом схожи, но есть серьезные различия. Прежде всего, тепло от ванн стерильно, в организме нет инфекции, а значит, все мобилизованные силы тратятся не на борьбу с микробами-захватчиками, а на строительство новых клеток, восстановление повреждений и обновление тканей и органов. Повышение температуры при инфекционных болезнях увеличивает количество лейкоцитов, повышает

кислотность, сопровождается усиленным распадом белка. Общее самочувствие ухудшается. При гипертермических ваннах синтез белка преобладает над его распадом, кислотно-щелочное равновесие и биохимические показатели крови остаются в норме, а человек чувствует себя лучше.

Конечно, применять горячие ванны при повышенной температуре не стоит: можно нарушить терморегуляцию организма и получить неконтролируемый подъем или падение температуры тела. А вот продолжительное хроническое заболевание, когда защитные силы организма истощены и, несмотря на наличие инфекции, температура не повышается или повышается незначительно, – прямое показание к применению горячих ванн. Назначенные по определенной схеме ванны могут пробудить защитные силы организма и помочь выздоровлению.



Горячие ванны – самое доступное средство для улучшения самочувствия

Современная практика показывает большую эффективность метода при использовании скипидарных ванн по Залманову. Деформирующие артриты и застарелые анкилозы, перед которыми оказались бессильны простые горячие ванны, вполне поддаются лечению ваннами скипидарными. Зафиксированы случаи излечения анкилоза руки тридцатилетней давности и анкилоза ноги, продолжавшегося 6 лет.

Из клинической практики

Возможность ходить вернулась ко мне только благодаря скипидарным ваннам. Принимала желтые и смешанные ванны курсами в течение полугода, и артроз коленных и тазобедренных суставов отступил! У меня нормализовалось давление. Долгое время жила с повышенным (до 300 мм ртутного столба), а сейчас понимаю, как прекрасно чувствовать себя здоровым человеком! В полной мере подвижность ко мне еще не вернулась, но есть уверенность в правильности выбранного лечения.

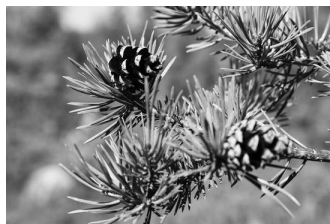
Ольга Т., 43 года, Екатеринбург

Что же такое скипидар? Есть люди, предвзято относящиеся к нему, в их восприятии это едкая жидкость, используемая в лакокрасочном производстве, не имеющая никаких перспектив в области медицины. И даже объяснение, что медицинский скипидар изготавливается по другой технологии и кардинально отличается от технического, не избавляет от такого отношения. Поэтому в медицине чаще используют более привлекательно звучащие названия: терпентинное масло, или живица.

Факт

Скипидар – это жидкий продукт перегонки смолы хвойных пород деревьев, смесь органических веществ, в основном терпенов. Скипидар обладает местнораздражающим, обезболивающим и антимикробным действием, входит в состав многих аптечных мазей и широко используется

в официальной медицине и ветеринарии как средство для ингаляций при болезнях дыхательных путей.



Сосна – источник живичного скипидара

Целительные качества скипидара известны издавна. Еще в Древнем Египте для лечения ран и остановки кровотечения применяли компрессы и припарки из сушеной сосновой или пихтовой хвои. Для этих же целей использовалось и терпентинное масло, которое тогда уже умели изготавливать. Во время эпидемии чумы в XVI веке единственным эффективным средством профилактики заражения смертельной болезнью были бактерицидные пары скипидара.

Примечание

В русской традиционной медицине скипидар занимал почетное место. В изданном в 1868 году «Народном лечебнике» написано про смолу сосны, способствующую лечению ревматизма, подагры, ран и суставных болей любого происхождения. Всесторонне образованный хирург Пирогов, применяя скипидар, добивался хорошего заживления ран после ампутации конечностей во время русско-турецкой войны 1877 года. Живица действительно помогла спасти многие жизни.

До Залманова скипидар применялся исключительно в виде действующего вещества лечебных мазей, растираний и компрессов. Проблема применения скипидара в водных растворах в том, что это вещество с водой не смешивается, образуя на ее поверхности тонкую пленку. Если применять чистый скипидар, с ним будет контактировать только небольшой участок кожи, который получит вследствие этого ожог, тогда как на всю остальную поверхность тела человека скипидар никакого эффекта не окажет.

В 1904 году знаменитому русскому врачу, получившему диплом доктора медицины в Германии (1901 год) и Италии (1903 год), удалось создать два способа эмульгирования скипидара, позволяющих веществу смешиваться с водой. После этого стало возможным применение живичного скипидара в водолечении. Залманов разработал два вида препарата скипидара для ванн с противоположным действием на давление крови в сосудах: повышающая артериальное давление белая эмульсия и снижающий давление желтый раствор. Смешивая препараты в одной ванне, можно добиться оптимального воздействия на давление и капилляры для конкретного человека в данный момент при имеющихся заболеваниях.

Залманов глубоко изучил проблемы бальнеологии, работая на лучших курортах России, Италии, Германии и Франции. К идее скипидарных ванн пришел в ходе исследования целительного воздействия воды на человеческий организм. Убедившись, что горячие и холодные ванны могут влиять на функциональное состояние капилляров, регулировать водный обмен, восстанавливать энергетическую насыщенность истощенных клеток и тканей, нормализовывать проницаемость сосудов, то есть комплексно восстанавливать здоровье организма, Залманов первым начал использовать соляные и травяные добавки в ванны. Затем стал назначать пациентам не только общие ванны, но также ручные или ножные, а

позже, размышляя над усовершенствованием гипертермических ванн Валинского, решил использовать для процедур знаменитый живичный скипидар.

В 1918 году А. С. Залманов назначили начальником Главного курортного управления и председателем Государственной Комиссии по борьбе с туберкулезом. Ученый распространял методику водолечения и применения скипидарных ванн в санаториях и больницах. До сих пор эта процедура используется в лечебных учреждениях, санаториях и на курортах России и других стран, входивших в состав СССР и сохранивших лучшие традиции советской медицинской школы.

Отличный клиницист, умевший внимательно осмотреть больного и безошибочно поставить диагноз, личный врач Ленина и Крупской, Залманов понимал все несовершенство методов медицины и пытался найти безвредные способы терапии. В поисках новых знаний он с разрешения вождя поехал за границу. После смерти Владимира Ильича Залманову запретили возвращаться в Советский Союз, все его прошения об этом оставались без ответа. Так он и оказался в Европе. Работал в нескольких крупных клиниках, писал книги и отказывался заменять советский паспорт, до самой смерти называя себя гражданином СССР.

В 1920 году датский физиолог Август Круг получил Нобелевскую премию за исследования в физиологии капилляров на микроскопическом уровне. Залманов, следивший за всеми новациями в медицинской науке, понял, что именно в области капиллярного кровотока и обмена веществ на уровне клетки находится ответ на мучивший его вопрос: как помочь организму исцелить себя? Он самым подробным образом проработал множество статей на эту тему, проанализировал работу капилляров (в патологоанатомическом институте, институте физиологии и коллоидной химии), продолжая практиковать в клинике медицинского факультета в Берлине и других лечебных учреждениях. В итоге русский доктор нашел практическое применение гениальному открытию датского физиолога.



Физиолог Август Круг, изучавший капиллярное кровообращение

Во время Второй мировой войны Залманов жил в Париже. Его имя было известно в Германии, по его методике лечилась элита Третьего рейха, поэтому, даже отказавшись возглавить парижский госпиталь и лечить немецких солдат, доктор остался жив. Ему не повредило ни еврейское происхождение, ни советское гражданство, ни то, что он тайно оказывал медицинскую помощь бойцам французского Сопротивления.

Уже после войны Залманов теоретически обосновал капилляротерапию, популяризировал методику среди коллег и готовил учеников-преемников. В 1946 году ученый провел несколько конференций в Швейцарии и Франции. Бурная деятельность дала результат: в 1952 году скипидарные ванны как терапевтический метод получили официальное признание Министерства здравоохранения Франции. Очередь на прием к «целителю капилляров» была расписана на два года вперед.

Успех не вскружил голову доктору и не помешал ему продолжать методично работать над оформлением своей теории. В 1956 году выходит книга «Секреты и мудрость тела», в 1958 году – «Тайная мудрость человеческого организма», в 1960 году – «Чудо жизни». В них ученый раскрывает суть капилляротерапии, делится своими наблюдениями и практическими результатами. Незадолго до смерти Залманов увидел свет его последний труд «Тысячи путей к выздоровлению» (1965 год).

Книга «Тайная мудрость человеческого организма» издавалась с приложением, содержащим исчерпывающую информацию о методике скипидарных ванн. Как только она была опубликована, Залманов выслал один экземпляр в Москву, в Президиум Академии медицинских наук СССР. Ученый с мировым именем просил издать книгу на русском языке и прислать к нему на обучение молодых специалистов, чтобы он совершенно бесплатно мог передать опыт исцеления болезней, считавшихся неизлечимыми. Ответа и на этот раз не последовало.

Книга Залманова все равно появилась в России. Один из врачей ведомственной поликлиники АН СССР раздобыл французский вариант и, прочитав, решил лечить скипидаром одного из своих пациентов. Эффект превзошел все ожидания, тогда врач и сочувствующие ему попытались издать книги Залманова в России.

Добиться этого удалось в 1966 году, когда гениального врача, так рассчитывавшего на признание его методов на родине, уже не было в живых. Залманов умер в возрасте 90 лет, до последнего дня сохранив отличное здоровье, хорошую память и ясность мышления. Ему действительно удалось создать эффективный рецепт долголетия и преодолеть самые неприятные моменты старости.

В книгах Залманова, увидевших свет в Советской России, были сделаны исправления в рецептах эмульгирования скипидара, чтобы читатель не смог приготовить раствор в домашних условиях и заняться самолечением.

В остальном мире скипидарные ванны обрели популярность еще при жизни их создателя. Они и сейчас с успехом используются в санаториях Италии, Швейцарии, Германии и, конечно, Франции. Знали об этом методе и его эффективности и в России. Сначала применять залмановские ванны стали в кремлевских клиниках, а позднее – и в Центральном институте физиотерапии и курортологии.



Юрий Яковлевич Каменев – ученик Залманова

При Брежневe врач-терапевт Ю. Каменев, служивший в Вооруженных силах и поэтому не подчинявшийся Минздраву, проявил смелость, защитив диссертацию по методике Залманова, которого официальная медицина в то время обвиняла в шарлатанстве. Каменев не ограничился одним смелым поступком, внедрив лечение скипидарными ваннами на кафедре терапии усовершенствования врачей петербургской Военно-медицинской Академии имени С. М. Кирова.

Сегодня скипидарные ванны доступны всем социальным слоям населения. Исследования в НИИ курортологии выявили нормализацию состава крови в результате терапии скипидарными ваннами, убедительно доказав их пользу. С тех пор залмановские ванны стали популярны в санаторно-курортном лечении самых разных заболеваний. Их можно делать и в домашних условиях, купив готовую эмульсию или раствор и в точности выполняя все предписания по подготовке и принятию ванны.

Имя Залманова очищено от всех подозрений в шарлатанстве, его терапевтическая методика признана, книги издаются, а в Военно-медицинской Академии открыт его музей, в котором находится архив ученого, переданный его семьей в 1979 году. Родственникам при-

шлось потрудиться, чтобы выполнить последнюю волю доктора и отвезти архив и библиотеку на родину – в течение 7 лет им не давали на это разрешения, пока семья не выслала в Россию подписанное Лениным удостоверение Залманова и пропуск в Кремль на его имя. Но даже сейчас, когда имя ученого широко известно, его архив никем до сих пор не исследован и идеи все еще не заняли положенного места в официальной медицине.

Хотя определенный прогресс все же есть: частные клиники применяют скипидарные ванны наряду с другими натуропатическими методами терапии, появляется литература по лечению капилляров, промышленность выпускает растворы для принятия ванн в домашних условиях, в некоторые из них добавляются экстракты трав и эфирные масла, делающие запах более приятным. Существует множество сайтов, на которых люди делятся опытом принятия скипидарных ванн, есть в Интернете и другие ресурсы, дающие врачебные рекомендации по капилляротерапии и позволяющие заказать растворы.

Во многом своей популярности скипидарные ванны обязаны Юрию Яковлевичу Камневу и его книге «А. С. Залманов. Капилляротерапия и натуротерапия болезней», излагающей всю известную к тому времени информацию о живичных ваннах простым и понятным языком.

А. С. Залманов писал: «Если будет найдено средство для расширения капилляров, когда они сжаты спазмом, средство прекратить парализующую атонию, когда они расширены; если будет найдена возможность улучшить их недостаточную проницаемость или обуздать их буйную проницаемость, тогда будет улучшено питание тканей и клеток, налажено снабжение клеток кислородом, облегчен дренаж тканей, увеличен энергетический баланс пораженных тканей; если улучшить, наладить питание тканей, будут возвращены к жизни клетки, находящиеся в состоянии бионекроза (омертвления), и будет обеспечена элиминация (удаление) клеточных шлаков во избежание медленной, но опасной белковой интоксикации (отравления)».

Поиску этого средства доктор посвятил всю жизнь. Во врачебной практике он использовал все известные на тот момент физиотерапевтические методы, но их эффективность показалась Залманову недостаточной. Потребовались время, активные поиски ответа и знакомство с методикой горячих ванн Валинского, чтобы найти действенное средство от множества болезней – скипидарные ванны.

Основные *преимущества* живичных ванн, выделяющие их среди других физиотерапевтических методов, заключаются в комплексном воздействии на капиллярную сеть и в удобстве их применения. Залмановские ванны – один из немногих методов лечения, не противоречащий физиологии человеческого организма, а, напротив, способствующий проявлению его собственных восстановительных возможностей. Ванны не нарушают внутреннего равновесия организма и биохимического состава его тканей и в то же время благотворно влияют на обмен веществ. Они не вызывают патологических изменений во внутренних органах и не нарушают их функций, чем и отличаются от фармакологического лечения с его побочными эффектами по принципу «одно лечим – другое калечим». Человек, принимающий скипидарные ванны, застрахован от врачебной ошибки, неправильного выбора лекарства и неверной дозировки.

Другое дело – фармакологические средства: они токсичны, при этом побочные эффекты новых лекарств становятся известны не сразу, а через несколько лет повсеместного использования. Так уже случалось раньше: история фармакологии переполнена примерами, как многие популярные препараты впоследствии запрещались из-за их канцерогенного или отравляющего действия. Поэтому лекарственные средства следует принимать очень осторожно: отравленному организму не станет легче от того, что нарушивший его здоровье препарат позднее будет запрещен.



Неоправданное увлечение таблетками опасно

Факт

Среди медицинских препаратов только два преодолели столетний барьер. Это аспирин и залмановские растворы для скипидарных ванн, что очень показательно. Причем у аспирина было выявлено множество побочных эффектов, избежать вредного воздействия которых можно только при осторожном, непродолжительном применении и при контроле анализа крови.

Вообще, если состояние не критическое, лучше прибегать к натуропатическим средствам, оставляя химические и хирургические методы для крайних случаев. Если ванны столь же эффективны, как и лекарства, а вреда от них никакого, стоит ли отравлять свой организм фармакологическими препаратами?

Скипидарные ванны настолько успешно справляются с задачей восстановления работы капиллярного русла, что могут стать основой терапии любой известной болезни. Механизм их воздействия на кровообращение многогранен и достоин подробного рассмотрения.

Механизм воздействия на организм

Скипидарные ванны оказывают оздоравливающее воздействие на весь организм опосредованно, через кожу. *Кожа* – это сложный многофункциональный орган, посредством которого человеческий организм взаимодействует с окружающей средой. В ней много потовых и сальных желез, регулирующих температуру тела и выделение токсинов, недоступных для обезвреживания в почках и печени.

Кожа пронизана сетью кровеносных и лимфатических капилляров, на ее поверхности расположена большая часть осязательных, температурных и болевых рецепторов тела, к каждому из которых подходят нервные окончания. Неслучайно в традиционной медицине Китая считается, что на кожу проецируются активные точки, через которые можно воздействовать на все внутренние органы и системы. Исследования западных ученых подтверждают, что такая связь действительно существует на нервном и обменном уровнях.



Строение кожи

Сложность строения кожи не позволяет считать ее пассивной защитной оболочкой человеческого тела, она наделена множеством других жизненно важных функций.

Терморегуляция. Именно кожа позволяет организму приспосабливаться к различным внешним температурам: за счет сжатия кожных капилляров на холоде уменьшается теплоотдача организма. Напротив, в жару капилляры открываются, активно отдавая тепло, а потовые железы увлажняют кожу, чтобы охладить за счет испарения жидкости с поверхности.

Очищение. Через кожу выделяются продукты обмена веществ и клеточного распада, микробные токсины и ядовитые вещества, образовавшиеся внутри организма, а также большая часть лекарственных средств. Многие вещества выводятся вместе с потом, поэтому усиленное потоотделение позволяет избавиться от токсинов, если с этой функцией не справляются почки. В состав пота входят растворенные соли, различные кислоты и мочевины. Таким образом, потоотделение участвует в поддержании чистоты и кислотно-щелочного равновесия внутренней среды живого организма.

Накопление. Кожа аккумулирует питательные вещества, которые организм использует в случае необходимости. Эта особенность позволяет вводить в нее лекарственные препараты, которые должны поступать в кровь понемногу и продолжительное время. Значительная поверхность кожи делает высокоэффективными все применяемые методики тепловой терапии и водолечения.

Внешняя и внутренняя секреция. Кожа производит 70 ферментов, большинство из которых относятся к группам гидролаз и десмолаз. Ферменты и энзимы разлагают белок до аминокислот, в том числе белок микробных клеток. Многие кожные заболевания непосредственно связаны с нарушением секреторной функции и поддаются лечению ферментами поджелудочной железы. По своему размеру кожа, несомненно, может быть названа самой большой эндокринной железой. И самой неизученной.

Велика роль потовых желез, у одного человека их больше 2 миллионов.

Факт

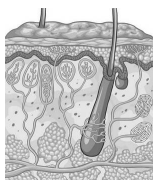
За сутки организм человека выделяет 600–900 мл пота, в жару или при лихорадочном состоянии этот объем может возрасть до 1400 мл.

Потоотделение увеличивается при стрессе, интенсивном кровообращении и почечной недостаточности. При инфекционных заболеваниях ночью выделяется больше пота.

Потовые железы по своему строению напоминают нефроны – действующие единицы почки. Внешнее сходство неслучайно, функции «псевдонефрона» потовой железы соответствующие – отфильтровывать из крови мочевину и хлорид натрия, а также удалять излишки воды.

Кроме пота кожа вырабатывает сало. Количество сальных желез не так велико, как потовых; их задача – защищать кожу от пересыхания.

Защита. Внешний роговой слой эпидермиса служит преградой на пути жидкости и химических веществ, а входящие в состав кожи и пота жирные кислоты защищают организм от проникновения вредоносных микроорганизмов. Поэтому участки, лишенные потовых и сальных желез, больше подвержены инфекции. Самые уязвимые паховые складки и кожа вокруг анального отверстия.



Сальные и потовые железы

Дыхание. Кожное дыхание гораздо важнее, чем это кажется на первый взгляд. Ученые проводили эксперимент: животное помещали в бескислородную атмосферу (углекислый газ), голова при этом оставалась в нормальном воздушном пространстве, то есть легочное дыхание работало в полном объеме. За короткий срок живое существо погибало от удушья при замедленном биении сердца. То же самое происходит, если покрыть кожу непроницаемой для воздуха пленкой.

Осязание. На всей огромной поверхности кожи расположены рецепторы, реагирующие на прикосновение и давление, способные определить температуру, плотность и форму предмета. Кожа тесно связана с нервной системой, неслучайно у них общее происхождение: во время внутриутробного развития они формируются из энтодермального слоя зародыша. Кожа – периферический орган нервной системы, извещающий головной мозг обо всех контактах с внешней средой, в том числе о появлении агрессоров. Связь между кожей и нервной системой очень тесна, неврологические нарушения и расстройства психики всегда отражаются на коже рисунком повышенного кровенаполнения или бледности отдельных ее участков.

Скипидарные ванны оказывают всестороннее воздействие на кожу. Прежде всего это тепловое воздействие: горячая вода расширяет капилляры кожи, в ней увеличивается скорость обмена веществ. Скипидар усиливает этот эффект раздражающим воздействием на нервные окончания.

Раздражение нервных окончаний вызывает выброс в кровь гистамина и других биологически активных веществ. Гистамин расширяет капилляры, из-за чего увеличивается приток крови к коже, улучшается ее питание, раскрываются новые дополнительные капилляры.

Образовавшаяся на коже тонкая пленка растворенного в воде скипидара препятствует выделению углекислого газа. Углекислота скапливается в клетках кожи, посылая сигналы в мозг о нехватке кислорода, тем самым стимулируя работу дыхательного центра.

Рецепторы кожи под воздействием скипидарных ванн отправляют в мозг импульсы, вызывающие реакцию самых различных систем организма. Активизируются функции центральной и вегетативной нервной системы, нормализуется работа эндокринной системы, то есть запускается самовосстановление организма. Постепенно урепляется иммунитет и ускоряются обменные процессы.

Правильный капиллярный кровоток обеспечивает хороший обмен веществ, быстрее доставляет питательные вещества к клеткам и тканям и уносит от них продукты обмена. Это приводит к оптимальному регулированию всех процессов в организме, укреплению иммунитета и самостоятельному восстановлению повреждений.

Желтый раствор и белая эмульсия

Залманов создал два различающихся по компонентам и механизму воздействия на организм состава: желтый раствор и белую эмульсию.

Белой эмульсии присущ сильный раздражающий эффект. Принимая ванну с ней, человек чувствует жжение или пощипывание кожи. Ощущения непосредственно связаны с расширением капилляров кожи и притоком крови. После окончания ванны они сохраняются еще 45 мин. Усиление раздражающего эффекта скипидара в белой эмульсии вызывает входящая в ее состав салициловая кислота. Она оказывает и противомикробное действие – за счет повышения кислотности кожи и увеличения ее защитных свойств, а также восстанавливает кожный эпидермис. Кроме того, салициловая кислота и мыло размягчают верхний слой кожи, благодаря чему еще больше увеличивается проникающая способность скипидара.



Белая эмульсия и желтый раствор

Иначе действуют олеиновая кислота и касторовое масло, входящие в состав желтого раствора. Они смягчают раздражающее действие живицы, таким образом скипидарная ванна легче переносится людьми с чувствительной кожей.

Белая эмульсия не оказывает большого влияния на температуру тела и не вызывает интенсивного потоотделения. Прогревает в прямом смысле этого слова желтый раствор, после ванны с которым теряют более 2 л жидкости, вышедшей с потом. Повышенная температура тела и, соответственно, усиленное потоотделение сохраняются еще в течение получаса.

Если обобщить, у белой эмульсии преобладает раздражающее и рефлекторное действие. Рефлекторно сокращаются и расширяются под воздействием белых ванн гладкие мышцы прекапиллярных сфинктеров и мышцы окружающих капилляры тканей, вызывая ритмичную пульсацию мельчайших сосудов и повышение артериального давления.

Желтый раствор расширяет капилляры, усиливает приток крови к тканям и органам. Это вызывает понижение артериального давления, а также общее и местное повышение температуры. Начинается усиленное потоотделение, во время которого через кожу из организма удаляются соли, мочевины и другие продукты обмена. Под совместным воздействием повышенной температуры и усиленного кровообращения растворяются отложения солей в кровеносных сосудах, суставах и мышцах. Рефлекторно углубляется дыхание – улучшаются функциональная способность легких и снабжение кислородом тканей и органов.

Существует практика приготовления смешанных ванн, где количество белой эмульсии и желтого раствора подбирается исходя из потребностей отдельного человека. Основным показателем, на который ориентируются в составлении пропорции, – артериальное давление.

Правильно выбранное сочетание белой эмульсии и желтого раствора регулирует давление до оптимального уровня лучше, чем фармакологические препараты.

Общий эффект от любой скипидарной ванны (белой, желтой или смешанной) – восстановление и оптимизация работы капиллярного русла. Кроме того, все виды залмановских ванн обезболивают и обеззараживают организм, запуская процесс восстановления повреждений и самостоятельной регуляции обмена веществ.

Каждое состояние или заболевание необходимо серьезно изучать во всей совокупности факторов, чтобы подобрать максимально эффективный состав, продолжительность и количество процедур.

Восстанавливая микроциркуляцию крови в коже, скипидарные ванны регулируют кровоснабжение всего организма. После одной такой процедуры многие почти отмершие клетки возвращаются к жизни, очистившись от продуктов распада и восстановив способность функционировать. Выздоровление протекает быстро, как и все биохимические процессы внутри клеток. Несмотря на маленький размер клетки, производимые ею ферменты действуют настолько интенсивно, что химические реакции происходят за очень малые промежутки времени. В лабораториях на это ушли бы долгие часы. К примеру, глюкоза в мышечной ткани расщепляется за 0,1 с, при этом исходное вещество проходит через 12 различных реакций.

Омоложение тела под воздействием скипидарных ванн начинается с кожи. Она становится более эластичной, приобретает хороший цвет и гладкость – и все из-за усиленного снабжения кровью и повышения местной температуры. Все остальные системы и органы подстраиваются под новые условия, активизируя обмен веществ. Движения человека становятся более энергичными, суставы – более гибкими, а сухожилия – эластичными. Интенсивно работающим тканям организма требуется больше кислорода, для чего увеличивается интенсивность дыхания, в кровь поступает больше кислорода. Улучшается кровообращение мозга, восстанавливаются память и скорость мыслительных процессов, возрождается интерес к жизни, усиливаются эмоциональная восприимчивость и интеллектуальные способности.

Из клинической практики

Принимаю скипидарные ванны целый год, чередуя курсы белых и смешанных. Нравится чувство легкости во всем теле, гладкость и эластичность кожи после применения. Раньше у меня часто бывало ощущение слабости, разбитости и нежелания двигаться. Возможно, из-за пониженного давления. Сейчас давление в норме, а энергии хватит на десятерых.

Анна К., 39 лет, Тула

Во время принятия ванны Залманова рефлекторно углубляется дыхание, увеличивается просвет легочных капилляров и устраняется спастическое сокращение бронхиол и альвеол. Это нормализует обмен газов во всем теле. Мускулатура бронхов и грудной клетки становится крепче и сильнее, бледный оттенок кожи остается в прошлом, лицо приобретает свежий сияющий вид.

Прогревающие (желтые или смешанные) скипидарные ванны помогают при инфекционных заболеваниях. Это утверждение расходится с привычным советом не принимать ванн при простуде или гриппе, но имеет под собой определенную теоретическую базу и подкреплено более чем сорокалетней успешной практикой доктора Залманова.

Из клинической практики

На свой страх и риск попробовал лечить простуду желтыми скипидарными ваннами. Хватило одной-единственной, чтобы мне стало

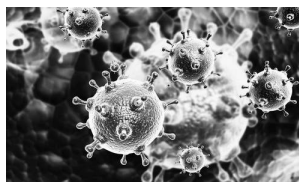
легче! Три ванны – и я полностью здоров, хотя обычно болеваю всерьез и надолго, могу и месяц прокашлять. Теперь принимаю по одной ванне в неделю для профилактики, результат впечатляет.

Михаил, 23 года, Санкт-Петербург

Теоретически показания к применению скипидарных ванн при насморке, конъюнктивите, синусите, простуде, гинекологических заболеваниях и других болезнях инфекционной природы основаны на том, что это не местные поражения отдельных органов. Изменения происходят во всем организме и связаны с накоплением лейкоцитов, убитых ими бактериальных тел и интоксикацией, вызванной их разложением, то есть с образованием гнойного очага. Отравление организма особенно выражено, когда гной не выходит наружу. В результате его распада в организме образуются белковые токсины, а от брожения в мертвых лейкоцитарных и микробных клетках – газы.

Первым применил горячие ванны при инфекционных болезнях профессор Валинский. Залманов усовершенствовал методику и добился излечения гнойных отитов и рожистых воспалений за несколько процедур. Высокая температура крови и внеклеточных жидкостей усиливает капиллярный кровоток, ускоряет разложение токсических белков и их эвакуацию с током крови и лимфы через почки. Залманов считал, что на возникновение и развитие инфекционных болезней влияют не только микробные токсины, но и избыток продуктов белкового распада. Поэтому недостаточно бороться с возбудителем болезни, необходимо помочь организму очиститься от последствий инфекционного воспалительного процесса, для чего как нельзя лучше подходят горячие скипидарные ванны.

Современная наука под инфекционной болезнью понимает не только воздействие патогенного микроорганизма на организм человека. Накоплены факты, убедительно доказывающие, что на возникновение и течение инфекционного заболевания влияет множество факторов. Заражение возникает не потому, что произошел контакт с заразным началом (это случается постоянно), а потому, что организм оказался уязвим перед инфекционными агентами; его защитные силы, которые действуют обычно эффективнее любого антибиотика, по какой-то причине не смогли противостоять вторжению.



Инфекционные агенты повсюду

Внешние факторы, влияющие на уязвимость организма, многочисленны и разнообразны. Например, известно, что во время грозы гибнут некоторые культуры тканей, если немедленно не заменить их питательную среду, так же негативно сказывается возмущение атмосферного электричества на клетках человеческого организма. Эта внезапная гибель групп клеток названа *цитоллизом*. Он возникает под воздействием различных сил (атмосферных, химических, психических) и вызывает отравление организма продуктами белкового распада и интоксикацию нервных центров, что нарушает прохождение нервных сигналов, приводит к застойным явлениям в капиллярном русле и ослабляет защиту организма, позволяя микробам беспрепятственно размножаться. Сезонные ослабления иммунитета (с сентября по декабрь) сопровождаются видимым под микроскопом замедлением кровотока. Это характерно для всех млекопитающих.

Невозможно отменить осень или грозу, повлиять на солнечную активность или атмосферное давление, но можно поддержать здоровье в опасные периоды, нормализуя кровообращение, дыхание и выделительную функцию. Одна из самых простых и эффективных процедур для стимуляции защитных сил – скипидарная ванна с желтым раствором. Справляться с капиллярным стазом можно и другими средствами: успокаивающими и тонизирующими ваннами с экстрактами различных трав, грелками на область печени и горячими грудными обертываниями. Залманов полагал, что антибиотики и жаропонижающие средства нужны только в исключительных случаях, когда организм не в силах самостоятельно справиться с проблемой. В первую очередь стоит использовать натуропатические средства, давая возможность организму отреагировать на вторжение собственными защитными механизмами. Самостоятельно справившись с возбудителем инфекции, организм надолго, иногда на всю жизнь, становится устойчив к его воздействию, а при выздоровлении с помощью химиотерапевтических средств восприимчивость к микробному агенту только увеличивается и человек часто заражается повторно. Кроме того, микроорганизмы успешно противостоят современным лекарственным средствам, вырабатывая к ним устойчивость, поэтому справляться с возбудителями инфекционных заболеваний с помощью антибиотиков с каждым годом становится все сложнее.

Природой в человеке заложены огромные способности к самоочищению. Нормально функционирующий кровоток доставляет все необходимые вещества к месту проникновения инфекции, чтобы клетки крови могли фагоцитировать, связывать и обезвреживать агрессивные микроорганизмы. Лечение инфекционных болезней в первую очередь должно быть направленно на нормализацию капиллярного кровотока, а уже потом на подавление заражающего начала.



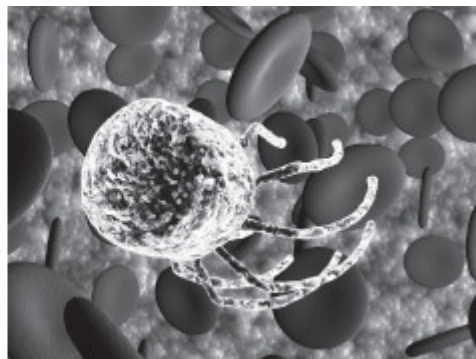
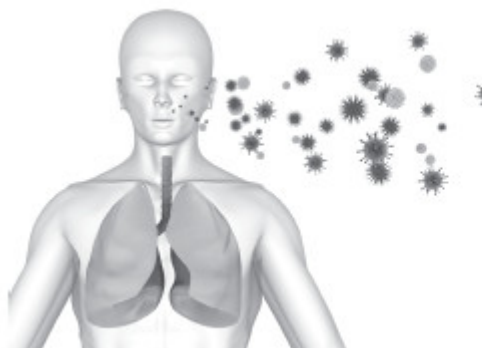
Природа обладает огромными способностями к самоочищению

Факт

Именно от состояния организма, от его иммунного ответа прежде всего зависит выздоровление, полагал Рудольф Вирхов, основатель современной патологической анатомии. В возникновении заболевания внутренние факторы человеческого организма играют основополагающую роль, более того, возбудитель инфекции почти не имеет значения. В зависимости от состояния иммунной системы стрептококк может вызвать панариций на пальце, рожистое воспаление, полиартрит, гнойный перитонит или циркулировать в крови без каких-либо клинических проявлений.

Человеческий организм изо дня в день постоянно контактирует с условно патогенными и патогенными микроорганизмами. Миллиарды микробов населяют нашу кожу, слизистые оболочки, несметное количество видов обитает в пищеварительном тракте, циркулирует в крови, осаждаются во внутренних органах, не причиняя при этом ни малейшего вреда. Любой живой организм инфицирован, свободные от бактерий и вирусов существа

встречаются только в лабораторных условиях и, надо сказать, не отличаются хорошим здоровьем. Но при такой высокой степени зараженности инфекционные болезни сравнительно редки, что говорит как минимум о преувеличении значения микроорганизмов в возникновении инфекции.



Человек каждую минуту сталкивается с возбудителями серьезных заболеваний

Ученые-микробиологи вовсе не стремятся освободить человеческий организм от микробов, напротив, идеальным состоянием здоровья они считают гармонию сосуществования микроорганизмов и человека, наподобие симбиотических отношений растений с клубеньковыми бактериями или лишайниками. Без полезной микрофлоры кишечника питательные вещества усваиваются не полностью. Особенно важны микробы для расщепления клетчатки. Большую пользу приносит и микробный синтез витаминов. Человечеству стоит осторожнее относиться к применению многочисленных антимикробных средств, заполнивших не только аптеки, но и отделы с косметическими товарами.



Лишайник – пример симбиотического существования грибов и микроскопических водорослей

Даже микробы, считающиеся высокоопасными, не всегда вызывают болезнь. В ходе научного исследования было обнаружено, что у 75 % (из 100 обследованных) здоровых людей на коже обитают возбудители газовой гангрены, а у 30 % – столбняка. Нередко в крови клинически здоровых людей обнаруживают инфекционного агента сибирской язвы и злокачественного отека. Разумный человек в своих действиях должен руководствоваться не страхом заражения, а стремлением сохранить здоровье капилляров. В этом помогут скипидарные ванны, принимаемые профилактически.

Залманов добился излечения болезней, неизлечимых с точки зрения официальной медицины. В его клинике вылечивали от рака легких и рака груди, сочетая принятое тогда лечение мышьяком и другими препаратами с прогревающими ваннами с желтым скипидарным раствором и горячими грудными обертываниями.

Из клинической практики

Я не склонен к самолечению, особенно в случае с таким моим страшным диагнозом, как рак легких. Поэтому лечился вполне традиционно

– лучевой терапией, но чтобы усилить воздействие, добавил процедуру гипертермии. И в качестве восстанавливающей физиотерапии мой лечащий врач рекомендовал принимать желтые скипидарные ванны. Благодаря чудесным капиллярным ваннам и квалифицированным врачам я теперь здоров.

Юрий Алексеевич О., 60 лет, Краснодар

Скипидарные ванны не оказывают прямого воздействия на раковые клетки, они усиливают капиллярное кровообращение, пробуждают иммунные силы организма вокруг раковой опухоли и выводят из окружающих тканей продукты распада от разложения опухолевых клеток.

Примечание

Раковая клетка – изгой в организме, она лишена иннервации и не подчиняется командам мозга, на нее можно воздействовать только через поступление биологически активных веществ с током крови. Основные особенности ее обмена веществ – повышенное потребление глюкозы и снижение окислительно-восстановительных возможностей, а также неконтролируемый рост и размножение клеток. Увеличенная проницаемость клеточной оболочки вызывает чрезмерное наполнение клетки жидкостью.

Горячие скипидарные ванны за счет оттока крови высушивают цитоплазму раковых клеток. Если уменьшить в рационе количество углеводов, нарушится питание раковой клетки и желтые ванны будут эффективнее. Но во время химиотерапии или облучения, наоборот, желательно потреблять глюкозу, поскольку избыток этого вещества в раковых клетках делает их более чувствительными к поражающему воздействию.

Долгое время Залманов, достигший успеха в лечении рака легких, не мог ничем помочь людям с онкологией органов брюшной полости. Затем, познакомившись с работами других ученых о значении кислорода в белковом обмене, он понял, в чем проблема. Раковая клетка гибнет от контакта с кислородом, так как у нее понижена способность к окислительным реакциям. В легочных капиллярах кислорода много, и стоит провести процедуры, восстанавливающие циркуляцию крови, как увеличившийся приток кислорода к тканям начинает свою работу.

Плазма крови брюшной полости значительно беднее кислородом. Кроме того, она перенасыщена отходами пищеварения, а перистальтические движения кишечника раздражают и травмируют опухоль, вызывая усиленное деление раковых клеток. Чтобы желтые скипидарные ванны приносили пользу при онкологии брюшной полости, необходимо снизить количество продуктов обмена в крови. Это достигается диетой с медленными углеводами, содержащимися в злаках. Кроме этого, можно пить фруктовые соки, но полностью исключить продукты с большим содержанием клетчатки и максимально сократить в рационе количество белков и жиров.

С уменьшением количества продуктов распада в плазме крови понемногу увеличивается содержание кислорода, необходимого для окисления раковых клеток и поддержания функционирования здоровых тканей организма.

Таким образом, скипидарные ванны при всех заболеваниях восстанавливают целостность органов и тканей организма и улучшают их функциональную активность. Основные задачи бальнеотерапии с применением скипидарных ванн следующие:

- нормализовать циркуляцию крови;
- восстановить ритмичность работы венозных клапанов во всех сосудах системы;
- привести в норму работу сальных и потовых кожных желез;
- восстановить воспринимающие и регулирующие центры головного и спинного мозга;

- увеличить количество рабочих легочных альвеол и снять их спастическое сужение.

Эта терапия не вмешивается в жизненные процессы, в отличие от любого фармакологического лечебного средства, она просто помогает организму вылечить себя самостоятельно.

Показания и противопоказания

Скипидарные ванны – абсолютно физиологичное и практически универсальное терапевтическое средство. Целительное воздействие по методике Залманова распространяется на большинство острых и хронических заболеваний: причина каждой болезни – нарушение работы капиллярного русла, нормализация которого и лежит в основе эффективности скипидарных ванн.

Скипидарные ванны можно принимать всем практически без возрастных ограничений, кроме детей до 4 лет. Помимо вышеперечисленных проблем со здоровьем они лечат такие привычные состояния, как хроническая усталость и снижение работоспособности.

Курс скипидарных ванн неизбежно омолаживает организм, улучшает состояние волос, глаз и кожи. Это профилактика заразных заболеваний.

Прямые противопоказания – немногочисленные патологии и состояния, при которых человеку настолько тяжело, что существует опасение за его жизнь во время процедуры. Это активные формы открытого туберкулеза легких, обострение психозов, алкогольное опьянение и другие состояния между жизнью и смертью. При этом ограничение подвижности и даже полный паралич – не противопоказание, просто таким больным нужна помощь в принятии ванн.

Приверженцы ортодоксальной медицины относят к противопоказаниям для капилляротерапии и другие заболевания, большую часть которых Залманов успешно лечил с помощью этого метода. Иногда скипидарные ванны запрещают онкологическим больным, а также людям с аритмией, стенокардией, повышенным давлением, ишемической болезнью сердца, воспалительными заболеваниями печени и почек, трофическими язвами и гнойничковыми поражениями кожи.

Из клинической практики

Начала принимать скипидарные ванны от безысходности. Очень тяжело жить со стенокардией, аритмией и тахикардией. Особенно плохо, когда давление подскакивает до 200/100, а было повышенным так часто, что я уже радовалась, когда оно «всего» 170/100. Исправно выполняла все назначения врачей, а становилось все хуже и хуже. Решилась на курс скипидарных ванн, когда после потери сознания на улице мне поставили диагноз «ишемия сердца» и «ишемия мозга». Тогда стало ясно, что, если сама не найду средство для выздоровления, никто мне не поможет. Ванны принимала осторожно, сначала желтые, потом смешанные, всего 20 сеансов. Сейчас хорошо себя чувствую, не боюсь ездить к подруге на другой конец города в одиночку. Давление повышается, только если понервничаю или сильно устану, но и то не больше 150/90. Вчера сходила на обследование: анализ мочи и крови в норме, ЭКГ хорошая.

Светлана Павловна Г., 76 лет, Уфа

Если здоровье не вызывает опасения, можно принимать скипидарные ванны на дому. Больные, чье состояние расценивается как тяжелое и средней тяжести, должны проходить лечение под контролем опытного врача-натуропата.

Рассмотрим показания к приему курса скипидарных ванн.

Сердечно-сосудистые заболевания

В наши дни все чаще встречается ишемическая болезнь сердца (ИБС, коронарная болезнь сердца). Она сопровождается приступами сильной боли в груди, особенно частыми при физических и эмоциональных нагрузках. Причина коронарной болезни – недостаточное кровоснабжение самой главной мышцы организма, как правило, связанное с образованием атеросклеротических бляшек на стенках питающих сердце сосудов.

Ишемическая болезнь сердца может выражаться в различных клинических формах: стенокардии, инфаркте миокарда, аритмии, нарушении сердечной проводимости, сердечной недостаточности или внезапной смерти из-за остановки сердца. Именно ишемия – лидер среди заболеваний, приводящих к смерти людей старшего возраста во всем мире.

Основная цель капилляротерапии ИБС – восстановление кровообращения в сердечной мышце. Медикаментозное лечение ишемии сердца часто бывает неэффективным, поскольку лекарственные средства не поступают к тем клеткам, на которые должны воздействовать. Необходимо наладить капиллярный кровоток, чтобы увеличить биологическую доступность препаратов и добиться усиления их действия. Благодаря этому сократятся количество и продолжительность приема лекарственных средств, придет в норму вязкость крови, восстановятся способность сердечной мышцы к сокращению и сердечный ритм.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.