



ЭНЦИКЛОПЕДИЯ



ЖЕНЩИНЫ

секрет счастливой жизни

Уникальная книга для каждой семьи от издательства АНС — создателя самых популярных энциклопедий в России, тираж которых превысил 5 000 000 экземпляров.



Содержание

стр.

К ЧИТАТЕЛЮ	3
ВВЕДЕНИЕ	6
ЧАСТЬ 1. АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ	11
Введение	12
Глава 1.1. Системы органов	13
§ 1.1.1. Опорно-двигательный аппарат	13
Костная система	13
Мышцы	16
§ 1.1.2. Пищеварительная система	18
§ 1.1.3. Сердечно-сосудистая система	23
Кровеносная система	23
Лимфатическая система	27
§ 1.1.4. Дыхательная система	28
§ 1.1.5. Выделительная система	30
Мочевыделительная система	31
§ 1.1.6. Эндокринная система	33
§ 1.1.7. Нервная система	36
Центральная нервная система	36
Периферическая нервная система	38
§ 1.1.8. Половая система	39
Наружные женские половые органы	39
Внутренние женские половые органы	39
Молочные железы	43
§ 1.1.9. Органы чувств	44
Орган зрения	44
Орган слуха и равновесия	46
Орган вкуса	47
Орган обоняния	48
Орган осязания	48
Глава 1.2. Защитные свойства организма	48
§ 1.2.1. Воздействие микробов на организм человека	49
§ 1.2.2. Защита от инфекций	50
§ 1.2.3. Иммуитет	51
Глава 1.3. Баланс в организме — условие здоровья	52
§ 1.3.1. Гомеостаз	53
§ 1.3.2. Физиологические показатели здоровья	54
ЧАСТЬ 2. РАЗВИТИЕ ЖЕНСКОГО ОРГАНИЗМА	57
Введение	58
Глава 2.1. От зачатия до полового созревания	59
§ 2.1.1. Пренатальный период развития	59
§ 2.1.2. Пол ребенка и ошибки при его определении	61
Генетический пол	61
Гонадный пол	61
Гражданский пол	63
Ошибки при определении пола ребенка	63

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
§ 2.1.3. Аномалии строения половых органов	63
Гермафродитизм	63
Сращение малых половых губ	64
Другие аномалии строения половых органов	64
§ 2.1.4. Физическое развитие ребенка	64
Глава 2.2. Превращение в женщину	68
§ 2.2.1. Пубертатный период	68
Гормональная перестройка	69
Изменение внешности	69
Изменения в половых органах	70
§ 2.2.2. Менструальный цикл	71
§ 2.2.3. Патологии строения и развития половых органов	74
Позднее половое созревание	74
Преждевременное половое созревание	75
Синдром Тернера	75
Гипертрофия малых половых губ	76
Заращение девственной плевы	76
Глава 2.3. Расцвет женственности	76
§ 2.3.1. Взрослая женщина	76
§ 2.3.2. Изменения в организме женщины в связи с началом половой жизни и родами	77
Глава 2.4. Климакс	79
§ 2.4.1. Второй переходный возраст	79
§ 2.4.2. Патологии климактерического периода	81
Преждевременная менопауза	81
Функциональные нарушения в период пременопаузы	82
Климактерический синдром	82
Органические изменения и функциональные нарушения в постклимактерический период	83
§ 2.4.3. Как помочь организму	83
Будьте оптимисткой	83
Гормонозаместительная терапия	85
Народная медицина рекомендует	87
ЧАСТЬ 3. АСТРОЛОГИЯ ЖЕНСКОГО ЗДОРОВЬЯ	89
Введение	90
Глава 3.1. Сила и слабости знака Солнца	91
§ 3.1.1. Предрасположенность к заболеваниям	91
§ 3.1.2. Астрологическая связь между различными органами и системами	97
Глава 3.2. Влияние Луны	99
§ 3.2.1. Ваш лунный знак Зодиака	99
§ 3.2.2. Лунная предрасположенность к функциональным нарушениям	101
§ 3.2.3. Черная и Белая Луна	103
Лилит	103
Селена	104
ЧАСТЬ 4. КАК БЫТЬ ЗДОРОВОЙ	105
Введение	106

	стр.
Глава 4.1. Физическая активность — основа здоровья	107
§ 4.1.1. В какой вы физической форме?	107
§ 4.1.2. Заряд бодрости	112
§ 4.1.3. Хорошая осанка	115
§ 4.1.4. Развитие гибкости	118
§ 4.1.5. Очень важная мышца	121
§ 4.1.6. Плюсы и минусы спорта	122
Глава 4.2. Гигиена	127
§ 4.2.1. Чистота — залог здоровья	127
§ 4.2.2. Интимная гигиена	130
§ 4.2.3. Запах женщины	132
Парфюмерия	134
Средства борьбы с запахами	135
Народная медицина рекомендует	136
Глава 4.3. Питание	138
§ 4.3.1. Что такое правильное питание?	138
Система рационального питания	139
Вегетарианство	140
Раздельное питание (система Шелтона)	141
Чудо голодания (система Поля Брэгга)	142
Система Естественного Оздоровления (доктора Шаталовой)	143
Макробиотика (теория Жоржа Осава)	144
Питание по звездам	145
Группа крови и рацион	149
Железы-диктаторы (теория Джея Купера)	151
Питание по православным канонам	152
§ 4.3.2. Диетомания	153
Почему мы полнеем	153
Причины худобы	155
Полная победа над жиром — поражение организма	156
Синдром ложной надежды	157
§ 4.3.3. Не впадайте в крайности	158
Правильно ли питались наши предки?	158
Есть надо с удовольствием	159
Эксперименты на людях	159
Если вы собираетесь стать мамой	160
§ 4.3.4. Авитаминоз	161
Народная медицина рекомендует	163
§ 4.3.5. Пищевые добавки	164
Дополнение к ежедневному рациону	164
Красители, консерванты и другие химические добавки	166
§ 4.3.6. Проблемы пищеварения	168
Изжога	168
Народная медицина рекомендует	169
Отрыжка	169
Народная медицина рекомендует	170
Икота	170

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<i>Народная медицина рекомендует</i>	171
Метеоризм	171
<i>Народная медицина рекомендует</i>	172
Пищевое отравление	173
<i>Народная медицина рекомендует</i>	177
Несварение (диспепсия)	178
<i>Народная медицина рекомендует</i>	178
Тошнота	179
<i>Народная медицина рекомендует</i>	179
§ 4.3.7. Нарушение пищевого поведения	180
Анорексия	180
Булимия	181
Глава 4.4. В гармонии с собой и с миром	182
§ 4.4.1. Труд и отдых	182
Труд создал человека	182
Работать, чтобы жить — или жить, чтобы работать?	183
Выберите свой вид отдыха	185
§ 4.4.2. О пользе оптимизма	185
Негативное и позитивное мышление	187
Как стать оптимисткой	188
Глава 4.5. Как справиться со стрессом	193
§ 4.5.1. Роль стресса в нашей жизни	193
Борьба за выживание и путь к свободе	194
Стрессовый механизм в действии	194
Стресс как способ поддержания равновесия	195
Заложники прогресса	196
Виды стрессов	197
Женщина и стресс	198
Упражнения и приемы, помогающие преодолеть стресс	201
§ 4.5.2. Психологическая подготовка к операции	202
§ 4.5.3. Синдром хронического переутомления	207
Народная медицина рекомендует	209
§ 4.5.4. Краснота и усталость глаз	211
Народная медицина рекомендует	212
§ 4.5.5. Упадок сил	212
Народная медицина рекомендует	214
§ 4.5.6. Синдром дальнего перелета	215
§ 4.5.7. Как победить хандру	216
Народная медицина рекомендует	218
Глава 4.6. Умее ли вы расслабляться	220
§ 4.6.1. Приемы релаксации	220
Медитация	220
Метод доктора Якобсона	221
Принцип Александра	222
Метод физиологической релаксации Митчелла	222
Пассивное нервно-мышечное расслабление	223
§ 4.6.2. Психотренинг	224
Сделайте паузу	224

	стр.
Программируйте себя на удачу	225
Система аутотренинга	226
Глава 4.7. Сон	227
§ 4.7.1. Стадии сна	227
§ 4.7.2. Сколько времени нужно спать?	228
§ 4.7.3. Нарушения сна	229
Причины нарушений сна	229
Как спать, чтобы высыпаться	230
Народная медицина рекомендует	231
§ 4.7.4. Храп	232
§ 4.7.5. Бруксизм	233
§ 4.7.6. Синдром беспокойных ног	234
ЧАСТЬ 5. ЛЮБОВЬ, СЕКС И ЗДОРОВЬЕ	235
Введение	236
Глава 5.1. Влюбленность и несчастная любовь	237
§ 5.1.1. Что такое счастливая любовь	237
Рождение любви	237
Утверждение любви	238
Гармоничная дружба	238
§ 5.1.2. Что такое несчастная любовь	239
Глава 5.2. Секс в жизни женщины	241
§ 5.2.1. Половой акт	242
Фаза возбуждения	242
Фаза плато	243
Фаза оргазма	244
Фаза расслабления	244
§ 5.2.2. Особенности женского оргазма	245
Пик чувственного удовольствия	245
Виды оргазма	245
Мужчины так не могут	246
§ 5.2.3. Секс для здоровья	246
Глава 5.3. Совместимость половых партнеров	247
§ 5.3.1. Психологическая совместимость	248
§ 5.3.2. Астрологическая совместимость	249
Группа Огня	249
Группа Земли	251
Группа Воды	253
Группа Воздуха	254
§ 5.3.3. Физическая совместимость	256
Сексапильность и сексуальность	256
Сексуальный отбор	257
Совпадает ли вы в размерах	259
Аллергия на мужчину	260
Глава 5.4. Два полюса сексуальности	260
§ 5.4.1. Фригидность	260
Истинная фригидность	261
Гипопитуитаризм	261

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
Малая возбудимость	261
Временная фригидность	262
Ложная фригидность	262
§ 5.4.2. Отвращение к половой жизни	262
§ 5.4.3. Нимфомания	263
Истинная нимфомания	264
Псевдонимфомания	264
Демонстративный тип женщины	264
Глава 5.5. Проблемы сексуального удовлетворения	265
§ 5.5.1. Аноргазмия	265
§ 5.5.2. Симуляция оргазма	266
§ 5.5.3. Гипероргазмия	267
Глава 5.6. Психофизиологические проблемы сексуальной жизни	268
§ 5.6.1. Боль при половом сношении	268
§ 5.6.2. Вагинизм	269
Глава 5.7. Психосексуальные нарушения	269
§ 5.7.1. Нетипичное сексуальное поведение	270
Гомосексуализм	270
Бисексуализм	272
Транссексуализм	272
§ 5.7.2. Сексуальные девиации (отклонения)	273
Трансвестизм	273
Садизм	274
Мазохизм	275
Нарциссизм	277
Эксгибиционизм	277
Фетишизм	278
Зоофилия	279
ЧАСТЬ 6. ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ	281
Введение	282
Глава 6.1. Плюсы и минусы контрацепции	283
§ 6.1.1. Физиологические методы контрацепции	283
Календарный метод	284
Метод базальной температуры	284
Метод шеечной (цервикальной) слизи	285
§ 6.1.2. Механические методы	285
Презервативы	286
Диафрагма и шеечный колпачок	286
Прерывание полового акта	286
§ 6.1.3. Химические способы	287
§ 6.1.4. Гормональные контрацептивы	288
Оральные контрацептивы	288
Экстренная контрацепция («на следующее утро»)	290
Инъекционные гормональные препараты длительного действия	290
Подкожные имплантанты	291
§ 6.1.5. Внутриматочные средства (ВМС)	292

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
§ 6.1.6. Стерилизация	294
Перевязка, прижигание	294
Удаление матки	295
§ 6.1.7. Народная медицина рекомендует	295
Глава 6.2. Прерывание беременности (аборт)	295
§ 6.2.1. Методы искусственного аборта	296
Хирургический аборт	296
Медикаментозный аборт	298
§ 6.2.2. Осложнения при абортах	298
Инфекция	299
Остаточная плодная ткань	300
Кровотечение	300
Повреждение кишечника или матки	301
Смертность при абортах	301
§ 6.2.3. Психологические и нравственные аспекты аборта	301
ЧАСТЬ 7. ОПАСНЫЕ СИМПТОМЫ	305
Введение	306
Глава 7.1. Боль	307
§ 7.1.1. Боль в животе	310
«Острый живот»	311
Болевые симптомы при гинекологических заболеваниях	312
Другие вероятные причины боли в животе	313
§ 7.1.2. Боль в груди	316
Боли в грудной клетке и области сердца	318
§ 7.1.3. Боль в пояснице	320
Глава 7.2. Выделения	322
§ 7.2.1. Выделения из половых органов	322
§ 7.2.2. Выделения из груди	323
Глава 7.3. Кожные высыпания	324
Вероятные причины высыпаний	325
Глава 7.4. Потеря сознания	330
Обморок	330
Кома	331
ЧАСТЬ 8. ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ	333
Введение	334
Глава 8.1. Гинекологическое обследование	335
§ 8.1.1. Гинекологический анамнез	335
§ 8.1.2. Гинекологический осмотр	336
§ 8.1.3. Диагностические процедуры	338
Глава 8.2. Нарушения менструального цикла	340
§ 8.2.1. Предменструальный синдром (ПМС)	340
Народная медицина рекомендует	342
§ 8.2.2. Альгоменорея	345
Народная медицина рекомендует	347
§ 8.2.3. Гипоменорея	347
Народная медицина рекомендует	348

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
§ 8.2.4. Гиперменорея и меноррагия	349
Народная медицина рекомендует	349
§ 8.2.5. Полименорея	351
§ 8.2.6. Олигоменорея	352
Народная медицина рекомендует	352
§ 8.2.7. Ановуляторный (однофазный) цикл	353
§ 8.2.8. Аменорея	355
Народная медицина рекомендует	357
§ 8.2.9. Патологические маточные кровотечения	357
Глава 8.3. Инфекционные заболевания женских половых органов	359
§ 8.3.1. Вагинит	359
§ 8.3.2. Вульвит и вульвовагинит	360
Народная медицина рекомендует	362
§ 8.3.3. Бартолинит	364
§ 8.3.4. Сальпингит	364
§ 8.3.5. Оофорит	365
§ 8.3.6. Аднексит	366
§ 8.3.7. Параметрит	366
§ 8.3.8. Эндоцервицит	367
§ 8.3.9. Эндометрит	368
§ 8.3.10. Туберкулез женских половых органов	368
Глава 8.4. Патологии органов малого таза	369
§ 8.4.1. Киста	369
§ 8.4.2. Синдром поликистоза яичников	371
§ 8.4.3. Апоплексия яичника	372
§ 8.4.4. Эндометриоз	372
§ 8.4.5. Эрозия шейки матки	374
§ 8.4.6. Опускание и выпадение матки и влагалища	375
Глава 8.5. Доброкачественные опухоли женских половых органов	376
§ 8.5.1. Миома матки	377
§ 8.5.2. Фибромиома матки	378
§ 8.5.3. Фиброма матки	378
§ 8.5.4. Кистомы яичника	379
§ 8.5.5. Полипы шейки и тела матки	380
§ 8.5.6. Народная медицина рекомендует	381
Глава 8.6. Злокачественные опухоли женских половых органов	383
§ 8.6.1. Рак вульвы	383
§ 8.6.2. Рак влагалища	384
§ 8.6.3. Рак шейки матки	385
§ 8.6.4. Рак матки	387
§ 8.6.5. Рак яичников	388
§ 8.6.6. Рак фаллопиевых труб	390
§ 8.6.7. Народная медицина рекомендует	390
ЧАСТЬ 9. БЕСПЛОДИЕ	393
Введение	394

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
Глава 9.1. Причины бесплодия и способы его лечения	395
§ 9.1.1. Нарушение овуляции	396
§ 9.1.2. Патология маточных труб	398
§ 9.1.3. Патология шейки матки	398
§ 9.1.4. Мужское бесплодие	399
§ 9.1.5. Народные средства от женского бесплодия	400
Глава 9.2. Искусственное оплодотворение	402
Глава 9.3. Религия и проблема бесплодия	403
§ 9.3.1. Плодородие и плодовитость	403
§ 9.3.2. Проблема бесплодия в различных религиозных традициях	404
Древнегреческие культы	404
Иудаизм	405
Христианство	405
ЧАСТЬ 10. БОЛЕЗНИ ГРУДИ	407
Введение	408
Глава 10.1.	409
Самообследование	409
Глава 10.2. Доброкачественные заболевания молочной железы	410
§ 10.2.1. Мастит	410
Народная медицина рекомендует	413
§ 10.2.2. Мастопатия	415
Народная медицина рекомендует	417
§ 10.2.3. Фиброаденома	419
§ 10.2.4. Боль в молочной железе	419
§ 10.2.5. Кисты молочной железы	420
§ 10.2.6. Выделения из соска	420
Глава 10.3. Злокачественные опухоли молочных желез	421
§ 10.3.1. Факторы риска	422
§ 10.3.2. Типы рака молочной железы	423
§ 10.3.3. Народная медицина рекомендует	425
ЧАСТЬ 11. ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ	427
Введение	428
Глава 11.1. Общая характеристика заболеваний мочевого пузыря	429
Глава 11.2. Наиболее распространенные заболевания	432
§ 11.2.1. Цистит	432
Народная медицина рекомендует	434
§ 11.2.2. Пиелонефрит	435
Народная медицина рекомендует	436
§ 11.2.3. Недержание мочи	437
Народная медицина рекомендует	439
ЧАСТЬ 12. ЗАБОЛЕВАНИЯ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ	441
Введение	442
Глава 12.1. Бактериальные инфекции	443
§ 12.1.1. Сифилис	443

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
§ 12.1.2. Гонорея	446
Народная медицина рекомендует	448
§ 12.1.3. Мягкий шанкр	449
Глава 12.2. Вирусные инфекции	449
§ 12.2.1. Цитомегаловирусная инфекция	449
§ 12.2.2. Генитальный герпес	450
§ 12.2.3. Остроконечные кондиломы	453
§ 12.2.4. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД)	454
Глава 12.3. Возбудители – простейшие микроорганизмы и грибки	457
§ 12.3.1. Трихомоноз	457
Народная медицина рекомендует	459
§ 12.3.2. Генитальный кандидоз	459
§ 12.3.3. Уреаплазмоз	461
§ 12.3.4. Микоплазмоз	462
§ 12.3.5. Хламидиоз	464
ЧАСТЬ 13. ПСИХОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА	467
Введение	468
Глава 13.1. Что есть психика?	469
§ 13.1.1. Психическая деятельность	469
Сознание и бессознательное	469
Эмоции	470
§ 13.1.2. Тревожные симптомы	470
Неврозы	471
Расстройства характера и личности	471
Психосоматические расстройства	472
Посттравматические стрессовые расстройства	472
Зависимость от психоактивных веществ	472
Расстройства пищевого поведения	473
Психосексуальные расстройства	473
Суицидальное поведение	473
Психозы	474
§ 13.1.3. Что делать?	474
К какому врачу обращаться?	475
Помощь оказывает Церковь	476
Глава 13.2. Неврозы	476
§ 13.2.1. Общая характеристика неврозов	476
§ 13.2.2. Теории неврозов	477
Теория неврозов Зигмунда Фрейда	478
Объяснение неврозов Эриха Фромма	478
§ 13.2.3. Истерия	479
Синдром Мюнхгаузена	480
Вытеснение из сознания мыслей, воспоминаний, чувств	481
§ 13.2.4. Неврастения	482
§ 13.2.5. Психастения, или невроз навязчивых состояний	483
Тревожный невроз	483
Фобический невроз	483

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
§ 13.2.6. Народная медицина рекомендует	485
Глава 13.3. Психосоматозы	488
§ 13.3.1. Взаимодействие психического и физического	488
§ 13.3.2. Синдром Брике	490
§ 13.3.3. Ипохондрия	491
Глава 13.4. Суицидальное поведение	492
Виды суицидального поведения	494
Автоэвтаназия	494
Глава 13.5. Зависимость от психоактивных веществ	496
§ 13.5.1. Алкоголизм	496
Народная медицина рекомендует	499
§ 13.5.2. Наркомания	504
§ 13.5.3. Табакокурение	506
Действие табака	506
Борьба с курением	507
<i>Народная медицина рекомендует</i>	508
ЧАСТЬ 14. ПРОБЛЕМА НАСИЛИЯ	509
Введение	510
Глава 14.1. Изнасилование	511
§ 14.1.1. Насильники и жертвы	512
§ 14.1.2. Как избежать сексуального насилия	514
§ 14.1.3. Опасные ситуации в «опасном» возрасте	516
Похищение и насилие на улице	516
Подростковое насилие	517
Насилие в общественном транспорте	518
§ 14.1.4. Провоцирование к изнасилованию	519
Глава 14.2. Сексуальное насилие без применения физической силы	520
§ 14.2.1. Сексуальное домогательство	520
Приставание на работе	520
Сексуальные домогательства в учебном заведении	522
§ 14.2.2. Взрослые «игры» с детьми и подростками	522
Секс с несовершеннолетними	522
Развратные действия	523
Методы защиты ребенка от насилия	524
Если это произошло	525
Глава 14.3. Насилие в семье	526
§ 14.3.1. «Бьет — значит, любит»	526
Не выходите замуж за драчунов	527
Терпеть или уйти	528
Если вы стали жертвой домашнего насилия	528
Если вы решили обратиться в суд	529
§ 14.3.2. Насилие — не метод воспитания	531
Физическое насилие	532
Психологическое насилие	532
§ 14.3.3. Инцест	534
Причины инцеста	535
Отношение к инцесту в христианстве	536
Молчание детей	537

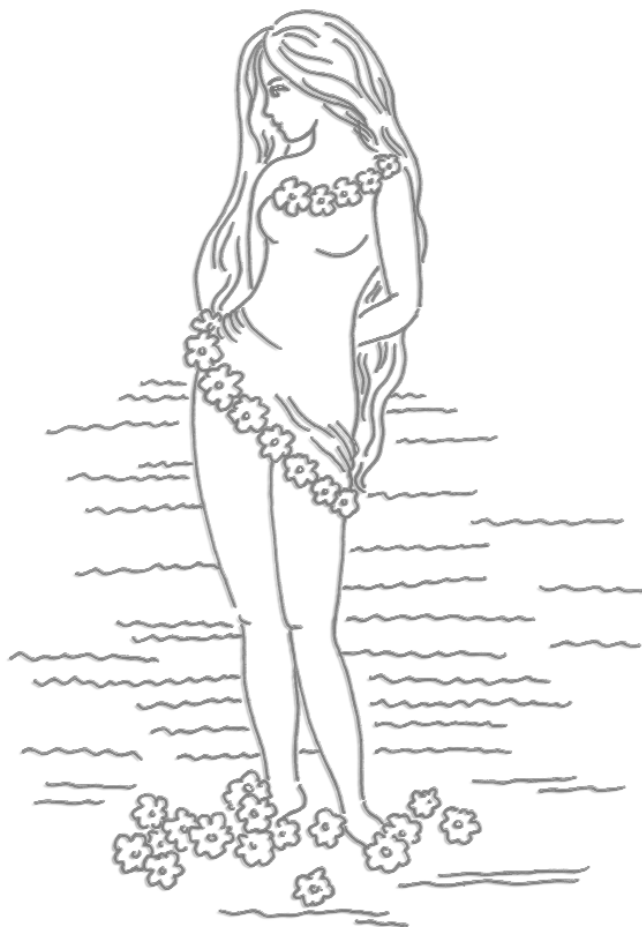
СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
ЧАСТЬ 15. ОСНОВЫ ЖИЗНИ	539
Введение	540
Глава 15.1. Жизнь и ее законы	541
§ 15.1.1. Хранительница здоровья семьи	541
§ 15.1.2. Источники знаний человечества	542
Сокровищница знаний Древнего мира	543
Космические законы Гермеса Трисмегиста	545
Эпоха развития гуманизма и духовного совершенствования обществ	545
Эпоха развития естественнонаучных знаний	546
§ 15.1.3. Некоторые особенности современной медицины	549
§ 15.1.4. Современные методы диагностики заболеваний	552
§ 15.1.5. Что тормозит развитие современной медицины	554
Закон отторжения нового	554
Закон игнорирования фактов	554
Закон искусственного усложнения проблемы	554
Закон лечения (а не излечения) пациента	555
Закон монопольного права врачей на диагностику и лечение	555
§ 15.1.6. Пути выхода из кризиса	555
Глава 15.2. Что такое человек?	557
§ 15.2.1. Что движет человеком	559
§ 15.2.2. Видеть или знать?	560
§ 15.2.3. Особенности восприятия и анализа внешнего мира	561
§ 15.2.4. Три составляющих человека	562
Тело	563
Душа	563
Дух	563
§ 15.2.5. Проявления телесной составляющей человека	564
§ 15.2.6. Проявления душевной составляющей человека	564
§ 15.2.7. Проявления духовной составляющей человека	566
Мышление	566
Сознание	567
Воля	568
Стремление к истине	570
Совесть	570
Развитие Духа	570
Суть Духа	571
§ 15.2.8. Гипотеза о существовании двух миров – материального и духовного	572
Пространство	572
Время	573
Материя, энергия, информация	573
Духовное, или ментальное, поле	574
Глава 15.3. Энергоинформационная модель человека	575
§ 15.3.1. Физическое тело человека	575
§ 15.3.2. Жизнеобразующее (или эфирное) тело	576
§ 15.3.3. Тело ощущений	577
§ 15.3.4. Тело рассудка или характера	578
§ 15.3.5. Тело сознания	579

	стр.
§ 15.3.6. Духовное тело	580
Человек — уникальный представитель двух миров	580
Особенности духовного тела	581
§ 15.3.7. Сущность человека	582
Неповторимое личное «Я»	582
Духовная частица человека — вечное «Высшее Я»	584
§ 15.3.8. Православные иконы и «тонкие тела» человека	585
Икона и картина	585
Фаворский свет	587
Нимб	588
Особенности изображения ликов святых	589
Трехслойные нимбы на православных иконах	590
§ 15.3.9. Аура или совокупность тонких тел	591
Что видят «внутренним зрением»?	592
Многомерная модель человека	593
§ 15.3.10. Энергоинформационная «связь Миров»	595
Глава 15.4. Материальность мысли и здоровье человека	596
§ 15.4.1. Головной мозг — самое сложное и удивительное создание природы	596
Энергетика питания	596
Энергоснабжение головного мозга	597
Закон сохранения энергии и человеческий мозг	597
§ 15.4.2. Гипотеза о материальности мысли	598
Энергия мысли	599
Коэффициент полезного действия головного мозга	600
Мощность головного мозга	600
Сверхъестественные явления приобретают материальную базу	601
§ 15.4.3. Гигиена мыслей и здоровье человека	601
Некоторые положения теории ментального поля	601
Ментальное поле человека	602
Гигиена мыслей	603
Борьба за энергетические ментальные ресурсы	604
Перспективы использования ментальных полей	605
§ 15.4.4. Многомерная медицина	605
Приложение 1. Лечение растениями	608
Приложение 2. Краткие сведения об упоминаемых в книге растениях	614
Приложение 3. Лечение заговорами	628
Приложение 4. Исцеление в православии	629
Приложение 5. Русские православные святые	633
Предметный указатель	638
Библиография	657

ЧАСТЬ

1



АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ

Введение

Человек покоряет просторы Вселенной, постигает тайны Природы, изучает элементарные частицы, но самым непознанным объектом во Вселенной остается он сам.

Из школьного курса биологии мы знаем, что собой представляет наше тело, из каких органов оно состоит. Но теория, не подтвержденная практикой, быстро забывается. Большинство людей знают, с какой стороны находится сердце, примерно представляют, где расположены желудок, кишечник, почки и легкие. Но если вы по профессии не медик, не биолог и у вас ничего не болит, вы вряд ли сможете объяснить, из чего состоят эти органы и как они работают. Если попросить здорового человека показать на себе, где находится аппендикс, он, скорее всего, будет мучительно вспоминать, с какой стороны расположен этот коварный отросток, зато перенесший аппендицит безошибочно покажет на то место, где у него находится шов после операции. Так неужели для того, чтобы изучить свой организм, необходимо перенести множество самых различных заболеваний?

Еще хуже обстоят дела с женскими половыми органами. Удивительно, но в прошлом представительницы прекрасного пола уделяли изучению своего тела, и в частности половых органов, гораздо больше внимания, чем современные женщины. Это было продиктовано тем, что врач не имел права прикасаться к женщине или осматривать ее. Поэтому всю работу по обследованию своего тела женщина брала на себя и сообщала доктору результаты такого самоанализа. В качестве инструментов для подобных обследований использовались тыква с вырезанной серединой и тростник. Наши современницы знают, что собой представляют женские половые органы, наружные и внутренние, но это знание носит чисто теоретический характер. Какая женщина станет рассматривать в зеркале из простого любопытства свои собственные половые органы? Это кажется неудобным, даже неприличным. Вот и получается, что половые органы своего партнера она знает гораздо лучше, чем свои собственные, и иногда узнает об особенностях своих интимных частей тела из уст мужа, любовника или врача-гинеколога или так и остается всю жизнь в неведении.

А ведь организм каждой женщины индивидуален, и у каждой свои физиологические особенности. Может быть, настало время проявить любопытство и познакомиться поближе с собой, своим телом и всем организмом в целом? Исследуйте практически каждую часть, каждый орган своего тела, которые доступны для самостоятельного изучения. Увиденное собственными глазами и ошупанное собственной рукой, запомнится лучше, чем схема или картинка из книги. Смело идите по пути самопознания, а минимальные, но основные знания анатомии и физиологии в данной части Энциклопедии, будут той базовой информацией, на которую вы сможете опереться при дальнейшем чтении книги.

Анатомия (от греч. *anatemno* — рассекаю) — наука о форме, строении и развитии человеческого тела и его органов. Физиология (от греч. *physis* — природа и *logos* — наука, учение) — наука о функциях клеток тела и их структурных элементов, тканей, органов, систем органов и организма в целом. Наиболее просто и четко значение физиологии для человека определил И. П. Павлов: «Человек — сложнейшая и тончайшая система. Но для того, чтобы наслаждаться сокровищами природы, человек должен быть здоровым, сильным, умным. И физиолог обязан научить людей не только тому, как правильно, то есть полезно и приятно работать, отдыхать, питаться и т. д., но и как правильно думать, чувствовать и желать».

Несмотря на то что традиционно принято изучать каждую физиологическую систему организма отдельно, все они тесно взаимосвязаны и зависят друг от друга. Изменить отношение людей к своему здоровью — важная и необходимая задача, особенно для женщин, ведь их организм предназначен для продолжения человеческого рода, рода *homo sapiens*.

Глава 1.1. Системы органов

Орган — часть тела, имеющая определенную форму, строение, занимающая соответствующее место и выполняющая специфическую функцию. Орган является частью целостного организма и поэтому вне организма работать не может. В то же время организм способен обходиться без некоторых органов. Например, удаление конечности, глаза, зубов не вызывает остановки работы других органов. Органы, схожие по своему строению, происхождению, выполняющие единую функцию, объединяются в *систему*. Некоторые органы объединяются по функциональному принципу в *аппараты*, например, опорно-двигательный аппарат. Аппаратами также иногда называют органы, отличающиеся по функциональному признаку, но связанные генетически, например, мочеполовой аппарат.

Система — ряд органов, имеющих общий план строения, единство происхождения и выполняющих одну функцию, например дыхания или пищеварения.

§ 1.1.1. Опорно-двигательный аппарат

Движение — активное перемещение в пространстве, отличается животных и человека от растений. Осуществляется при помощи двигательного аппарата, который состоит из костей, соединений между ними и мышц. Кости и их соединения относят к пассивной части двигательного аппарата и называют *скелетом* (рис. 1.1 а, б), а мышцы — к активной части (рис. 1.2 а, б, в).

Костная система

Биологическое значение костной системы (скелета) связано с участием ее в минеральном обмене. Кости и суставы являются настоящим депо для солей фосфора, кальция, железа и др.

В образовании костей принимают участие все виды тканей. Главное место занимает костная ткань. Хрящевая ткань покрывает суставные поверхности кости, снаружи кость покрыта надкостницей (разновидность плотной соединительной ткани), внутри кости располагается костный мозг (соединительная ткань и кровь). Кроме того, кость содержит жировую ткань, кровеносные и лимфатические сосуды, нервы. Она состоит из воды — 50%, органических белковых веществ — 12,5, неорганических минеральных веществ — 21,8, жировых компонентов — 15,7%. Органические вещества обеспечивают кости упругость и гибкость, неорганические — твердость. С возрастом процент минеральных (неорганических) веществ в кости увеличивается, чем обуславливается повышение хрупкости.

Различают следующие виды соединения костей

Непрерывные соединения (синартрозы) — кости связаны между собой с помощью прокладки между ними из соединительной, хрящевой или

костной ткани (связки позвоночника, межпозвоночные диски, швы черепа и др.).

Прерывные соединения (диартрозы или суставы и сочленения) — кости удерживаются одна около другой с помощью суставной капсулы, связок и мышц, а между сочленяющимися костями находится суставная полость (суставы конечностей, челюстные и др.).

Полусуставы (гемидиартрозы) — переходная форма между непрерывными и прерывными суставными соединениями (хрящевое соединение лобковых костей).

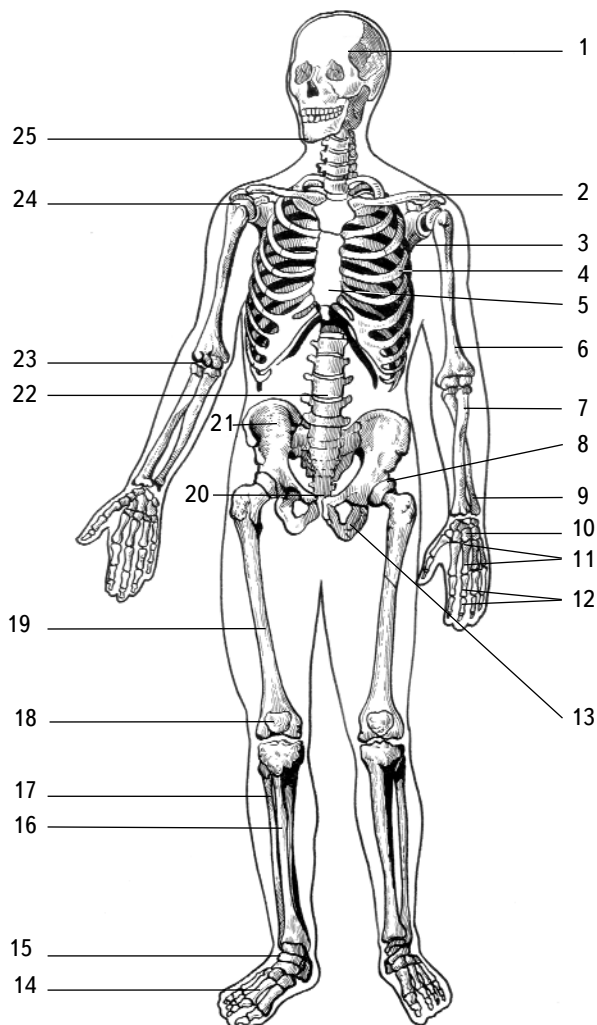
Скелет состоит из четырех отделов: скелета туловища, скелета черепа, скелета верхних и нижних конечностей.

Скелет туловища

Включает в себя позвоночный столб из 33–34-х позвонков и грудную клетку (рис. 1.1 б).

Рис. 1.1 а. Скелет:

- 1 — череп;
- 2 — ключица;
- 3 — лопатка;
- 4 — грудная клетка;
- 5 — грудинка;
- 6 — плечевая кость;
- 7 — лучевая кость;
- 8 — тазобедренный сустав;
- 9 — локтевая кость;
- 10 — кости запястья;
- 11 — пястные кости;
- 12 — фаланги пальцев;
- 13 — седалищная кость;
- 14 — плюсневые кости;
- 15 — кости предплюсны;
- 16 — большеберцовая кость;
- 17 — малоберцовая кость;
- 18 — надколенник;
- 19 — бедренная кость;
- 20 — крестец;
- 21 — таз;
- 22 — позвоночный столб;
- 23 — локтевой сустав;
- 24 — плечевой сустав;
- 25 — нижняя челюсть



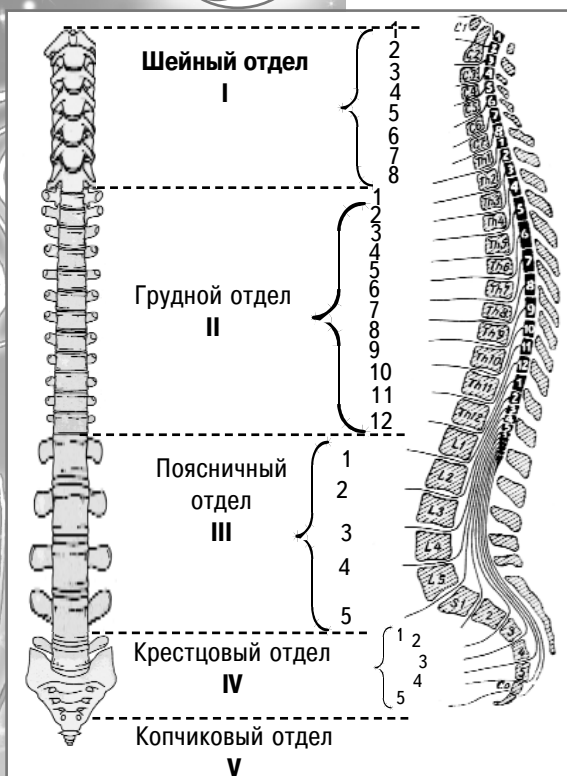


Рис. 1.1 б. Позвоночный столб и спинной мозг

Цифрами белого цвета обозначены сегменты спинного мозга, цифры у рисунка слева обозначают соответствующие нервные корешки, выходящие из спинного мозга:

- I — шейного отдела,
- II — грудного,
- III — поясничного,
- IV — крестцового,
- V — копчикового.

Справа от спинного мозга — остистые отростки, слева — тела позвонков:

- C1—C7 — шейные позвонки;
- Th1—Th12 — грудные;
- L1—L5 — поясничные;
- S1—S5 — крестцовые;
- Co — копчик

Позвоночный столб состоит из следующих частей:

- шейный отдел (7 позвонков);
- грудной (12 позвонков);
- поясничный (5 позвонков);
- крестцовый (5 позвонков);
- копчиковый (4–5 позвонков).

Последние шесть–девять позвонков срастаются, образуя крестец и копчик, остальные соединяются между собой с помощью межпозвоночных хрящей, связок и суставов. Тела позвонков соединены непрерывно посредством межпозвоночных хрящевых дисков. По всей длине позвоночного столба тела позвонков и межпозвоночные диски соединены длинными (передней и задней) продольными связками.

Межпозвоночные суставы малоподвижны, что обеспечивает возможность человека сохранять вертикальное положение тела, не прилагая больших мышечных усилий. Однако поясничная и шейная части позвоночника более подвижны. Гибкость позвоночника можно значительно увеличить с помощью различных упражнений. В позвоночнике возможны сгибание и разгибание, наклоны в стороны и скручивание.

Позвочник человека характеризуется наличием изгибов

Лордоз — изгиб, обращенный выпуклостью вперед.

Кифоз — изгиб, обращенный выпуклостью назад.

Сколиоз — изгиб позвоночника в сторону.

У человека два лордоза — шейный и поясничный, и два кифоза — грудной и крестцовый, имеется небольшой сколиоз из-за большего развития мускулатуры одной половины тела и большей ее массы (у правой справа, у левой — слева).

Грудная клетка состоит из:

- 12 грудных позвонков;
- 12 пар ребер;
- грудины — непарной грудной кости.

У женщин грудная клетка короче и более округлая, чем у мужчин.

Череп

Состоит из 23-х костей. Условно их подразделяют на два отдела: мозговой и лицевой.

Скелет конечностей

Кости черепа соединены между собой синантрозами — черепными швами, которые представляют собой непрерывное и неподвижное соединение. Нижняя челюсть соединена с черепом при помощи двух суставов.

(верхних и нижних) имеет похожий план строения и состоит из поясов, при помощи которых конечности прикрепляются к туловищу, и скелетов свободных конечностей, то есть рук и ног.

Плечевой пояс включает в себя:

- ключицы (левую и правую);
- лопатки (левую и правую);
- соединения костей плечевого пояса (грудинно-ключичный и акромиально-ключичный суставы, клювовидно-ключичная и реберно-ключичные связки).

Тазовый пояс состоит из:

- тазовой кости (левой и правой), образованной подвздошной, лобковой и седалищной костями;
- соединений тазовой кости (крестцово-подвздошный сустав, лобковый полусустав).

Рука (верхняя конечность) состоит из:

- плечевой кости;
- предплечья (локтевая и лучевая кости);
- кисти (запястье — 8 костей, пясть — 5 костей, пальцы — 14 костей);
- соединений костей верхней конечности (плечевой, локтевой, луче-локтевой, лучезапястный, среднезапястный, межзапястные, запястно-пястные, пястно-фаланговые, межфаланговые суставы).

Нога (нижняя конечность) состоит из:

- бедренной кости;
- надколенника;
- костей голени (большой берцовой и малой берцовой костей);
- стопы (7 костей предплюсны, 5 костей плюсны, 14 костей пальцев);
- соединений костей (тазобедренный, коленный, голеностопный, суставы предплюсны, плюснефаланговые и межфаланговые суставы).

Мышцы

Все скелетные мышцы состоят из поперечно-полосатой мышечной ткани. Сокращение мышц происходит по воле человека, поэтому такие мышцы называют произвольной мускулатурой. Сократимая часть мышцы, образованная мышечными волокнами, с обоих концов переходит в сухожилия. С их помощью мышцы прикрепляются к костям. В некоторых случаях сухожилия вплетаются в кожу (например на лице). Мышцы обильно снабжаются кровью, получая с ней питательные вещества (артериальная

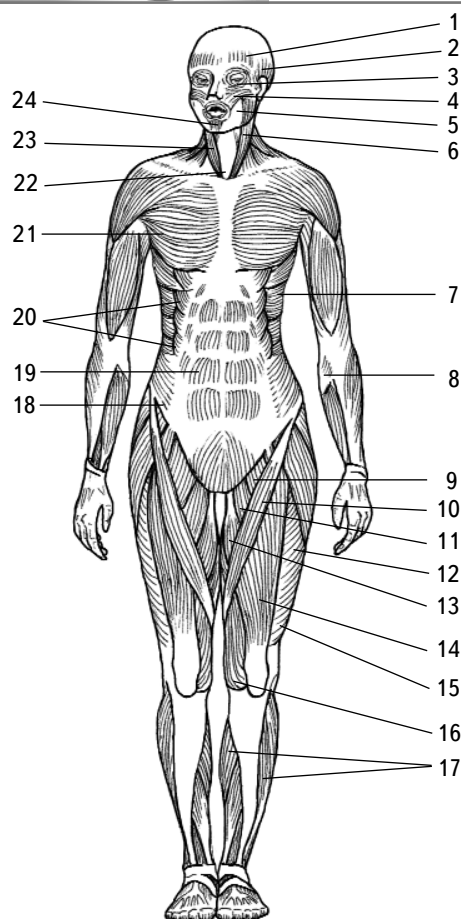


Рис. 1.2 а. Мышцы (вид спереди):

- | | |
|---|---------------------------------------|
| 1 — затылочно-лобная мышца; | 14 — прямая мышца бедра; |
| 2 — височная мышца; | 15 — латеральная широкая мышца бедра; |
| 3 — круговая мышца глаз; | 16 — медиальная широкая мышца бедра; |
| 4 — большая скуловая мышца; | 17 — мышцы движения голени и стопы; |
| 5 — жевательная мышца; | 18 — наружная косая мышца живота; |
| 6 — грудино-ключично-сосцевидная мышца; | 19 — прямая мышца живота; |
| 7 — двуглавая мышца плеча; | 20 — передняя зубчатая мышца; |
| 8 — плечелучевая мышца; | 21 — большая грудная мышца; |
| 9 — подвздошно-поясничная мышца; | 22 — подкожная мышца шеи; |
| 10 — портняжная мышца; | 23 — грудино-подъязычная мышца; |
| 11 — гребенчатая мышца; | 24 — мышца, опускающая нижнюю губу |
| 12 — напрягатель широкой факции; | |
| 13 — длинная приводящая; | |

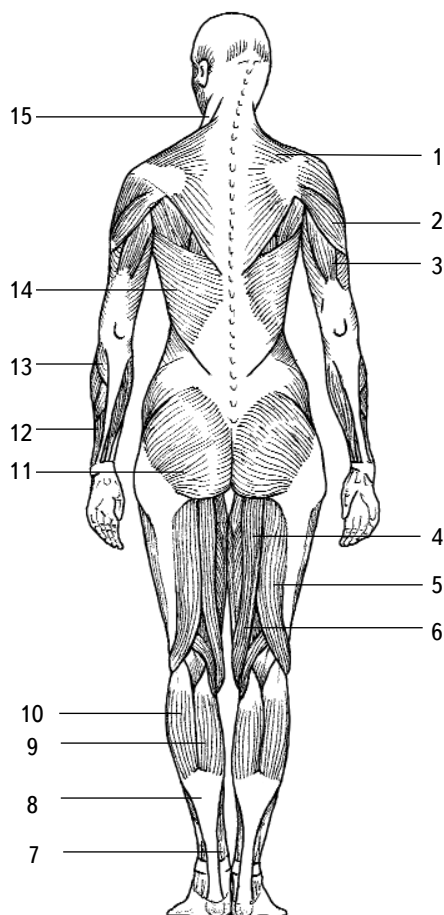


Рис. 1.2 б. Мышцы (вид сзади):

- | | |
|---|---|
| 1 — трапецевидная мышца; | 10 — медиальная головка икроножной мышцы; |
| 2 — дельтовидная мышца; | 11 — большая ягодичная мышца; |
| 3 — трехглавая мышца плеча; | 12 — локтевой разгибатель запястья; |
| 4 — полусухожильная мышца; | 13 — локтевая мышца; |
| 5 — двуглавая мышца бедра; | 14 — широчайшая мышца спины; |
| 6 — полуперепончатая мышца; | 15 — грудино-ключичная сосцевидная мышца |
| 7 — камбаловидная мышца; | |
| 8 — пяточное (ахиллово) сухожилие; | |
| 9 — латеральная головка икроножной мышцы; | |

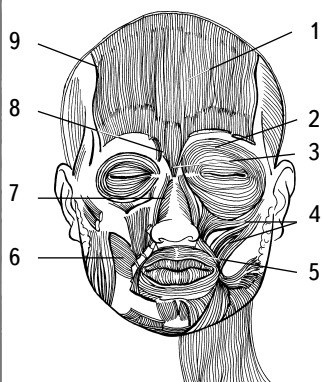


Рис. 1.2 в. Мимические мышцы лица:

- 1 — лобное брюшко затылочно-лобной мышцы;
- 2 — круговая мышца глаза;
- 3 — мышца гордецов;
- 4 — скуловые мышцы;
- 5 — круговая мышца рта;
- 6 — щечная мышца;
- 7 — носовая мышца;
- 8 — мышца, сморщивающая бровь;
- 9 — сухожильный шлем

кровь) и выводя через нее продукты обмена (венозная кровь). Мышцы также имеют хорошо развитые лимфатические сосуды и пронизаны насквозь нервной тканью.

У новорожденных доля мышц в общей массе тела — 20–25%. У взрослого физически активного и здорового человека мышцы составляют не менее 40% массы тела. С возрастом происходит постепенное уменьшение массы мускулатуры до 25–30%.

Всего тело человека содержит около 600 мышц. Различают *длинные* (располагаются главным образом на конечностях), *широкие* (находятся в области туловища: на груди, животе, спине) и *короткие* мышцы (особенно много их среди глубоких мышц спины). В зависимости от движений, которые выполняются при помощи данной мышцы, различают *мышцы-сгибатели*, *мышцы-разгибатели*, *мышцы-вращатели*, *отводящие* и *приводящие* мышцы.

Мышцы, участвующие в выполнении одного и того же движения, называются *синергистами*, противоположные по действию мышцы называются *антагонистами*.

Действие мышцы может происходить только при одновременном действии мышц-антагонистов. Например, чтобы согнуть руку в локтевом суставе необходимо напрячь мышцу-сгибатель и одновременно расслабить мышцу-разгибатель. Такая согласованность называется *мышечной координацией*.

§ 1.1.2. Пищеварительная система

Эта система объединяет органы, при помощи которых в организме переваривается пища и происходит ее усвоение.

Система пищеварения включает *пищеварительный тракт*, а также *печень*, *желчный пузырь*, *поджелудочную* и *слюнные железы* (рис. 1.3). Пищеварительный тракт состоит из ротовой полости, глотки, пищевода, желудка, тонкого и толстого кишечника (рис. 1.4, 1.5). Его длина составляет у взрослого человека примерно 9 м.

Ротовая полость сверху ограничена *твердым* и *мягким небом*, снизу — *мышцами диафрагмы рта*. На нижней поверхности ротовой полости находится *язык*, представляющий собой мышечный орган со специфическими нервными окончаниями: рецепторами вкуса и общей чувствительности (прикосновение, боль, температура). Под языком находятся сосочки, в которых открываются протоки поднижнечелюстной и подъязычной слюнных желез. Проток самой большой слюнной железы открывается на слизистой оболочке щеки на уровне верхнего второго большого коренного зуба. Зубы расположены в альвеолярных отростках верхней и ниж-

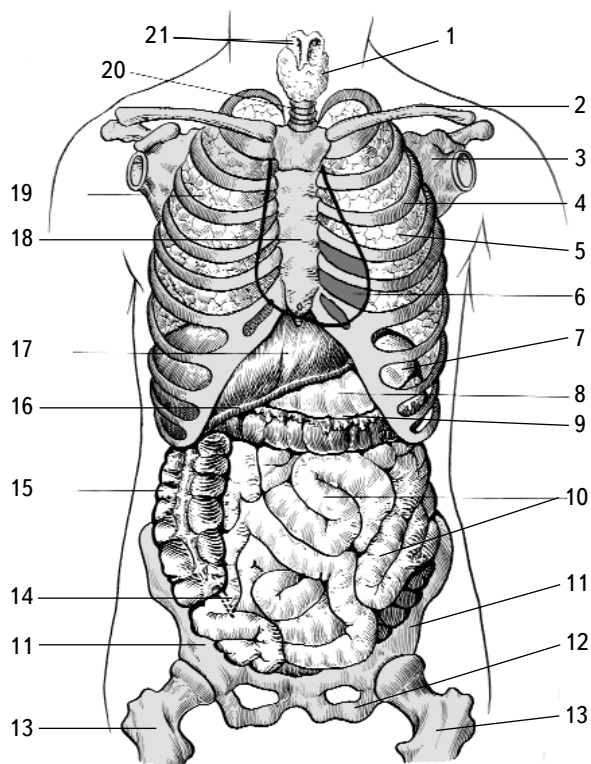


Рис. 1.3. Внутренние органы человека (общий вид):

- | | |
|-----------------------------------|-------------------------------|
| 1 – щитовидная железа; | 12 – седалищная кость; |
| 2 – ключица; | 13 – бедренная кость; |
| 3 – лопатка; | 14 – червеобразный отросток; |
| 4 – ребро; | 15 – толстая кишка; |
| 5 – левое легкое; | 16 – область желчного пузыря; |
| 6 – область сердца; | 17 – печень; |
| 7 – область селезенки; | 18 – грудина; |
| 8 – желудок; | 19 – правое легкое; |
| 9 – область поджелудочной железы; | 20 – трахея; |
| 10 – тонкая кишка; | 21 – гортань |
| 11 – таз; | |

ней челюсти и играют большую роль в процессе пищеварения.

Глотка – часть пищеварительного тракта, соединяющая полость рта с пищеводом. В полости глотки перекрещиваются пищеварительные и дыхательные пути. Изнутри глотка покрыта слизистой оболочкой.

Пищевод – узкая длинная трубка, соединяющая глотку с желудком. Его длина у взрослого человека около 25 см, диаметр (без пищи) около 22 мм. Стенка пищевода состоит из слизистой оболочки, образующей продольные складки, подслизистой основы и мышечного слоя. В верхней трети пищевода мышцы поперечно-полосатые, по мере приближения к желудку они переходят в гладкие. Пищевод обладает способностью менять свой диаметр при прохождении пищи благодаря рыхлой соединительной ткани, покрывающей его снаружи.

Желудок представляет собой расширенную часть пищеварительного тракта. На входе в желудок находится *сфинктер* (заслонка привратника) – круговая складка слизистой оболочки, пропускающая порцию пищи из пищевода в желудок. Часть желудка, прилегающая к месту входа пищевода в желудок, называется *кардиальной*. Возле нее (слева) находится *дно желудка*. Средняя часть желудка носит название – *тело желудка*. В месте соединения желудка и двенадцатиперстной кишки находится еще один сфинктер (или заслонка привратника). При сокращении сфинктера эта складка совершенно отделяет полость желудка от кишечника. Открытие и закрытие сфинктера регулируется из двенадцатиперстной кишки химическими

и механическими раздражителями. Стенка желудка состоит из четырех слоев слизистой оболочки (складчатой эпителиальной ткани, в которую выходят протоки желудочных желез, выделяющих желудочный сок), подслизистой основы (рыхлой соединительной ткани, в которой располагается большое количество кровеносных и лимфатических сосудов и нервов), мышечной оболочки (состоящей из гладких мышечных клеток) и серозной оболочки (брюшины).

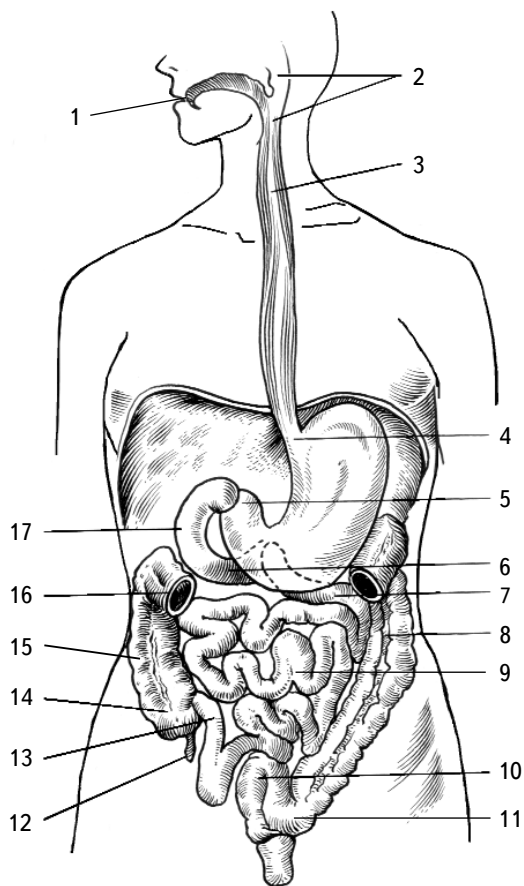


Рис. 1.4. Пищеварительный тракт:

- | | |
|--|--|
| 1 — ротовая полость; | 9 — тонкая кишка; |
| 2 — глотка; | 10 — прямая кишка; |
| 3 — пищевод; | 11 — сигмовидная ободочная кишка; |
| 4 — желудок; | 12 — червеобразный отросток (аппендикс); |
| 5 — место перехода желудка в двенадцатиперстную кишку; | 13 — подвздошная кишка; |
| 6 — место перехода двенадцатиперстной кишки в тонкую; | 14 — слепая кишка; |
| 7 — тощая кишка; | 15 — восходящая часть толстой кишки; |
| 8 — нисходящая ободочная кишка; | 16 — толстая кишка; |
| | 17 — двенадцатиперстная кишка |

Тонкий кишечник подразделяется на двенадцатиперстную, тощую и тонкую (подвздошную) кишки. В двенадцатиперстную кишку впадают протоки двух крупных желез — печени и поджелудочной железы. По всему протяжению тонкого кишечника расположены железы, выделяющие кишечный сок. В двенадцатиперстной кишке кишечные железы имеют сложное строение и называются *бруннеровыми* и *либеркюновыми*. Также по всей слизистой тонкого кишечника разбросаны *одиночные лимфатические фолликулы*. В подвздошной (тонкой) кишке лимфатические фолликулы собраны в группы, получившие название *пейеровых бляшек*. Мышечная оболочка представляет собой гладкую мышечную ткань. *Серозная оболочка (брюшина)* покрывает тонкий кишечник снаружи.

Печень — крупный железистый орган массой около 1,5 кг, расположенный в правом подреберье (рис. 1.3, 1.5). В печень входят печеночная артерия, воротная вена и нервы. Выходят из печени лимфатические сосуды и общий печеночный проток. Большая часть печени покрыта брюшиной. Печень делится на доли, состоящие из печеночных клеток — *гепатоцитов*. Эти клетки обладают способностью выделять желчь, которая по желчным капиллярам передвигается в *желчный проток*. В печень притекает артериальная кровь по печеночной артерии и венозная — по воротной вене. И та и другая проходят по системе кровеносных капилляров в долях печени. Стенки капилляров, расположенных внутри печеночных долек, образованы клетками эндотелиальной ткани — *купферовскими клетками*. Они обладают способностью поглощать из крови циркулирующие в ней вещества, захватывать и переваривать вредные микроорганизмы, остатки эритроцитов, капли жира. Пройдя через капилляры, кровь собирается в центральные вены, которые образуют собирательные вены, впадающие в нижнюю полую вену. По этим сосудам очищенная кровь выводится из печени.

ральные вены, которые образуют собирательные вены, впадающие в нижнюю полую вену. По этим сосудам очищенная кровь выводится из печени.

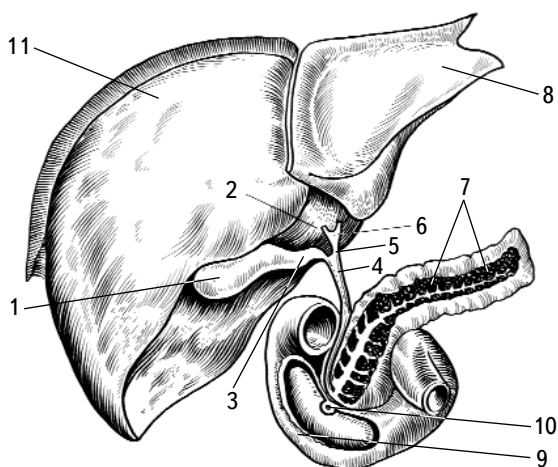


Рис. 1.5. Печень и желчный пузырь:

- 1 — желчный пузырь;
- 2 — квадратная доля печени;
- 3 — пузырный проток;
- 4 — общий желчный проток;
- 5 — общий печеночный проток;
- 6 — правый и левый печеночный протоки;
- 7 — поджелудочная железа;
- 8 — левая доля печени;
- 9 — двенадцатиперстная кишка (вскрыта);
- 10 — большой сосочек двенадцатиперстной кишки;
- 11 — правая доля печени

Желчный пузырь — орган грушевидной формы, расположенный в переднем отделе печени справа (рис. 1.5). Узкая часть желчного пузыря продолжается в **пузырный проток** (длиной около 3,5 см). Желчь из пузырного протока и сливающегося с ним общего **печеночного протока** попадает в **общий желчный проток**, который вместе с протоком **поджелудочной железы** выходит в двенадцатиперстную кишку. Стенки желчного пузыря образованы слизистой и мышечной оболочкой. Нижняя часть его покрыта брюшиной.

Поджелудочная железа располагается позади желудка, имеет длину около 12–15 см (рис. 1.5). Как и печень, поджелудочная железа разделена на дольки. Железистые клетки долек выделяют **поджелудочный (панкреатический) сок**. По разветвленной сети протоков из долек поджелудочной железы сок собирается и попадает в главный выводной проток, открывающийся в двенадцатиперстную кишку вместе с общим желчным протоком. В толще железистых долек находятся особые клетки, осуществляющие внутрисекреторную деятельность. Группы этих клеток называются **панкреатическими островками**.

трисекреторную деятельность. Группы этих клеток называются **панкреатическими островками**.

Толстый кишечник начинается слепой кишкой с червеобразным отростком — **аппендиксом**. За ней следуют **ободочная кишка** (восходящая, поперечная, нисходящая и сигмовидная части) и **прямая кишка**, заканчивающаяся **сфинктером** — произвольно открывающимся **заднепроходным отверстием (анусом)**. Все части толстого кишечника имеют больший по сравнению с тонким кишечником диаметр, а также продольные мышечные ленты на поверхности кишки и отростки серозной оболочки, содержащие жир. Слизистая оболочка не имеет ворсинок (как у тонкого кишечника), образует множество складок, содержит кишечные железы. Мышечная оболочка представлена сплошным круговым слоем мышечной ткани и тремя продольными, образующими три ленты. Общая длина толстого кишечника — 1,5–2 м.

Пищеварение

Организм постоянно расходует энергию и входящие в его состав вещества. Для поддержания жизни необходимо их возмещение. Источником возмещения являются вещества, поступающие в организм с пищей. Белки, жиры и углеводы пищи представляют собой высокомолекулярные соединения и в таком виде не мо-