И. П. Неумывакин

ПЕРЕКИСЬ ВОДОРОДА:

МИФЫ и РЕАЛЬНОСТЬ

2-е переработанное издание



Москва — Санкт-Петербург
«ДИЛЯ»
2005

ББК 53,58
Н38

Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения правообладателей.

Данная книга не является учебником по медицине, все рекомендации, приведенные в ней, следует использовать только после согласования с лечащим врачом.

Неумывакин И. П.

Н38 Перекись водорода: мифы и реальность. 2-е перераб. издание — СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2005. — 144 с.

ISBN 5-88503-178-9

В своей новой книге автор освещает вопросы, связанные с перекисью водорода как источником необходимого организму атомарного кислорода Перекись водорода способствует нормализации окислителыю-восстаповительпых процессов и уничтожению всего, что мешает организму нормально функционировать

Подробно рассматривается механизм действия перекиси водорода, а также предложенного ультрафиолетового облучения крови как одного из эффективных способов коррекции иммунной системы. Предлагаются подробные рекомендации и комментарии к уже известным методикам лечения пёрекисью водорода. Приводятся отклики читателей по ее использованию, в том числе в комплексе с УФО крови при различных заболеваниях.

Книга предназначена для широкого круга читателей, в том числе врачей и лиц, заинтересованных во внедрении простых и надежных методов лечения в практику официальной медицины.

© Неумывакин И. П., 2005
© «ДИЛЯ», 2005
ISBN 5-88503-178-9
© Оформление «Издательство «ДИЛЯ», 2005

Кто не хочет делать — ищет причину.
Кто хочет делать — ищет способ.

ОТ АВТОРА

В последние годы я стал публиковать (особенно в газете «ЗОЖ» — «Здоровый образ жизни») свои работы, посвященные перекиси водорода (H_2O_2), выполненные более 30 лет назад и оставшиеся нереализованными. Возможно, это было связано с тем, что метод применения перекиси водорода и другие, разработанные в то время, были для меня второстепенными в решении возложенных на меня задач по созданию космической больницы, и важность которых для оздоровления людей я понял только несколько лет тому назад.

Массовый интерес к перекиси водорода появился в России после перевода книги У. Дугласа «Целительные свойства перекиси водорода» (СПб., 1998), в которой достаточно убедительно рассказывается о пользе H_2O_2 не только как наружного антисептического средства, но и средства лечения практически любых заболеваний, в том числе и методом внутривенного введения.

Казалось бы, что можно добавить по поводу перекиси водорода, лечебные свойства которой в той или иной степени уже освещены, к тому же не одним автором? Например, книга В. П. Казьмина

«Перекись водорода при вашей болезни» (Ростов-на-Дону, 2003). Выходили и другие книги.

Но, к сожалению, люди в большинстве своем ленивы и всегда рассчитывают на чудодейственные средства, которые избавят их от болезней без всякого труда. А в жизни так не бывает. Недаром в народе говорят, что «без труда не выловишь и рыбки из пруда». Конечно, перекись водорода действительно оказывает универсальное действие, однако важно и то, при каких условиях, на каком фоне вашего организма вы ее применяете. Это во-первых.

Во-вторых, в уже вышедших книгах авторы, как правило, не объясняют, почему H_2O_2 работает так многопланово, чем же она отличается, скажем, от молекулярного кислорода, который мы вдыхаем? Кроме того, они считают, что H_2O_2 распадается на воду и якобы тот самый молекулярный кислород. И хотя пытливые ученые нашей страны достаточно давно и серьезно занимаются изучением влияния перекиси водорода при лечении различных заболеваний (газовой гангрены, вялотекущих, гнойных ран при лучевой болезни — А. В. Мельников с соавт., 1945, А. А. Гуревич с соавт., 1966, А. А. Опокин, 1981; онкологических заболеваний — Г. В. Бондарь с соавт., 1986, Н. А. Макаркин, 1990; облитерирующего атеросклероза нижних конечностей — И. В. Арсеньева, 1987, Д. А. Арлимов, 1990), широкой известности эти исследования не получили. Причиной тому является ярое сопротивление громадной индустрии по созданию дорогостоящих, все более сильнодействующих синтетических лекарственных средств как одного из основных

видов бизнеса, приносящего громадный доход на несчастье людей, и борьба представителей этой индустрии против подрыва своего «авторитета».

Правда, в двух работах (Д. Фарр, 1991; В. П. Сибников, 1990) я все-таки нашел упоминание о том, что при разложении перекиси водорода выделяется *атомарный кислород*.

Недавно позвонил своему другу, одному из ведущих патофизиологов дыхания, профессору Е. А. Коваленко. Спрашиваю его:

— Женя, что ты знаешь о перекиси водорода?

— Как что, — отвечает, — это хороший антисептик применяемый наружно.

— Да нет, — говорю, — я спрашиваю о ее внутреннем применении и даже внутривенном введении.

— Ты что, Иван, с ума сошел? Всегда что-то выдумываешь!

— Да пока с мозгами все в порядке. Наоборот, если кто собирается сходить с ума, то их как раз можно лечить с помощью перекиси водорода...

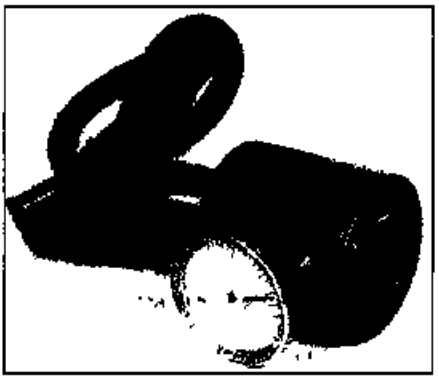
И это профессионал своего дела, сам не раз выдвигавший новаторские идеи! Что же тогда говорить о других врачах?

Этот разговор и заставил меня написать о перекиси водорода, о той ее стороне, о которой, оказывается, не знают даже специалисты, пишущие о ней.

Подтверждением этому является тот факт, что Институт нейрохирургии имени Н. Н. Бурденко после многолетних исследований создал аэрозольный препарат «Паркон», включающий перекись водорода, в качестве средства для лечения болезни Паркинсона, но который стоит очень дорого.

О ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЯХ МЕХАНИЗМА ДЫХАНИЯ

Из 53 лет врачебной, в том числе 40 лет научной деятельности, вопросами дыхания я занимался в общей сложности более 15 лет. Достаточно сказать, что первая моя научная студенческая работа, выполненная на кафедре физиологии у профессора Г. П. Конради (1946), была посвящена роли углекислоты в регуляции газообмена. В период с 1959 по 1964 годы я занимался вопросами разработки методов и средств съема физиологической информации с космонавтов во время полета и передачи ее по телеметрическим каналам. Так, была создана серия приборов по изучению функции внешнего дыхания, что стало основой моей кандидатской диссертации. Например, созданный портативный сухой спирометр позволял получать данные о состоянии легких в таких условиях, в которых с помощью существовавших тогда приборов сделать это было невозможно. Мой научный руководитель академик Б. Е. Вотчал сказал: «Не сомневаюсь, что Ваша дальнейшая жизнь будут связана с проблемами дыхания. Обратите при этом внимание на то, что в организме есть громадная резервная сила, без которой



Портативный сухой спирометр



И. П. Неумывакин проверяет жизненную емкость легких с помощью водяного спирометра в высотно-компенсирующем костюме, 1960 г.

была бы невозможна наша жизнь, — это перекись водорода».

В 1964 году мне была поручена работа, связанная с созданием средств и методов оказания медицинской помощи космонавтам при полетах различной продолжительности. К этой проблеме с помощью тогдашнего министра здравоохранения Б. В. Петровского и его первого заместителя А. И. Бурназяна были привлечены десятки про-



Г. С. *Титов проверяет жизненную емкость легких с помощью портативного сухого спирометра, 1961 г.*

фильных институтов страны, которые в дальнейшем помогли мне разобраться и с вопросами дыхания.

Для того чтобы разобраться в механизме дыхания, от которого фактически зависит наша жизнь, необходимо понять, в упрощенном, конечно, виде, хотя бы следующее:



И. П. Неумывакин с В. В. Терешковой перед проведением экспериметав сурдокамере («комната тишины»), 1962г.



Б В Петровский и И П Неумывакин вспоминают как создавали «космическую» больницу, 2001г

- как происходит газообмен в организме и какую роль выполняют газы, входящие в состав атмосферы воздуха;
- от чего зависит кислотно-щелочное равновесие или окислительно-восстановительные процессы, являющиеся основой нашего здоровья,
- где находится сердце (о чем даже многие врачи не знают),
- каков механизм работы и роль иммунной системы, в том числе и перекиси водорода как составной ее части.

Итак, основу нашей жизни составляют воздух, вода и пища Конечно, без этих факторов организм существовать не может, но если посмотреть по сте-

пени важности, то без воздуха человек может жить не больше 3-5 минут (после чего наступают необратимые процессы), без воды от 3 до 7 суток, без пищи 30 и более дней.

Прежде всего, уточним, чем мы дышим. Общее давление в организме, так же как и в атмосфере, составляет 760 мм ртутного столба, а парциальное (частичное) давление распределяется так: азота — 600 (около 79%), кислорода — 159 (21%), углекислого газа — 0,01-0,03%, аргона — 1% и незначительное количество других газов.

В настоящее время доказано, что из-за загазованности, задымленности воздуха, особенно наших городов, в том числе из-за неразумного поведения человека (курение и т. п.) кислорода в атмосфере содержится почти на 20% меньше, что является настоящей опасностью, вставшей в полный рост перед человечеством. Почему возникает вялость, чувство усталости, сонливости, депрессии? Да потому что организм недополучает кислород. Вот почему в настоящее время все большую популярность приобретают кислородные коктейли, как бы восполняющие эту недостачу. Однако кроме временного эффекта это ничего не дает. Что же остается человеку делать?

В таблице показано, в каком равновесном соотношении друг с другом должны находиться в организме газы; нарушение этого равновесия чревато своими последствиями, но назначение их — разное.

Газовый состав организма, %

Газ	Атмосфера	Легкие	Артериальная кровь	Венозная кровь	Ткань
Азот	79	79	79	79	79
Аргон	1	1	1	1	1
Кислород	21	13-14	10-12	4-4,4	4,5-5
Углекислый газ	0,01-0,3	6-7	6-6,5	6-7	6,5-7,5

Азот. Что касается роли азота в процессе дыхания, то она сводится к следующему. В настоящее время доказано: в организме азот усваивается специальными микроорганизмами, находящимися в трахеобронхиальном отделе легких и в кишечнике, как и в почве — бактериями. Оказывается, азотсодержащие соединения в организме животных и человека могут разлагаться до молекулярного азота и его даже можно выдыхать больше, чем вдыхать. Получается, что мы не только дышим азотом, а питаемся им, только не атмосферным, а связанным, белковым.

Если раньше азот считали инертным газом, но теперь американские ученые установили, что в двигателе внутреннего сгорания при температуре свыше 1000 °С азот воздуха, соединяясь с кислородом, образует оксиды азота (вещества, обладающие довольно высокой химической активностью). Если представить, что по такому же механизму процесс происходит в организме (Г. Петракович), то синтез в нем активных соединений азота в принципе становится возможен, а химикам известно, что в водных растворах (кровь) оксиды азота преобразуются в нитраты,

а затем в аминокислоты — основу создания белковых структур. Известно мнение ряда исследователей, считающих, что первичная молекула белка образовалась из азота воздуха при воздействии электрических разрядов и высоких температур.

Вот вам и термоядерный реактор организма, о котором все чаще стали говорить, но не могли только объяснить. Становится понятно, почему в ряде случаев спортсмены при определенном режиме питания не теряют вес после марафона, а даже его увеличивают. Подобное отмечала и Г. С. Шаталова, рассказывая, что после многодневных переходов по пескам Каракумов у участников похода при незначительном по калорийности питании вес оставался неизменным или даже увеличивался.

Чтобы в дальнейшем повествовании не затерялся указанный в таблице газ аргон, на который, как правило, никто не обращает внимания, следует сразу сказать о нем несколько слов. Как доказали занимающиеся разработкой систем жизнеобеспечения космических кораблей В. Смолин, Б. Павлов и др., этот газ повышает резистентность (сопротивляемость) организма при повышенном недостатке кислорода (гипоксическая гипоксия) по отношению к азоту, как при нормальном, так и повышенном давлении, а также при компрессии и декомпрессии. Указанная работа открывает заманчивые перспективы не только для будущих космических полетов, но и для здравоохранения в целом (составление смесей кислорода с аргоном, гелием, ксеноном, криптоном для лечения различных заболеваний).

Кислород. Кислород является самым распространенным элементом на Земле. В атмосфере его около 23%, в составе воды — около 89%, в человеческом организме — около 65%.

Свободный кислород почти исключительно содержится в атмосфере и его количество оценивается в 10^{15} тонн. Это ***молекулярный кислород,*** составляющий основу всех биохимических процессов на Земле. В современную геологическую эпоху круговорот кислорода связывают главным образом с углеродом и водородом. Например, в состав белков кроме углерода (50-55%), кислорода (19-24%), водорода (6,5—7,5%) в микродозах входят и другие элементы (фосфор, железо, сера, медь и т. п. — почти полтаблицы Менделеева), от электролитного баланса которых зависит нормальная работа клеток. Но огромное значение в этой системе все-таки имеют кислород и углекислота.

Кислород является окислителем для сжигания поступающих в организм веществ. Что происходит в организме, в частности в легких, при обмене газов? Кровь, проходя через легкие, насыщается кислородом. При этом сложное образование — гемоглобин — переходит в оксигемоглобин, который вместе с питательными веществами разносится по всему организму. Кровь при этом становится яркокрасной. Вобрав в себя все отработанные продукты обмена веществ, кровь уже напоминает сточные воды. В легких, в присутствии большого количества кислорода, продукты распада сжигаются, а излишняя углекислота удаляется.

Когда организм зашлакован при различных болезнях легких, курении и т. п. (при которых вместо оксигемоглобина образуется карбоксигемоглобин, фактически блокирующий весь дыхательный процесс), кровь не только не очищается и не подпитывается необходимым кислородом, но и возвращается в таком виде к тканям, и так задыхающимся от недостатка кислорода. Круг замыкается, и где произойдет поломка системы — дело случая.

С другой стороны, чем ближе к Природе пища (растительная), подвергнутая лишь незначительной термической обработке, тем больше находится в ней кислорода, освобождаемого при биохимических реакциях. Хорошо питаться — это не значит переедать и все продукты сваливать в кучу. В жареных, консервированных продуктах кислорода вообще нет, такой продукт становится «мертвым», а потому для его обработки требуется еще большее количество кислорода.

Но это только одна сторона проблемы.

Работа нашего организма начинается с его структурной единицы — клетки, где есть все необходимое для жизнедеятельности: переработки и потребления продуктов, превращения веществ в энергию, выделения отработанных веществ. Однако процесс получения энергии и использование ее в клетке продолжает рассматриваться современной наукой с точки зрения химических законов, согласно которым скорость протекающих реакций не должна превышать $1x10^{6}$ с. Последнее означает, что в живой клетке не может быть квантовых взаимоотношений,

протекающих с огромными скоростями. Вместе с тем имеется много данных, что процессы биоокисления у нас заканчиваются не образованием аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ), а возникновением высокочастотного электромагнитного поля и ионизированного протонного излучения.

Оригинальное мнение по этому поводу с точки зрения биофизических процессов, происходящих в организме, высказал блестящий хирург Божьей милостью *Георгий Николаевич Петракович,* Какондоказал, клетка способна даже вырабатывать кислород и энергию за счет свободнорадикального окисления насыщенных жирных кислот. Но для этого она должна получить энергетическое возбуждение, которое обеспечивается эритроцитами крови.

Известно, что молекула эритроцита имеет отрицательный заряд. Вырабатываемый в процессе биоэнергетической реакции в мембране эритроцита электрон захватывает входящий в состав гемоглобина атом железа — в этом причина того, что в циркулирующей крови железо всегда двухвалентно. Другая часть «наработанных» электронов расходуется на заряд всего эритроцита. Величина этих зарядов у разных эритроцитов разная в зависимости от их возраста и нормального состояния. Удивительно, что имеющий диаметр в три-четыре раза больше капилляра, эритроцит все-таки проходит по нему. Дело в следующем.

Под давлением крови в капиллярах, как в очереди, собираются «монетные столбики» (под микроскопом они действительно напоминают сложенные

столбиками монетки) эритроцитов. Так как они имеют форму двояковогнутой линзы, то в пространстве между ними в легких находится жировоздушная смесь, а в клетках — кислородно-жировая пленка. В аэробных (кислородных) условиях свободнорадикальное окисление насыщенных жирных кислот клеточных мембран происходит как обычное горение, в результате чего образуется вода, углекислый газ и тепло. Помимо этого, в анаэробных условиях (недостаток кислорода) здесь же происходит реакция с образованием кетоновых тел (ацетон, альдегиды), спиртов, в том числе этилового, происходит омыление жиров поверхностно-активных веществ, так называемых сурфактантов.

Так вот, при создании давления в капиллярах между эритроцитами происходит взрыв-вспышка, как в двигателе внутреннего сгорания. Свечой здесь служит атом железа, переходящий из двухвалентного в трехвалентный, а если учесть, что в состав одной молекулы гемоглобина входит только 4 атома железа, а их в одном эритроците около 400 миллионов, то можете себе представить, какова сила взрыва. Но это не приносит вреда, так как все происходит на молекулярном, атомарном уровне и в малом пространстве.

Физики доказали: на движущуюся в электромагнитном поле заряженную частицу действует сила Лоренца, которая закручивает траекторию движения, в частности эритроцита, расширяя при этом микрокапилляры и заставляя его протискиваться в отверстие, которое в три-четыре раза меньше самого эритроцита.

Эта сила тем мощнее, чем выше заряд эритроцита и мощнее магнитное поле, за счет чего улучшаются обменные процессы в тканях и быстрее устраняются патологические процессы.

Под влиянием вспышки в легких происходит стерилизация воздуха, выделяется вода, поддерживается температура тела. В момент остановки «монетного столбика» и сжатия эритроцита в капилляре в результате взрыва происходит выброс электронной и тепловой энергии и свободнорадикальное окисление продуктов с помощью кислорода, находящегося в межтканевой жидкости. При этом освобождаются «окна» в мембранах клеток, куда устремляется натрий (за счет разницы концентрации вне и внутри клетки), протаскивая за собой кислород, воду и все, растворенные в ней вещества.

Но самым главным в этом процессе является то, что концентрации молекулярного кислорода и углекислоты должны быть в пределах величин, приведенных в таблице. Если кислорода больше, конечно, за счет уменьшения углекислоты, то наступает спазм капилляров, что приводит к нарушению обеспечения тканей всем необходимым и удаления отходов, то есть наступают вначале функциональные, а затем и патологические изменения.

Так как клеткам практически всегда не хватает кислорода, человек начинает глубоко дышать, но излишек атмосферного кислорода — это не благо, а причина образования тех же свободных радикалов. Возбужденные от недостатка кислорода атомы клеток, вступая в биохимические реакции со

свободным молекулярным кислородом, как раз способствуют образованию свободных радикалов, имеющих на своей орбите неспаренный электрон.

Свободныерадикалы всегда имеются в организме, и их роль заключается в том, чтобы поедать патологические клетки, но так как они очень прожорливы, то при увеличении их количества они начинают поедать и здоровые. При глубоком дыхании в организме кислорода становится больше, чем надо, и он, выдавливая из крови углекислоту, не только нарушает равновесие в сторону ее уменьшения, что приводит к спазму сосудов — основе любого заболевания, но и образованию еще большего количества свободных радикалов, в свою очередь усугубляющих состояние организма. Именно для этого в организме существует еще одна система, связанная с кислородом, — это ***перекись водорода,*** образуемая клетками иммунной системы, которая при разложении выделяет атомарный кислород и воду.

Атомарный кислород как раз является одним из самых сильных антиоксидантов, устраняющих кислородное голодание тканей, но и, что не менее важно, уничтожает любую патогенную микрофлору (вирусы, грибы, бактерии и т. п.), а также излишних свободных радикалов.

Углекислота — это второй по значимости после кислорода важнейший регулятор и субстрат жизни. Углекислота стимулирует дыхание, способствует расширению сосудов мозга, сердца, мышц и других органов, участвует в поддержании необходимой

кислотности крови, влияет на интенсивность самого газообмена, повышает резервные возможности организма и иммунной системы.

На первый взгляд кажется, что мы дышим правильно, но это не так. На самом деле у нас разрегулирован механизм кислородообеспечения клеток из-за нарушения соотношения кислорода и углекислого газа на уровне клеток. Дело в том, что по закону Вериго, при нехватке в организме углекислого газа, кислород с гемоглобином образуют прочную связь, что препятствует отдаче кислорода тканям. Известно, что только 25% кислорода поступает в клетки, а остальной возвращается обратно в легкие по венам. Почему так происходит? Проблема в углекислом газе, который в организме образуется в огромном количестве (0,4-4 л в минуту) как один из конечных продуктов окисления (наряду с водой) питательных веществ. Причем, чем больше человек испытывает физических нагрузок, тем больше производится углекислого газа. На фоне относительной обездвиженности, постоянных стрессов обмен веществ замедляется, что вызывает снижение выработки углекислоты.

Волшебство углекислого газа заключается в том, что при постоянной физиологической концентрации в клетках он способствует расширению капилляров, при этом кислорода больше поступает в межклеточное пространство и потом путем диффузии в клетки. Следует обратить ваше внимание на то, что каждая клетка имеет свой генетический код, в котором расписана вся программа ее деятельности и рабочие функции. И если клетке создать нормальные условия снабжения кислородом, водой, пита-

нием, то она будет работать заложенное Природой время. Фокус заключается в том, что дышать надо реже и неглубоко и на выдохе делать больше задержек, тем самым способствуя поддержанию количества углекислого газа в клетках на физиологическом уровне, снятию спазма с капилляров и нормализации обменных процессов в тканях.

Надо запомнить и такое важное обстоятельство: чем больше кислорода поступает в организм, в кровь, тем хуже для последнего из-за опасности образования перекисных соединений. Природа хорошо придумала, дав нам избыток кислорода, но с ним обращаться надо осторожно, ибо избыток кислорода — это увеличение количества свободных радикалов. Например, в легких кислорода должно содержаться столько же, сколько его находится на высоте 3000 м над уровнем моря. Это оптимальная величина, превышение которой ведет к патологии.

Почему, например, горцы живут долго? Конечно, экологически чистая еда, размеренный образ жизни, постоянная работа на свежем воздухе, чистая свежая вода — все это важно. Но главное в том, что на высоте до 3 км над уровнем моря, где находятся горные селения, процент содержания в воздухе кислорода сравнительно снижен. Так вот, именно при умеренной гипоксии (нехватке кислорода) организм начинает экономно его расходовать, клетки находятся в режиме ожидания и обходятся жестким лимитом при нормальной концентрации углекислого газа. Давно ведь замечено, что пребывание в горах значительно улучшает состояние больных, особенно с легочными заболеваниями.

В настоящее время большинство исследователей считают, что при любом заболевании возникают нарушения в дыхании тканей и, в первую очередь, за счет глубины и частоты вдохов и избытка парциального давления поступающего кислорода, что снижает концентрацию углекислоты. В результате этого процесса включается мощный внутренний замок, возникает спазм, который только на короткое время снимается спазмолитиками. Действительно эффективной же в этом случае будет просто задержка дыхания, что уменьшит поступление кислорода, и тем самым снизит вымывание углекислоты, с увеличением концентрации которой до нормального уровня снимется спазм и восстановится окислительно-восстановительный процесс. В каждом заболевшем органе, как правило, находят парез нервного волокна и спазм сосудов, то есть болезней без нарушения кровоснабжения не существует. С этого начинается самоотравление клетки из-за недостаточного поступления кислорода, питательных веществ и малого оттока продуктов обмена, или, иначе, любое нарушение работы капилляров — первопричина многих заболеваний. Вот почему нормальное соотношение концентрации кислорода и углекислоты играет такую большую роль: с уменьшением глубины и частоты дыхания нормализуется количество углекислоты в организме, тем самым снимается спазм с сосудов, раскрепощаются и начинают работать клетки, уменьшается количество потребляемой пищи, так как улучшается процесс ее переработки на клеточном уровне.

ОБМЕН ВЕЩЕСТВ В ОРГАНИЗМЕ И ЕГО НОРМАЛИЗАЦИЯ

В написании данного и последующих разделов принимал участие видный биофизик и соавтор ультрафиолетового облучателя «Гелиос-1» **Иван Иванович Кондратьев.**

Нарушение обменных процессов — начало заболевания

Что происходит в организме при нарушении обменных процессов, лежащих в основе начала заболеваний, в какую сторону происходит сдвиг кислотно-щелочного равновесия, который в норме должен быть в пределах 7,4±0,15?

Благодаря Солнцу, за счет излучения двух действующих потоков — фотонов и электронов, на Земле возникла жизнь двух видов: растительная (флора) и животная (фауна). Различие в том, что растительные клетки живут за счет фотосинтеза, а животные — бета-синтеза, относящихся к ядерным процессам, но с малыми энергообменами и выделением тепла. Оба эти явления синтеза основаны на способности нагретых тел излучать, главным образом, фотоны или электроны.

При бета-синтезе электроны, воздействуя на клеточные структуры, где азот также включается в ядерную реакцию, образуют собственный кислород, в том числе атомарный, идущий на образование необходимых организму в основном кислых аминокислот, Сахаров, белков, жиров и т. п., которые обеспечивают нормальную работу клеток, окисление и выброс отработанных продуктов.

Причем растительная жизнь возможна только в щелочной среде, то есть в той самой, какую она и воспроизводит. Животная же жизнь, наоборот, продуцирует кислую среду и способна существовать, естественно, в кислой среде. Возникает вопрос: в какой среде больше возможности для возникновения болезненных клеток? Ведь организм человека, используя продукты животного и растительного происхождения, представляет собой систему, где все перепуталось.

Один из известных ниспровергателей «истин» Б. В. Болотов считает, что все болезненные клетки животного происхождения относятся к клеткам растительного происхождения, то есть развиваются они в щелочной среде. Те же раковые клетки могут существовать только в щелочной среде, чему способствует состояние гипоксии, то есть бескислородной среды, в которой происходят процессы гниения. Следовательно, надежное закисление организма предохранит его от болезненных процессов, а значит, окисление должно превосходить ощелачивание. Вот почему Болотов использует в своей практике различнее квашения, что в России составляет не-

маловажную долю продуктов питания. И хотя кислотно-щелочное равновесие находится в узких пределах считающейся нейтральной реакции, но все равно оно должно склоняться больше в кислую, чем в щелочную, сторону. Возьмем, например, те же клетки митохондрий — этих маленьких электростанций. Недополучая кислород, микро- и макроэлементы, они переходят на режим бескислородной работы, то есть защелачиваются — заболевают. Или иначе: чем больше в организме «грязи», тем этим клеткам живется лучше, они мутируют и живут уже по своим законам, не подчиняясь заложенным Природой.

Таким образом, можно считать, что любое заболевание какого-либо органа — это начало его гниения, ощелачивания. И роль кислорода в этих процессах огромна.

Роль перекиси водорода в организме

Из многочисленной почты приведу два письма.



Дорогая редакция газеты «Здоровый образ жизни»!

Профессор И. П. Неумывакин советует принимать перекись водорода внутрь, а доктор Дьюк мотивированно возражает (как химик согласна с его доводами). И «куды же хрестьянину податься»? Пить или не пить? Великая просьба к профессору И. П. Неумывакину разъяснить это противоречие. Возможно, обжегшись на молоке, теперь дую на воду, но имею

случаи неудачного применения советов «ЗОЖ». Может быть, есть неизвестные нам тонкости в применении этого способа оздоровления?

В. В. Митина



Уважаемый Иван Павлович!

Вас беспокоят из областной клинической больницы г. N. Один наш пациент страдает низкодифференцированной аденокарциномой IV стадии. Лежал в Московскомонкологическомцентре, гдепроводилосьсоответствующее лечение и откуда был выписан с прогнозомсрокажизниодинмесяц, очембылосказанородным. Унас в клинике больному проведено два курса эндолимфатического введения фторурацила и рондолейкина. В комплекс этого лечения мы ввели рекомендованный Вами метод внутривенного введения перекиси водорода в концентрации 0,003% в сочетании с ультрафиолетовым облучением крови. Перекись водорода вводили в количестве 200.0 физиологического раствора ежедневно №10 и проводили облучение крови с помощью аппарата «Изольда», так как разработанного Вами устройства «Гелиос-1» у нас нет.

После проведенного нами лечения прошло уже 11 месяцев, пациент жив, работает. Нас удивил и заинтересовал данный случай. К сожалению, нам встречались публикации о применении перекиси водорода в онкологии, но только в популярной литературе и в Ваших статьях-интервью в газете «ЗОЖ». Если возможно, не могли бы Вы сообщить более подробную информацию о применении перекиси водорода. Есть ли на эту тему медицинские статьи?

Уважаемые коллеги! Должен вас огорчить: официальная медицина делает все, чтобы не видеть и не слышать, что есть какие-то альтернативные методы и средства лечения, в том числе онкологических больных. Ведь тогда пришлось бы отказаться от многих узаконенных, но не просто бесперспективных, а и вредных методов лечения, какими в случае с онкологией являются, например, химио- и радиотерапия. Виктории Вячеславовне (автору первого из приведенных писем) можно сказать, что она давно должна была бы понять — все «человеки» разные, одним помогает одно, другим — другое, о чем главный редактор «ЗОЖ» А. М. Коршунов не устает напоминать своим читателям. Универсального средства лечения для всех как не было, так и нет... если не считать перекиси водорода, особенно в сочетании с ультрафиолетовым облучением крови с помощью аппарата моей собственной модификации, о чем и пойдет речь.

Природа позаботилась, чтобы в нашем организме существовал защитный механизм, называемый иммунной системой. Бе клетки — лейкоциты и граиулоциты (разновидность лейкоцитов) - вырабатывают перекись водорода, которая при разложении образует атомарный кислород, без которого не происходит ни одна био- и энергетическая реакция. В то же время, являясь сильнейшим окислителем, она уничтожает любую патогенную микрофлору, будь то грибки, вирусы, бактерии. Не существуй этого механизма, все эти паразиты давно бы нас съели самым натуральным образом.

Следует отметить, что три четверти клеток иммунной системы находится в желудочно-кишечном тракте, а одна четверть — в подкожной клетчатке, где расположена лимфатическая система. Многие из вас знают, что клетка снабжается кровью, куда питание поступает из кишечной системы — этого сложного механизма по переработке и синтезу необходимых организму веществ, а также удалению отходов. Но мало кто знает: если кишечник загрязнен (что бывает практически у всех больных, да и не только), то загрязняется и кровь, а следовательно, и клетки всего организма. При этом клетки иммунной системы, «задыхаясь» в этой загрязненной среде, не только не могут избавить организм от недоокисленных токсических продуктов, но и произвести в необходимом количестве перекись водорода для защиты от патогенной микрофлоры. Так что же происходит в желудочно-кишечном тракте (ЖКТ), от которого в полном смысле слова зависит вся наша жизнь?

Для того чтобы в целом проверить, как работает ЖКТ, существует простая проба:

примите 1-2 ст. ложки свекольного сока (пусть он предварительно отстоится 1,5-2 часа; если после этого урина окрасится в бурачный цвет, это означает, что ваш кишечник и печень перестали выполнять свои детоксикационные функции, и продукты распада — токсины — попадают в кровь, в почки, отравляя организм в целом.

Мой более чем двадцатипятилетний опыт в народном целительстве позволяет сделать вывод, что организм — это совершенная саморегулирующаяся энергоинформационная система, в которой все взаимосвязано и взаимозависимо, а запас прочности всегда больше любого повреждающего фактора. Основополагающей причиной практически всех заболеваний является нарушение в работе желудочно-кишечного тракта, ибо это сложное «производство» по дроблению, переработке, синтезу, всасыванию необходимых организму веществ и удалению продуктов метаболизма. И в каждом его цехе (рот, желудок и т. д.) процесс переработки пищи должен быть доведен до конца.

Итак, подытожим.

Желудочно-кишечный тракт — это место дислокации:

- 3/4 всех элементов иммунной системы, ответственной за «наведение порядка» в организме;
- более 20 собственных гормонов, от которых зависит работа всей гормональной системы;
- брюшной «мозг», регулирующий всю сложную работу ЖКТ и взаимосвязь с головным мозгом;
- более 500 видов микробов, перерабатывающих, синтезирующих биологически активные вещества и разрушающих вредные.

Таким образом, ЖКТ — своего рода корневая система, от функционального состояния которой зависит любой процесс, происходящий в организме.

Зашлакованность организма — это:

- консервированная, рафинированная, жареная пища, копчености, сладости, для переработки которых требуется очень много кислорода, из-за чего организм постоянно испытывает кислородное голодание (например, раковые опухоли развиваются только в бескислородной среде);
- плохо пережеванная пища, разбавленная во время или после еды любой жидкостью (первое блюдо — еда); снижение концентрации пищеварительных соков желудка, печени, поджелудочной железы не позволяет им переварить пищу до конца, в результате чего она вначале гниет, закисляется, а потом защелачивается, что также является причиной заболеваний.

Нарушение работы ЖКТ — это:

- ослабление иммунной, гормональной, ферментативной систем;
- замена нормальной микрофлоры на патологическую (дисбактериоз, колит, запор и т. п.);
- изменение электролитного баланса (витаминов, микро- и макроэлементов), что приводит к нарушению обменных процессов (артрит, остеохондроз) и кровообращения (атеросклероз, инфаркт, инсульт и т. д.);
- смещение и сдавливание всех органов грудной, брюшной и тазовой областей, что приводит к нарушению их функционирования;

- застойные явления в любом отделе толстого кишечника, что приводит к патологическим процессам в проецируемом на нем органе.

Не нормализовав режим питания, не очистив организм от шлаков, особенно толстый кишечник и печень, вылечить любое заболевание невозможно.

Благодаря очистке организма от шлаков и последующему разумному отношению к своему здоровью, мы приводим все органы в резонанс с заложенной Природой частотой. Тем самым восстанавливается эндоэкологическое состояние, или, иначе,— нарушенный баланс в энергоинформационных связях как внутри организма, так и с внешней средой. *Иного пути нет.*

Теперь поговорим непосредственно об этой удивительной особенности работы иммунной системы, заложенной в наш организм как одно из сильнейших средств борьбы с различной патогенной средой, характер которой не имеет значения, — об образовании клетками иммунной системы, лейкоцитами и гранулоцитами (разновидность тех же лейкоцитов), перекиси водорода.

В организме перекись водорода образуется этими клетками из воды и кислорода:

$$2H_2O+O_2=2H_2O_2$$

Разлагаясь, перекись водорода образует воду и атомарный кислород: $H_2O_2=H_2O+'O'$.

Однако на первой стадии разложения перекиси водорода выделяется атомарный кислород, который является «ударным» звеном кислорода во всех биохимических и энергетических процессах, Именно атомарный кислород определяет все необходимые жизненные параметры организма, а точнее, поддерживает иммунную систему на уровне комплексного управления всеми процессами для создания должного физиологического режима в организме, что и делает его здоровым. При сбое этого механизма (при недостатке кислорода, а его, как вы уже знаете, всегда не хватает, особенно при недостатке аллотропного (других видов, в частности, той же перекиси водорода) кислорода и возникают различные заболевания, вплоть до гибели организма. В таких случаях хорошим подспорьем для восстановления баланса активного кислорода и стимуляции окислительных процессов и собственного его выделения и является перекись водорода — это чудодейственное средство, придуманное Природой в качестве защиты организма, даже когда мы ему чего-то недодаем или просто не задумываемся, как там внутри работает сложнейший механизм, обеспечивающий наше существование.

Следует сказать, что в биохимических, энергетических реакциях кислород в организме участвует в виде радикалов нескольких видов: так называемых свободных радикалов, у которых на орбите находится один неспаренный электрон; у атомарного кислорода — два, а у молекулярного —

уже четыре. Помимо этого их отличие заключается в том, что для образования свободных радикалов требуется гораздо меньше времени и энергии, несколько большей у атомарного и больше всего для молекулярного, и обозначаются они следующим образом:

*Свободные радикалы — **O'***
Молекулярный кислород — O_2
*Атомарный кислород — **'O'***

Несмотря на то, что многие ученые (например, О. Ю. Охлобыстин «Жизнь и смерть химических идей». М., 1989) не понимают разницы в свойствах кислорода, который находится в свободных радикалах, молекулярном и атомарном кислороде, и что перекись водорода давно химически изучена, и в том числе значение ее для организма, вместе с тем отмечают, что «перекись водорода, действуя подобно свободным радикалам, вызывает в ДНК молодых животных те же изменения, что и старение». Однако известно, что свободные радикалы — это кислород с одним неспаренным электроном — довольно агрессивны и в норме занимаются «пожиранием» поврежденных, заболевших клеток, но «не брезгуют» и здоровыми.

Роль иммунной системы заключается также в том, чтобы следить за количеством свободных радикалов, ибо чем их больше, тем более вероятно возникновение различных болезней. Исследования, например, показали, что в раковых или облученных клетках свободных радикалов в несколько

раз больше, чем в здоровых. Так вот именно клетки иммунной системы, к которым принадлежат лимфоциты и гранулоциты, и занимаются уничтожением лишних свободных радикалов.

Роль свободных радикалов в нарушении всех жизненных функций организма достаточно доказана. С возрастом эти функции угасают, а концентрация свободных радикалов увеличивается, чему способствуют также такие факторы, как стресс, облучение (не это ли является причиной образования метастазов при онкозаболеваниях, как после облучения, так и после операционного вмешательства?), хронические болезни, различные токсины, резкие колебания температуры и т. д. В связи с этим возрастает роль антиоксидантов, которые как раз и являются «ловушками» свободных радикалов.

Следует иметь в виду тот факт, что во вдыхаемом табачном дыме свободных радикалов очень много, а в выдыхаемом — их почти нет. Куда они делись? Не в этом ли кроется одна из причин искусственного старения организма?

Таким образом, надо понимать, что свободные радикалы, содержащие кислород, по своему действию отличаются от молекулярного и атомарного кислорода.

Американский исследователь Шлегель неопровержимо доказал, что перекись водорода служит источником атомарного кислорода. Для этого он поместил определенное количество микроорганизмов в 100%-ную азотную кислоту, где, конечно, они

все погибли. В другом сосуде, куда была добавлена перекись водорода, микроорганизмы не только не погибли, но и вели себя как в естественных условиях.

В химическом плане механизм работы атомарного кислорода в организме не так прост. Указанные реакции происходят с различными скоростями и количеством выделяемого тепла. И все эти реакции идут в клетке через образование перекисных соединений, атомарного и молекулярного кислорода и свободных радикалов, с выделением энергии в виде тепла для поддержания температуры тела 36,6 °С, «наведения порядка» и регулирования деления клеток, а также создания энергоинформационного поля (биополя). Образно говоря, каждая клетка представляет собой «атомный реактор»; дающий энергию клеточным процессам и жизнь всему организму.

Как же нормализовать обмен веществ в организме и что нужно для этого делать? Вероятно, чтобы отличить человека от всего животного мира, Всевышний дал ему определенные преимущества, создав по «своему образу и подобию», поставив вертикально и тем самым как бы возвысив его над Природой.

С другой стороны, человек испытывает определенные трудности, ибо имея лишь две точки опоры, он должен постоянно напрягать мышечную и сердечно-сосудистую системы для поддержания организма в нормальном состоянии. Как вы знаете, все животные, имея четыре, а сороконожки

даже больше, точки опоры, как правило, не знакомы с тем же остеохондрозом. Посмотрите, что получается. Человек, в отличие от всего животного мира, где сразу после рождения начинают ходить, плавать, год-полтора вначале ползает, затем постепенно становится на ноги, правда, в дальнейшем треть своей жизни проводит все же в горизонтальном положении. Если в детстве и в молодые годы человек много двигается, бегает, то с возрастом его пыл угасает, подвижность утрачивается, мышцы ослабевают и не могут уже удерживать тело в вертикальном положении, он заболевает. Почему так происходит?

Если вдуматься, то даже врачи не знают, где находится действительное сердце человека. Ведь сердце — это своего рода ресивер, распределительный бачок, перекачивающий кровь в артерии. Дренажная система человека (артерии, вены, капилляры), которая обеспечивает клетки всем необходимым для нормальной работы и удаляет шлаки, должна постоянно работать, то есть перекачивать жидкости. В отличие от технических насосов, в действии которых нет замкнутого круга, у человека артерии с венами соединены с двух концов: один к сердцу, а второй к капиллярам. Получается, что насосом, перекачивающим кровь, *является* не сердце, а капилляры.

Более ста лет тому назад русские ученые И. Щелков и Т. Заллер сделали открытие, что при работе в скелетных мышцах кровообращение усиливается в 60-80 раз, в то время как, например, в

мозгу и желудочно-кишечном тракте только в 8—10 раз. Столь большая потребность мышц в крови стала расцениваться как нагрузка на сердце. Из законов физики известно, что излишняя нагрузка, например на двигатель, приводит к его быстрому изнашиванию. Отсюда делали вывод: при заболеваниях сердца, сосудов необходим охранительный режим. Вместе с тем, как показала практика, те больные, которые не придерживались режима ограничения двигательной активности, быстрее восстанавливали свое здоровье. В чем тут дело?

В настоящее время доказано, что скелетные мышцы состоят из мышечных волокон, которые сокращаются с определенной частотой, воздействуя на расположенные рядом сосуды, в частности на конечные их разветвления — капилляры, как раз и являющиеся действительным насосом на стыке между сердцем и венами и работающие в два-три раза сильнее, чем само сердце. А так как мышц в организме человека более пятисот, то всасывательно-нагнетательная функция их огромна, вот почему она была названа ***периферическим сердцем***.

Включая в активную работу мышцы, периферическое сердце (ПС) одновременно заставляет работать и мозг. У животных, которые подвергались физическим нагрузкам, в мозгу наблюдалась более развитая сеть кровеносных сосудов и более густая нервная система, чем у находившихся в состоянии обездвиженности. Электрофизиологические исследования пожилых людей подтвердили, что у

занимающихся спортом, бегом трусцой, активность волн мозга аналогична активности людей молодого возраста. Иными словами, физическая тренировка оздоровляет не только тело, но и мозг. Это лишний раз служит доказательством взаимосвязи и взаимозависимости всех органов и систем организма. В этом-то и кроются неограниченные возможности на пути не только профилактики, но и лечения заболеваний.

Так, например, профессор А. И. Аринчин провел изумительный по своей простоте опыт: он изолировал икроножную мышцу от организма, замкнув ее в искусственный круг кровообращения, где она проталкивала кровь. Было доказано, что если сердце способно нагнетать кровь с давлением 120 мм ртутного столба, то мышца способна это делать с давлением 200-250 мм ртутного столба и даже больше. Самое главное, что независимо от возраста состояние мышечной ткани поддается тренировке, только нужна постепенность.

Как уже говорилось, одной из важных причин, усугубляющих развитие заболеваний, является ограничение движений, покой, рекомендуемые врачами пациентам во время лечения на фоне приема синтетических лекарственных средств. Оказывается, как правильно говорил Н. М. Амосов, больному организму движений нужно больше, чем здоровому в десятки раз. Особенно это важно при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.

Тренировка мышц, связок — это не только помощь сердцу, но и органам, позвонкам, сочленени-

ям, которые при этом берут часть функций на себя, предохраняя организм от чрезмерных статических и динамических нагрузок и резких движений. Физические упражнения, массируя мышцы, не только улучшают их кровообращение, но, что особенно важно, питают кости, так как последние не имеют своих сосудов, а, следовательно, за счет этого они дольше не теряют упругости и не стареют, и получается, что они лечат сами себя.

Надо знать, что при движении с поверхности суставов слущивается эпителий, перетираются мочекислые отложения, превращаясь в смазку, нормализующую работу суставов. Здесь как нигде подтверждается основной принцип жизни: функция рождает орган. Только не надо лениться, ибо в движении — ваше здоровье. Замечено, что чем слабее мышцы, тем тяжелее переносятся даже стрессовые ситуации. Состояние удрученности, например, может отрицательно влиять на подлопаточную мышцу, из-за чего, когда такой человек идет, у него опущены плечи, сутулится спина; она имеет энергетическую связь с меридианом сердца и через него с самим сердцем. Только от состояния этой мышцы (слабо развита, не тренирована и т. п.) могут возникнуть проблемы с сердцем. Чем больше тренированность мышц, а следовательно, и капилляров, этого периферического сердца, тем больше снижается нагрузка на сердце, тем скорее восстанавливается его функция. Прием перекиси водорода улучшает работу капилляров и сердца.

Роль ультрафиолетовых лучей для живых существ

В поисках ответа на вопрос о пусковом механизме энергетических процессов мы остановились на ультрафиолетовом свете, электромагнитное излучение которого лежит в основе спонтанного митогенетического излучения (А. Гурвич). При работе или отмирании клеток часть освобожденной энергии поглощается новыми клетками, другая - стимулирует процессы метаболизма, что и создает спонтанную биоэлектрическую активность соответствующего органа. При этом клетки каждого органа имеют свой спектр, набор частот, заданный ритмами Солнца еще в процессе эмбрионального развития человека. На этих частотах (волновых процессах) и происходят взаимозависимые электромагнитные колебания, создавая энергоинформационное поле вокруг клетки, органа, а затем всего тела, называемое «аурой» (биополе). Но ведь указанные процессы невозможны без кислорода.

Что же происходит при этом? Известно, что благодаря живительной силе солнечного света происходят явления фотосинтеза, в котором принимает участие только незначительная часть его спектра. Энергия Солнца, достигающая поверхности Земли, содержит целый спектр световых лучей, отличающихся разной длиной волны: инфракрасные (780-1100 нм), видимые (380-780 нм) и ультрафиолетовые (200-380 нм). Учитывая особенности биологического действия световых лучей, УФ-

излучения, в свою очередь, делят на три спектральные области:

УФ А длиной волны от 320 до 380 нм;

УФ В длиной волны от 280 до 320 нм;

УФ С длиной волны от 200 до 280 нм.

Излучение УФ в области «А» слабо по активности, но вместе с тем благотворно влияет на протекание жизненных процессов у живых организмов. УФ-излучение в области «В» более активно, чем УФ А, и может вызывать даже мутационные изменения, которые, например, у растений (да и не только), могут существенно активизировать их рост, улучшать качество и продуктивность. Но наиболее активным является излучение в области «С», что уже, в зависимости от времени и дозы излучения, может приводить к резким мутационным изменениям в живых организмах.

Вот почему коротковолновая часть спектра УФ ниже 293 нм и вся область УФ С полностью поглощается слоем атмосферного озона, водяными парами и другими частицами и не достигает поверхности Земли. Та же часть УФ-излучения, которая выше 294 нм в общем излучении Солнца, которая достигает поверхности Земли, составляет не более 5%, И хотя УФ в области «С» полностью отсутствует в составе солнечного спектра, достигающего Земли (незначительное его количество бывает во время восхода и захода Солнца, отчего это время самое благодатное для загара), его роль в жизни организмов огромна. Недостаток УФ С вызывает нарушение обмена веществ, ослабление защитных

сил организма и возникновение различных заболеваний. Недаром излучение в области «С» называют «витацидным», так как оно обладает сильным бактерицидным действием.

Многолетними исследованиями было установлено, что наиболее физиологичным для организма является УФ С в узких пределах 256-258 нм. Однако при работе с этим спектром частот было обнаружено, что он вызывает существенные сдвиги в гематологических и биохимических процессах, вплоть до патологических. Стали экспериментировать дальше и поняли, что для получения должного физиологического эффекта необходим весь спектр УФ в области «С», но наибольшая его величина должна находиться в пределах 256-258 нм и составлять 80%, а остальной спектр ниже и выше указанного.

Удивительно, что наши данные, приводимые в 60-70-х годах прошлого столетия, совпали с данными физиков Е. Вартановой и В. Ипполитова (Алма-Ата, 1985), доказавших, что даже наша мысль излучается в УФ-спектре в области «С» (256-259 нм). В результате длительных экспериментальных и клинических исследований было создано устройство для УФ-облучения биологических жидкостей (кровь, плазма, лимфа, молоко, вода) — «Гелиос-1», в разработке которого принимали участие И. И. Кондратьев и В. А. Ильин.

Резервные возможности организма огромны, только мы не умеем ими пользоваться, не подвер-

гаем их постоянной тренировке, чтобы они всегда были в боевой готовности. Ультрафиолетовое облучение подстегивает «дремлющую» иммунную систему, в частности лимфоциты, лейкоциты, гранулоциты, которые как раз вырабатывают перекись водорода и уничтожают патологические клетки (явление фагоцитоза). Количество наших защитников увеличивается в два-три раза, существенно усиливается ферментативная активность и секреция гормонов, рассасываются тромбы, значительно улучшается микроциркуляция крови, возрастает интенсивность биохимических и энергетических процессов.

У больных и пожилых людей наблюдается повышение свертываемости крови из-за образования ассоциатов — гроздьев эритроцитов, да и других элементов крови, которые при ослаблении объединяются (слипаются) друг с другом, из-за чего величина их становится больше и они не могут проникнуть через мембрану клеток. При использовании ультрафиолетового облучения эти ассоциаты разрушаются, что не только улучшает текучесть крови, но и увеличивает способность эритроцитов захватывать кислород, без которого клетки задыхаются, находясь в состоянии постоянного кислородного голода, то есть болезни. Нелишне напомнить, что раковые клетки образуются как раз в бескислородной среде.

Улучшение всех биохимических и энергетических показателей способствует тому, что организм сам начинает справляться с патологическими

процессами, происходящими в нем. Вот почему использование ультрафиолетового облучения крови в выбранном нами диапазоне так эффективно практически при любых заболеваниях. Фактически квантовая терапия ультрафиолетовым светом не является средством лечения какого-либо конкретного заболевания, она физиологически стимулирует главные жизненные функции организма, которые улучшают метаболические процессы, повышают энергетический уровень естественных механизмов регуляции и самозащиты, то есть с помощью этой терапии иммунная система начинает работать в том режиме, который заложен в нее Природой. Надо только еще приложить комплекс мероприятий, включающих очистку организма от шлаков, вести здоровый образ жизни и постоянно тренировать свое тело к умеренным физическим нагрузкам, использовать природные факторы: воздух, воду и т. п., закаливающие не только тело, но и душу.

В связи со сказанным очевидна универсальность предлагаемого метода ультрафиолетового облучения, широта и многообразие корректируемых клинических проявлений, отсутствие каких-либо осложнений, а также наличие эффекта при необратимых процессах или утраченных функциях. В частности, использование разработанных приборов в Афганистане для лечения больных вирусным гепатитом, при раневых инфекциях, сепсисе, гангренах, травматическом шоке и др. показало, что равных по эффективности методов нет.

Разработанный нами прибор «Гелиос-1» посредством ультрафиолетового облучения производит частотно-резонансную подпитку организма, приводя к норме нарушенный энергетический потенциал клетки, процессы метаболизма, иммунорезистентность. Благодаря активизации естественных энергетических механизмов организма, дальше он уже сам наводит у себя порядок. Ведь если взять тот же «СПИД», то реакция на ВИЧ-инфекцию не является специфической, о чем многие врачи уже знают, и сам вирус еще никто не видел, ибо он не один, а представлен несколькими вариантами (своего рода «гроздья» вирусов). Последнее крайне затрудняет диагностику — ошибка более чем вероятна, не говоря уже о лечении, которое не дает никакого эффекта кроме отрицательного результата.

Повторяю, что главным фактором возникновения любого заболевания является нарушение в работе сосудистой системы и иммунитета, защитные функции которых должны быть сильнее любого повреждающего фактора, любого вируса. На фоне экологической, экономической, социальной и др. напряженности, когда организм сам по себе испытывает сильнейшие стрессы, связанные с выживанием, возникновение различных заболеваний или появление новых, еще не известных — проблема завтрашнего дня. Любое нарушение (заболевание) в организме сводится к иммунодефициту, что еще в 80-х годах прошедшего века отметила Всемирная организация здравоохранения: вирусный гепатит, хронические болезни, аллергические

проявления, бронхиальная астма, бесплодие, СПИД и др. Достаточно сказать, что в 1988 году, когда в нашей стране о СПИДе мало кто и говорил, считалось, что это заболевание может быть только в буржуазных странах, на 4-м Международном конгрессе по СПИДу в Стокгольме (12-16 июня) нами уже сообщалось, что с помощью устройства для ультрафиолетового облучения крови «Гелиос-1» можно лечить указанные иммунодефицитные заболевания.

Кроме того, в числе достоинств прибора следующие:

- использование минимального количества переливаемой крови (вместо 300-500 мл всего 10-30 мл), чего вполне достаточно для запуска естественных механизмов иммунной и энергетической систем организма;
- облучение жидкости проходит по всей окружности трубки, а не односторонне, как в других приборах, что обеспечивает высокую (до 80%) степень облучения крови, что повышает эффективность облучения на 1,5-2 порядка;
- использование одноразовой стандартной системы для переливания крови; портативный размер прибора позволяет проводить УФО практически в любых условиях.

В связи со сказанным сам собой напрашивается вывод, что ультрафиолетовое облучение крови оказывает разностороннее противовоспалительное, обезболивающее, противоотечное, реге-

нативное, иммунокорригирующее, десенсибилизирующее, антитромботическое, общеукрепляющее и оздоровительное действие на организм, а также действие, влияющее на текучесть крови, повышающее половую потенцию, то есть в целом ультрафиолетовое облучение крови в выбранном физиологическом спектре УФ-излучения, спектре «С», способствует общему оздоровлению и омоложению организма.

И самое главное, что при УФ-облучении образуется озон, который, быстроразлагаясь, выделяет атомарный кислород.

Перспективность сочетания лечебного эффекта перекиси водорода и ультрафиолетовых лучей

Сопоставляя данные, полученные при лечении с помощью перекиси водорода и ультрафиолетового облучения крови, мы пришли к выводу, что в основе эффекта ультрафиолетового облучения крови также лежит атомарный кислород за счет вводимой энергии УФ-лучей в физиологическом диапазоне частот.

Атомарный кислород является тем лечебным фактором, который действует при использовании прибора «Гелиос-1».

Отсюда следует вывод; перекись водорода и ультрафиолетовое облучение крови в предложенном нами приборе — есть *разновидность одного и*

того же метода лечения атомарным кислородом. При этом правильная дозировка в различных ситуациях обеспечивает безопасность такого лечения, а сам метод предоставляет возможность лечения любых заболеваний без использования синтетических лекарственных средств, которые, как правило, снижают иммунитет после первых признаков облегчения.

Осталось только соединить эти способы лечения: один день — H_2O_2, другой день — УФО.

Учитывая, что большие дозы перекиси водорода могут вызвать нежелательные реакции, представляется целесообразным внутривенно вводить ее через УФ-прибор — перекись водорода, быстро разлагающаяся на свету, еще быстрее разлагается при облучении УФ-лучами. В вену поступает уже вода и атомарный кислород, что также позволяет в тяжелых случаях вводить большие дозы атомарного кислорода, избегая вредного воздействия H_2O_2 высокой концентрации, и сделать эту процедуру совершенно безопасной.

Как видно из изложенного, разработанный нами прибор для ультрафиолетового облучения крови имеет существенные преимущества перед аналогичными устройствами.

Учитывая, что без ультрафиолетового спектра в области «С» не может существовать ни человек, ни животное, ни растение, одновременно шла разработка приборов и машин не только для использования в медицинской практике, но и для вете-

ринарии и сельского хозяйства. Были разработаны инструкции, приборы, машины, о которых были не только осведомлены все, казалось бы, заинтересованные ведомства, но и были представлены убедительные доказательства их эффективности (например, «Гелиос-1» успешно проходил клинические испытания в ведущих клиниках страны), но применение всего этого в нашей стране оказалось ненужным. И знаете почему?

Я облегчу вам ответ: да потому, что эти приборы и машины «перекроют кислород» многим предприятиям по выпуску синтетических лекарственных средств, минеральных удобрений и пр. Например, ультрафиолетовое облучение растений (которое им необходимо так же, как людям и животным) практически исключает использование минеральных удобрений при одновременном повышении урожайности любых культур почти в 1,5 раза и оздоровлении (рекультивации) земли.

Если говорить о медицине, то в Министерстве здравоохранения Российской Федерации имеется вся необходимая документация для серийного выпуска приборов «Гелиос-1», но выполненная еще в прежнем СССР, теперь же требуется ее повторить, но под эгидой нового государства — России. И не надо новых ассигнований, исследований, затрат времени и сил. Надо просто дать указание и начать внедрение, так как нужны они в каждой поликлинике, больнице. Но ничего, к сожалению, не меняется: Минздраву России это тоже не нужно. Вот почему изобретатели ранее постоянно

предлагали создать при Минздраве независимое подразделение, которое занималось бы внедрением в медицинскую практику перспективных разработок, а его как не было, так, похоже, и не будет в ближайшем будущем.

ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА И ПРИМЕНЕНИЕ ПЕРЕКИСИ ВОДОРОДА

Природа мудро поступила, дав организму все для того, чтобы он нормально функционировал как самодостаточная, саморегулирующаяся система. Одной из главных составляющих этой системы является способность образования клетками иммунной системы (лейкоцитами и гранулоцитари) из молекулярного кислорода и воды — *перекиси водорода*. Перекись водорода, в свою очередь, распадается на *воду и атомарный кислород,* что является мощным оружием борьбы с любыми патогенными «врагами», будь то вирусы, бактерии, грибки или любые другие паразитарные инфекции. Так как при этом выделяется необходимый клеткам активный кислород, то одновременно устраняется явление гликолиза, возникающего при недостатке кислорода, от чего страдают все биохимические и энергетические реакции организма, а в первую очередь — митохондрии, которые перестают вырабатывать необходимую клеткам энергию. Митохондрии играют огромную роль в жизнедеятельности не только клетки, но и всего организма. Выше уже говорилось, что раковые клетки

могут жить только в бескислородной среде, то есть при гликолизе, даже в условиях отсутствия многих макро- и микроэлементов. Нобелевский лауреат О. Варбург говорил об этом еще в начале прошлого века. Так вот, если митохондрии не получают необходимых для нормальной жизнедеятельности элементов, то они переходят на бескислородный режим работы, в результате чего нарушается дыхание клетки и, соответственно, процесс образования новых и уничтожения отживших и патологических клеток.

Одной из главных функций организма является поддержание электролитного баланса, то есть гомеостаза, или кислотно-щелочного равновесия. Любое отклонение в этом равновесии свидетельствует о наличии в организме воспалительной реакции, что и происходит при недостатке кислорода в клетках и в первую очередь сказывается на митохондриях — этих маленьких электростанциях. Однако еще раз напомню, что речь идет не о том молекулярном кислороде, который поступает в наш организм с воздухом, а о кислороде, получаемом в организме из перекиси водорода — атомарном, который, являясь сильным антиоксидантом, не только восстанавливает работу клеток, но и, окисляя недоокисленные вещества, устраняет в клетке все, что мешает ей нормально работать.

Если бы клетки иммунной системы, ее клетки-киллеры — лейкоциты и гранулоциты — не производили перекись водорода, то наша жизнь вообще была бы невозможна. Вот почему перекись водорода в организме всегда должна присутствовать в до-

статочном количестве, чего, к сожалению, по многим причинам не случается. Как заявляют, например, доктора Флетчер и Маален, у больных лейкозом образование перекиси водорода уменьшено на 70%, и пока не будет восстановлен ее уровень, вылечить такого больного практически нельзя.

Что же происходит в организме при образовании перекиси водорода? Следует сказать, что формула распада перекиси водорода на воду и кислород не отражает всей сущности процесса, так как при распаде одной молекулы перекиси водорода образуется один атом атомарного кислорода

$$H_2O_2 = H_2O + 'O' + 23 ккал.$$

При распаде двух молекул перекиси водорода образуются два атома кислорода, которые объединяются в молекулу кислорода

$$2H_2O_2 - 2H_2O + O_2 + 47 ккал.$$

Но вероятность образования из перекиси водорода молекул кислорода довольно низкая, так как за счет высокой активности атомарного кислорода он в первую очередь используется для нормализации окислительно-восстановительных реакций органических радикалов, требующих меньших энергий, чем для образования молекул кислорода. Указанные реакции происходят одновременно, но с разными энергиями и, соответственно, скоростями, не совпадающими по времени и условиям. Таким образом, в указанных реакциях происходит более

сложный равновесный процесс получения молекулярного и атомарного кислорода, который и играет главенствующую роль в окислительно-восстановительных процессах, и нарушение его образования приводит к заболеваниям, характер которых не имеет значения, о чем уже упоминалось выше. При этом наблюдается определенная взаимозависимость: активность молекулярного кислорода тем выше, чем больше концентрация атомарного кислорода, и наоборот.

Например, в сосновом бору наблюдается высокая концентрация не только молекулярного, но и атомарного кислорода, который образуется из быстроразлагающегося озона, чей запах мы даже ощущаем. Следовательно, пусковым механизмом биоэнергетических реакций, происходящих в организме за счет электронных перестроек, является атомарный кислород, образующийся из перекиси водорода.

Здесь следует сказать несколько слов о *люстре Чижевского*. Главная заслуга его в том, что он доказал: в воздухе есть аэроионы, без которых человек жить не может. Он назвал их «витаминами воздуха». Если, например, животным (мыши, крысы) давать дышать воздухом, фильтрованным через вату, то через две-три недели они от такого «стерильного» воздуха погибают. Оказывается, с помощью созданной ученым люстры образуется ионизированный воздух, тот же озон, который, разлагаясь, образует молекулярный и атомарный кислород, оказывающий такое живительное действие. Это тот

же ионизированный воздух, которым мы дышим возле водопадов в горах.

Есть одно любопытное обстоятельство. Если в паспорте прибора написано, что в объеме 1 $м^3$ от лампы столько-то тысяч отрицательно заряженных ионов, улучшающих состояние человека, то можете быть уверены, что в том же объеме столько же положительных ионов, ухудшающих здоровье. Все дело в том, что без взаимосвязи положительных и отрицательных процессов в Природе ничего существовать не может. С развитием цивилизации человек загнал себя в банку Фарадея, в которой изменена электромагнитная составляющая, когда положительных аэроионов больше, чем отрицательных, в результате чего клетка организма, теряя заряд на мембране, становится уязвимой для любого повреждающего фактора. Вот почему, находясь возле люстры Чижевского и захватывая отрицательные аэроионы, человек получает облегчение. Только одно не учитывается при пользовании этим прибором. При работе элементы люстры, разлагая воздух на положительные и отрицательные ионы, притягивают к себе всю грязь, как пылесос, что в последующем может сказаться как на эффективности ее работы, так и на здоровье человека.

Как же правильно пользоваться люстрой? Проветрить помещение, закрыть форточки, исключить сквозняк, включить люстру на 20-30 минут, выключить, и так периодически каждые два-три часа проделывать эту процедуру. К сожалению, я нигде не встречал данных о том, сколько же времени люстра может эффективно работать «в полевых условиях».

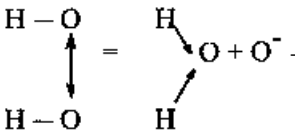
Сущность дыхания заключается в соединении углерода и водорода органики с кислородом воздуха. В химическом отношении этот процесс одинаков как для животных, так и для растений, причем растения в двадцать раз больше выделяют кислорода, чем поглощают. Поэтому в атмосфере и поддерживается необходимое для человека количество кислорода. И все эти реакции идут в следующем порядке: молекулярный кислород — озон — перекись водорода — атомарный кислород с выделением энергии для поддержания температуры тела 36,6 °С и создания биополевой оболочки — ауры (служащей также энергетической подпиткой организма из окружающей среды) и процесса деления новых клеток и уничтожения старых. Образно говоря, каждая клетка — это своего рода атомный реактор, дающий энергию клеточным процессам и жизнь всему организму. Не в этом ли загадка гения Курчатова, что он скопировал процесс, протекающий в организме, для создания атомного реактора, где предусмотрел использование в виде стержней углерода, снижение концентрации которого в организме вызывает мутации клеток и неуправляемый их рост, остановить который можно только за счет восстановления равновесного процесса между образованием кислорода — углерода? Вот почему так важно нормальное соотношение углекислого газа и кислорода, ведь его нарушение приводит, как правило, к патологическим изменениям в работе клеток.

Понимание сущности этих процессов является базовым для использования перекиси водорода

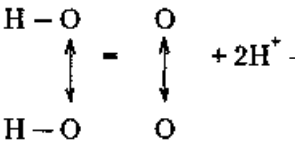
при лечении различных заболеваний. Вводя в организм недостающую перекись водорода, мы вводим дополнительное «горючее», стимулирующее атомарные процессы, происходящие в клетке, побуждая их к началу работы и защите от различных повреждающих факторов. В природе много источников образования атомарного кислорода: человек хорошо себя чувствует в лесу, возле бурлящего водопада, под люстрой Чижевского, в кислородных ваннах, при ультрафиолетовом облучении — за счет прямого образования из озона атомарного кислорода.

При сбое этого механизма, то есть недостатке кислорода, о чем уже неоднократно говорилось, возникают различные болезни, вплоть до гибели организма. Вот тогда для восстановления баланса кислорода, стимуляции окислительных процессов и активизации собственного атомарного кислорода и нужно использовать перекись водорода.

При введении перекиси водорода перорально (через рот) или внутривенно (в биологически рекомендуемых дозах) окислительный ее распад происходит по следующей схеме:



— на окисление, характерное для кислой среды



— на восстановление, характерное для щелочной среды

Структурная формула перекиси водорода Н-О-О-Н показывает, что два атома кислорода непосредственно соединены друг с другом и связь эта неустойчива. Например, чистая перекись водорода способна разлагаться на воду и кислород со взрывом, отчего она используется в медицине в разбавленных водных растворах. Перекись водорода, как сказано выше, обладает слабо выраженными кислотными свойствами, на чем и основана ее окислительная функция в кислой среде, а восстановительная — в щелочной, то есть та, которая наблюдается в зашлакованном организме.

Активность атомарного кислорода очень высокая, и он в первую очередь окисляет атомы элементов, не свойственных данному организму. Вся патогенная флора как огня боится встречи с таким кислородом, так как практически она возникает при его дефиците.

Главное же назначение атомарного кислорода — это коррекция резонансной частоты каждой клетки, развитие новых, подавление старых и больных.

Такой механизм действия перекиси водорода подтверждается рядом наблюдаемых случаев.

- *Больная И., 40 лет, заболела* ***раком груди с обширными метастазами.*** *В операции было отказано, после этого уехала в деревню в Сибирь, где был кедровый лес. Прожила там 6 месяцев, вернулась в полном здравии.*

- *Молодой человек, 16 лет, пришел из школы и за ужином заснул.* ***Спал 3 месяца.*** *Отец, заведующий реанимацией в Волгограде, за помощью об-*

ращался во все инстанции, вплоть до Москвы. Разбудить сына никто не мог.

Сделали одну за другой две процедуры ультрафиолетового облучения крови с помощью сконструированного нами прибора «Гелиос-1». На следующий день молодой человек проснулся, вначале узнал сестру, затем мать, потом окончательно пришел в себя.

- *Больной К, 83 года, **раковая опухоль (с яйцо) на правом виске** постоянно кровоточила. Проводимые врачами мероприятия были безрезультатными, и в дальнейшем они отказались что-либо делать. Решено было накладывать на рану тампоны, смоченные вначале 15%-ной, а затем, 30%-ной перекисью водорода. Через неделю кровотечение прекратилось, а через месяц исчезла сама опухоль. Поверхность правого виска стала чистой, как будто там ничего не было. Врачи не могли поверить, что таким образом была удалена опухоль, с которой они не могли справиться.*

В книге У. Дугласа «Целительные свойства перекиси водорода» приводится перечень заболеваний, относящихся к иммунодефицитным состояниям (ревматоидный артрит, красная волчанка, аллергические расстройства и т. п.), которые практически все излечиваются от приема перекиси водорода, особенно при внутривенном введении.

Между прочим, пытливые умы используют перекись водорода в качестве лечебного средства

при самых различных заболеваниях уже около 200 лет.

И хотя успешное применение перекиси водорода в виде внутривенного вливания было проведено во Франции врачом Нистеном в 1811 году, о чем сообщили в журнале «Ланцет» доктора Терклифф и Стеббинг, которые также (1916 год) использовали H_2O_2 для внутривенного вливания при разных состояниях с достаточно хорошим терапевтическим эффектом, до настоящего времени она широкого применения не нашла... из-за своей простоты и дешевизны. Конечно, использование перекиси водорода приведет к подрыву громадной индустрии по созданию и выпуску синтетических лекарственных средств, приносящих огромный доход, правда, к сожалению, за счет ухудшения здоровья тех, кто их принимает.

Формы выпуска и традиционное применение перекиси водорода

Перекись водорода — это бесцветная жидкость (в больших объемах или концентрации — чуть синеватая), без запаха. Это нестойкое соединение, хорошо растворимое в воде и разлагающееся даже при комнатной температуре на свету, в связи с чем хранить ее лучше в пузырьках из темного стекла.

Перекись водорода называют также *пергидролью, гидроперитом, гиперолом, лаперолом*. Японцы недавно изобрели эквивалент перекиси водорода, под названием флюзол, который они с успехом применяют при облучении раковых больных.

Пергидроль — концентрированный раствор H_2O_2, в котором она находится в количестве 27,5-35%. В аптечной сети, как правило, продается 3%-ная перекись, часто даже без обозначения концентрации.

Многие обеспокоены тем, что H_2O_2 якобы грязная и содержит ряд вредных для организма веществ, в частности, свинец и цинк. В отличие от технической, поступающая в аптеки H_2O_2 достаточно чистая, особенно приготовленная для акушеров. Конечно, наличие примесей того же свинца нежелательно, но в тех количествах перекиси водорода, которые рекомендуются для приема внутрь или внутривенно, этим можно пренебречь, учитывая тот лечебный эффект, который она вызывает, тем более что количество свинца, поступающего в организм из других источников, всегда превышает допустимые нормы.

Цинк же является необходимым элементом, без которого не происходят многие биохимические и энергетические реакции.

Гидроперит выпускается в таблетках и содержит около 35% H_2O_2. Перед употреблением таблетки растворяют в воде: 1 таблетка на 1 ст. ложку воды (15 мл), что соответствует 3%-ному раствору H_2O_2.

Причем использовать гидроперит можно только наружно, так как он недостаточно очищен.

Перекись водорода традиционно применяют в качестве антисептического, кровоостанавливающего средства, в качестве отбеливателя, для получения кислорода и в качестве окислителя в ракетной технике.

В организме перекись водорода под воздействием фермента каталазы разлагается на воду и *атомарный кислород,* защищая клеточные структуры от повреждений. В противном случае клетка загрязняется, и такой процесс, как апоптоз (ликвидация отживших больных клеток, паразитов) не происходит.

Доказано, что перекись водорода *участвует во всех биоорганических процессах обмена веществ:* белков, жиров, углеводов, минеральных солей, а также в образовании витаминов, в работе всех ферментных, гормональных систем, в выработке тепла в организме, она способствует переходу сахара из плазмы крови в клетки без помощи инсулина.

Однако, помимо насыщения организма атомарным кислородом, перекись водорода играет и другую, возможно, более важную роль — окисляет токсические вещества. Это свойство доктор Фарр назвал «окислительной детоксикацией». В частности, окисляя жиры, отлагающиеся на стенках сосудов, она не только предотвращает, но и устраняет явления атеросклероза.

Окислительные свойства перекиси водорода очень сильны: если 10-15 мл H_2O_2 влить в 1 л воды, то количество микробов в ней уменьшается в 1000 раз! При этом гибнут даже такие патогенные микробы, как возбудители холеры и брюшного тифа, споры сибирской язвы, очень устойчивые во внешней среде. Способность перекиси водорода (при внутривенном введении) успешно бороться с бактериальными, грибковыми, паразитарными и вирусными инфекциями, а также стимулировать работу иммунной системы и препятствовать росту

опухолей установлена большим количеством лабораторных и клинических исследований. (У. Дуглас, 1998). После внутривенного введения H_2O_2 в организм клетки-киллеры, Т-лимфоциты, ответственные за напряженность работы иммунной системы, приобретают более высокую активность.

Сочетание же использования перекиси водорода с ультрафиолетовым облучением крови оказывает еще более выраженный терапевтический эффект, особенно в случаях заболеваний, связанных с такими иммунодефицитными состояниями, как вирусный гепатит, хронические болезни, бесплодие, так называемый СПИД, бронхиальная астма и т. д.

Способы лечебного использования перекиси водорода

Я получаю много писем, и, бывает, в них говорится о небезопасности использования перекиси водорода, особенно внутривенного ее введения.

Вообще, прежде чем что-то рекомендовать другим, я все испытываю на себе. Так вот, я внутривенно ввожу себе и своим родственникам перекись водорода с помощью шприца у себя дома на кухне — и ничего, жив!

Перекись водорода — это раствор, где молекулы атомарного кислорода отделены друг от друга молекулами воды, а, следовательно, *в отличие от молекул чистого кислорода, очень маленькие, риск газовой эмболии практически исключается,*

Отрицательное действие перекиси водорода при приеме внутрь объясняется тем, что в желудочно-кишечном тракте мало фермента каталазы или ее нет вообще. Вот почему выбрана доза, не превышающая ***10 капель на один прием*** **за 30** минут до еды или через 1,5-2 часа после. К тому же не случайно начальный прием перекиси водорода (10 дней), да и при внутривенном введении, определен в режиме привыкания. Да и сами больные могут определить для себя приемлемую комфортную дозу, например, даже не превышающую ***3-5 капель на один прием.***

В нашей «цивилизованной» жизни мы едим жареную, жирную, копченую, да еще отравленную химическими веществами пищу, в которой кислорода нет вообще, поэтому на ее переработку кислорода требуется очень большое количество. А ткани живут практически в бескислородной среде и вынуждены бороться за каждый лишний «глоток воздуха». Поэтому у некоторых людей прием даже двух капель перекиси водорода вызывает иногда различные недомогания, вплоть до обмороков, как это бывает с городским человеком, очутившимся в лесу. И все-таки, ввиду того, что организм человека из-за малоподвижного образа жизни, характера питания и других факторов практически всегда испытывает недостаток кислорода, прием перекиси водорода при любых расстройствах будет не лишним.

Если после приема перекиси водорода появятся какие-либо дискомфортные явления, боли, тя-

жесть и др., то на 1-2 дня прием прекратите или снизьте дозу до 3-5 капель. При использовании перекиси следует принимать витамин С (один зубчик чеснока в день решит эту задачу).

Наружное применение

1-2 ч. ложки 3%-ного раствора H_2O_2 — на 50 мл воды. Используется в виде компрессов (держать 0,5-1 час), втираний в любые болезненные места (область сердца, суставы и т. д.), для полоскания рта, смазывания кожной поверхности при болезни Паркинсона, рассеянном склерозе и т. п.

При кожных заболеваниях (экзема, псориаз и др.) можно использовать не только 3%-ную перекись водорода (неразбавленную), но и 15-25-33%-ную перекись водорода, приготовленную из таблеток гидропирита, который можно приобрести в магазинах химических реактивов. Следует смазывать высыпания 1-2 раза в день до полного их исчезновения.

Если у вас грибок на ногах или в других местах или бородавки на теле и другие высыпания, то надо смазывать их 3%-ным раствором H_2O_2 несколько дней, и они исчезнут.

При различных заболеваниях ушей, тугоухости вначале следует использовать 0,5%-ную перекись, затем повысить концентрацию до 3% (закапывать или вводить на ватном тампоне).

Внутреннее применение

Принимать, начиная *с 1 капли на 2-3 ст. ложки воды (30-50 мл) 3 раза в день за 30 минут до еды*

или через 1,5-2 часа после, ежедневно добавляя по одной капле до 10 на десятый день. Сделать перерыв 2-3 дня и принимать уже по 10 капель, делая перерыв через каждые 2-3 дня. Некоторые больные вообще не делают перерыва.

Если есть необходимость, детям до 5 лет можно принимать по *1—2 капли на 2 ст. ложки воды,* с 5-10 лет — *по 2-5 капель,* с 10-14 лет — *по 5-8 капель* за один раз, также — за 30 минут до еды или через 1,5-2 часа после.

Применение через нос

При любых заболеваниях или некомфортных состояниях (гриппе, простуде, головной боли), особенно при болезни Паркинсона, рассеянном склерозе, заболеваниях носоглотки (гайморите, воспалении лобных пазух), шуме в голове и др. следует закапывать перекись водорода в нос, из расчета *10-15 капель на 1 ст. ложку воды* и по целой пипетке закапать сначала в одну, а потом в другую ноздрю. Через 1-2 дня можно увеличить дозу — по 2-3 пипетки в каждую ноздрю, а потом вводить до одного кубика с помощью одногра́ммового шприца.

Когда через 20-30 секунд из носа начнет выделяться слизь, надо пойти в ванну, наклонить голову к плечу, пальцем зажать ноздрю, которая сверху, а через нижнюю спокойно выдуть все, что из носа выйдет. Затем наклонить голову в другую сторону и проделать то же самое.

Минут 10-15 ничего не пить и не есть.



Из отзывов

Уважаемый Иван Павлович! Хочу поделиться с Вами, что со мной произошло со времени начала приема H_2O_2.

Мне 73 года, перенесла инфаркт и инсульт, правая сторона практически не работала, передвигалась с трудом по комнате из-за сильных болей в области сердца, суставах. Поворачивать голову могла только вместе с корпусом и много чего еще. Начала принимать H_2O_2 по Вашей рекомендации, закапывать в нос и даже растираться ею. Через 1-2 недели почувствовала незначительное облегчение, а к концу месяца будто ослабла какая-то пружина, после чего практически исчезли боли в области сердца, суставах.

Прошло уже 7 месяцев, а чувствую себя как 10 лет тому назад до болезней. Хожу сама в магазины, делаю постоянно посильную физзарядку, все лето копалась в огороде. Да еще ходила по земле босиком и периодически хлестала себя веничком из крапивы. Сейчас все мои соседи перешли на такой же режим жизни и поняли, что не потрудишься сам ради собственного здоровья, толку никакого не будет, тем более от лекарств, которыми нас только травят. Благодарю Бога, что Вы есть на свете. Здоровья Вам самому и Вашим сотрудникам.

Т, Гордеева, г. Киров

Комментарий. Как видите, результат появился не сразу, и так как клетки больных живут фактически в бескислородной среде, то продолжительность приема перекиси водорода по времени не ограничена.



Мне 64 года. В 50 лет перенес инфаркт, через полтора года добавилась гипертония, причем кровяное давление повышалось до 250/140 мм рт. ст. К 60 годам добавилась мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия, простатит, который перешел в аденому. С 52 лет на инвалидности, и, несмотря на множество принимаемых лекарств и лечение в больницах, становилось все хуже. В результате — тяжелая одышка, ходил с трудом, нагибаться из-за отечности ног не мог, передвигался только с помощью близких, ухудшалась память, в голове был постоянный шум. Думал уже о том, чтобы закончить свою жизнь на Зёмле, чтобы не мучить ни себя, ни родных, ни врачей, которым самим от моего вида становилось плохо.

В начале 2000 года познакомился с рекомендациями профессора Неумывакина и начал принимать перекись водорода по схеме, а также стал заниматься посильными физическими упражнениями, принимать контрастный душ, ходить при любой погоде, то есть, не надеясь ни на кого, занялся своим здоровьем, как говорит Иван Павлович, в комплексе.

В результате сейчас (октябрь 2003 г.) я считаю себя практически здоровым человеком. Кровяное давление стало 130-140/85-95 мм рт. ст., экстрасистолы есть, но я их не замечаю, хожу свободно, позвоночник гнется, делаю «Березку», стою на голове до 1 минуты, хожу на ягодицах, практически перестал вставать ночью в туалет. Шум в голове, отечность ног исчезли.

Прав профессор Неумывакин: здоровье надо самим зарабатывать, у меня на физзарядку и утренние процедуры уходит около часа, днем на ходьбу, бег трусцой — 1-1,5 часа. Остальное время — посильный труд

на участке. Но ведь, несмотря на то, что мой возраст стал больше, я чувствую себя гораздо лучше, чем даже до болезни. Оказывается все просто, но без собственного труда здоровья не будет. К врачам не хожу, а если приду, то они удивляются, почему я еще живу, так как по их меркам я давно должен был умереть. Так я им говорю: «Не дождетесь». Кстати, некоторые из них уже умерли.

Что же получается? Многие, к которым я раньше обращался, не могли мне порекомендовать, что мне самому делать, а Главный Народный целитель России один мог это сделать. Как мне теперь прикажете относиться к официальной медицине, которая отказывается от больных, ради кого она и существует,

С уважением и благодарностью к Вам за мудрые и простые советы, выполняя которые больные становятся здоровыми.

И. П. Потзоров, Липецк



К старости набралось много болячек, и уже, кажется, приспособились к ним, но постоянное чувство слабости, разбитости, утомления даже от незначительной работы сделало жизнь не в жизнь. Стали с мужем принимать перекись водорода по совету И. П. Неумывакина. После первой декады ничего не почувствовала, но затем стали твориться чудеса. Кишечник начал выбрасывать что-то невообразимое: какие-то пленки, черноту, камешки, и это продолжалось больше недели. В скоре та же картина стала наблюдаться и у мужа. Если бы Вы знали, как мы ожили, можно сказать омолодились лет на 10-15. Неужели все это перекись водорода?

В. И. Морозова, Томск

Комментарий. Дело в том, что выделяемый при разложении перекиси водорода в организме атомарный кислород является не только сильным дополнительным источником насыщения тканей кислородом, но и окислителем токсических продуктов, которые блокировали работу кишечника. Некоторые ученые утверждают (профессор Есенкулов), что перекись водорода повреждает клетки реснитчатого эпителия толстого кишечника, что в последующем отрицательно скажется на его работе. Перекись водорода — это не только продукт деятельности клеток-киллеров, уничтожающих любую патогенную микрофлору, вирусы, грибки. Перекись водорода — это своего рода универсальное средство поддержания на должном физиологическом уровне всех жизненно важных процессов. Клетки иммунной системы — лимфоциты и гранулоциты — наши спасители, а не разрушители. Вот почему перекись водорода, доокислив недоокисленные вещества, выбросила их из организма, «наведя порядок» в кишечнике.



От всей души благодарю за рекомендации по приему перекиси водорода. Я инвалид II группы, мне 77 лет. 44 года проработал в науке. В 1990 году перенес обширный инфаркт миокарда. С тех пор страдаю стенокардией напряжения, пройти 5 минут от дома до института не мог без остановки и приема нитроглицерина. И это притом, что лечился самыми современными средствами. Год назад положение резко ухудшилось, и я вынужден был уйти на пенсию. Прочитав о пользе перекиси водорода в вестнике «ЗОЖ», начал принимать ее по 30 капель

в день. Через несколько недель стенокардия, которая, как известно, связана с недостатком кислорода сердечной мышцы, полностью исчезла. Кислород перекиси водорода полностью обеспечил потребность сердца. Постепенно я исключил прием всех препаратов, предназначенных для расширения сосудов. Принимая только перекись водорода, я чувствую себя великолепно — как будто заменили сердце. Я с удовольствием вожу автомашину, летом успешно работал на садово-огородном участке (копал, сажал, ухаживал, убирал урожай). В настоящее время легко прохожу 5 км.

Профессор Г. П. Кутузов, г. Лобня



Уважаемый Иван Павлович!

Обращается к Вам пенсионерка, ветеран войны с просьбой расшифровать методику приема перекиси водорода. С 16 апреля 2003 года начала принимать перекись, начиная с одной капли, и дошла до 30 капель с перерывом. Поскольку я, вероятно, невнимательно изучила Ваш рецепт, то стала принимать перекись два раза в день утром и вечером по 30 капель. После приема никаких внутренних нарушений не было, наоборот появилась бодрость, и если раньше с трудом передвигалась, то стала лучше и быстрее ходить, не испытывая усталости. Но через 1,5 месяца такого приема перекиси заметила, что у меня стало резко ухудшаться зрение. Так как у меня многие годы развивалась прогрессирующая катаракта, то я обратилась к врачу, которая сказала, что прием перекиси мог убыстрить развитие катаракты и что нужна срочная операция. Что мне делать дальше? Принимать перекись или нет?

Н. Свиридова, Казань

Комментарий. Уважаемая Надежда Сергеевна! В организме исподволь, постепенно накапливаются явления, которые, дойдя до определенного предела, выливаются в то или иное заболевание. Катаракта ведь давно созревала, а здесь перекись водорода, за счет своего влияния, могла усилить обменные процессы в глазу, что, возможно, в дальнейшем сможет послужить началом рассасывания катаракты, чему я неоднократно был свидетель. Но, главное, не надо увеличивать одноразовую рекомендуемую дозу приема перекиси водорода — 10 капель на 30-50 мл воды.



Скажу о том, что в течение шести лет я страдала от бронхиальной астмы, особенно было плохо ночью. Спать не могла, задыхалась. И вот в вестнике прочитала интервью с профессором И. П. Неумывакиным. Сразу поверила в перекись водорода и стала принимать, как рекомендовал доктор. И произошло чудо — бронхиальная астма, мучившая меня столько лет, рассталась со мной. Какое же это счастье, когда ты не задыхаешься и можешь вести нормальный образ жизни!

Валентина К., Димитровград



Год назад мои болезни — ревматизм, полиартрит и артроз коленных суставов — довели меня до плачевного состояния. Боли были адские, почти не могла ходить. Живу одна, и помогать мне было некому, а жить-то надо. На работу ползала крошечными шажками, почти теряя сознание. Врачи сказали, что «не их профиль» и практически отказались от меня. Дойдя до крайности, почувствовала себя приговоренной к медленной мучительной смерти. Целый месяц

почти не спала: вены вздулись, ноги покрылись огромными шишками, постоянно мучили судороги, которые терпеть было невозможно.

И вот, когда смерть уже казалась счастливым избавлением, мне в руки попалась статья профессора Ж. П. Неумывакина о перекиси водорода. Слава Богу, что я узнала об этом удивительном лекарстве! Сразу стала принимать перекись водорода. Началось очень медленное, но стабильное улучшение. Теперь живу нормально, работаю и надеюсь выздороветь полностью. Чтобы почувствовать действие перекиси водорода, нужно, оказывается, пить ее долгое время. Результат несомненный. Отступают даже тяжелые недуги, что были у меня, но судороги в ногах продолжали меня беспокоить...

Прочитала и статью о приборе «Невотон» — дороговат, не по карману. Утут меня осенило: ну что такое этот прибор? Да обычный кусок магнита, запаянный в пластмассу. Взяла отвертку, пошла на кухню и отвинтила у кухонных шкафов маленькие магниты. Взяла «скотч» и прилепила магнит на икроножную мышцу. И взвыла! Минут 10 были сильные боли, которые затем стихли. Прикрепила второй магнит на другую ногу и легла спать. Оказалось, что помимо того, что сняли мою боль, они обладают мочегонным действием — всю ночь бегала в туалет. Утром посмотрела на ноги и ахнула: никаких отеков и за одну ночь сошли огромные ревматоидные шишки, и в течение одной ночи ни одной судороги. Попробовала большие магниты, но больно сильно действует, поэтому используйте маленькие. При остеохондрозе, артрозах, болях в различных местах хорошо помогают магниты. Мой старенький отец еле ковылял:

болели суставы. Уговорила его прикрепить маленькие магниты. Что Вы думаете: через три дня он начал бодро ходить.

Лариса Петровна Кольченко,
Петропавловск

Комментарий. Уважаемая Лариса Петровна! Вы совершенно случайно — точнее, интуитивно, нашли метод, который разработал Заслуженный изобретатель России В. С. Патрасенко, основоположник нового направления — магнитотерапии с ее магнитотронами. Дело в том, что магнитное поле Земли в настоящее время значительно ослабло по многим причинам, и наш организм еще на это не реагирует. В то время как клетки уже испытывают энергетический голод. Так вот, изобретатель Патрасенко нашел электромагнитную составляющую, которая по своей структуре и градиенту равна магнитному полю Земли, и с помощью своих магнитов физиологически подкачивает недостающую энергию клеткам, которые начинают нормально работать. Вот даже простые магнитные защелки на дверцах (кстати, это тоже его изобретение) оказали чудодейственный эффект. Дело в том, что магнитотроны дают реологический эффект (жидкость становится более текучей). В пожилом возрасте у малоподвижных людей в результате изменения вязкости крови в ней образуются ассоциаты (гроздья) — слипшиеся элементы крови из тех же эритроцитов, которые, увеличившись в своей массе, уже не могут проникнуть через мембрану клетки, что и заставляет ее испытывать голод, и она заболевает. Магнитотроны же подкачивают клетки энергией, и те, разлипаясь, снова стано-

вятся самостоятельными и начинают нормально обеспечивать доставку питательных веществ и вынос продуктов жизнедеятельности.



Не ошибусь, если скажу, что каждый из нас больше всего боится инсульта. Вот и я тоже опасаюсь. Лет 20-25 тому назад у меня периодически стали появляться отеки левой щеки, а при надавливании на щеку я чувствовала острую боль, и одновременно с этим воспалялось левое ухо, веки левого глаза. Обратилась к врачам. Отоларинголог прописал мне вибромассаж больного уха, а по поводу зрения и для снятия покраснения век мне был рекомендован обычный массаж век стеклянной палочкой. Когда я через две недели убедилась в совершенной бесполезности этих процедур, то просто от них отказалась. Я лишь попусту потратила свое время и чуть не упустила сроки, когда еще можно себе помочь. Вот тогда я и поставила себе диагноз — прединсульт.

А что делать дальше, как себя спасать? Заметьте, то были 1970-80-е годы: под контролем и запретом йога, дыхание по Бутейко, Борис Болотов в тюрьме за свою книгу «Бессмертие — это реально». Диссидентов вылавливали, сажали в тюрьмы, а статьи в «Здоровье» были однообразны, бессодержательно пусты и стереотипно пошлы. Среди всего этого мог задохнуться мало-мальски живой ум, а я еще в одиночку решилась сразиться с этой болезнью!

Помогла мне моя профессия. Я инженер-геолог и большую часть своей жизни проводила в полевых условиях. Жили мы в палатках, где не было телевизора, но зато был старенький радиоприемник «Рекорд», по которому мы с коллегами ловили «Голос Свободы». Его

тогда нещадно глушили, но мы умудрялись среди адского шума разбирать слова. На этой волне в 5.00 утра всегда передавали (и сейчас передают) все новинки о здоровье американской нации. В одной из этих передач я услышала следующее (воспроизвожу почти дословно).

Инсульт не грозит тем, кто ведет регулярный уход за зубами с помощью перекиси водорода и питьевой соды. Американские ученые, которые в течение 10 лет наблюдали за двадцатью тысячами пациентов, пришли к выводу, что это существенно снижает риск кровоизлияния в мозг. Рецепт такой: ***в 0,5 ч. ложки питьевой соды капнуть 5-6 капель перекиси водорода, размешать и нанести на марлевый или ватный тампон. Затем этим тампоном чистить зубы и слегка массировать десны в течение 4-5 минут. Эту процедуру надо делать утром после сна. Можно и вечером перед сном.***

С тех пор я до сегодняшнего дня провожу эту процедуру ежедневно, ведь перекись водорода дешевое, простое, доступное средство, которое применяется при промывании и дезинфекции открытых ран. Оно оказывает существенную помощь в лечении весьма серьезных болезней и позволяет успешно противостоять целой армии вредоносных бактерий и вирусов. И каков результат за 20 лет службы перекиси водорода? Начну с того, что зубы у меня в 63 года — все свои, зрение — 100%, читаю самый мелкий шрифт «ЗОЖ» без очков, речь четкая, память не нарушена, вкус, обоняние, аппетит — высшей пробы, О больном ухе не осталось даже воспоминаний. Я безмерно благодарна случайно подслушанной информации. Впрочем, сейчас уже и наши ученые утверждают, что если бы белые

кровяные тельца нашей крови не производили перекись водорода (которую они вырабатывают из атмосферного кислорода и воды), то Земля давно уже принадлежала бы исключительно только бактериям, вирусам, грибкам, паразитам и другой нечисти.

Конечно, если вместе с применением такого рецепта использования перекиси водорода вести разумный образ жизни (а уж я -то знаю, что профессия геолога приучает к аскетичному образу жизни), требующий постоянной тренированности организма, то проблемы со здоровьем куда-то исчезают.

Мне 64 года. В течение 40 лет у меня постоянно была высокая скорость оседания эритроцитов (СОЭ — 35-40 мм/час). Обращалась ко всем врачам, пыталась найти причину, но тщетно. Пришла к выводу, что во время родов был занесен стрептококк, который находится в крови. Как от него избавиться - врачи не знали. Прочитав статьи профессора И. П. Неумывакина о перекиси водорода, сразу в них поверила и решила действовать. Сделала очистку кишечника и стала пить по схеме. Через 10 дней сдала анализы и не поверила своим ушам, когда врач сказал, что все показатели отличные. Даже ЭКГ стала в норме, хотя раньше было нарушение проводимости. Радости моей, конечно, не было предела. Страдать 40 лет и за 10 дней стать здоровой.

Л. Яськo, Волгоград



У моего мужа тяжелый ушиб головного мозга. Инвалид I группы. Парез левой стороны, в том числе языка. Потерял ощущение вкуса, обоняния, чувство аппетита и насыщения едой, восприятие света, речь, память и так далее, много чего. Я сама

инвалид II группы: бронхиальная астма, стенокардия (все болячки долго перечислять). После интервью Неумывакина с 26 марта стали принимать без совета с врачами перекись водорода 2 раза в день по 10 капель плюс два драже витамина С. Решили так: нам нечего терять, авось поможет. И начало есть! Муж стал говорить, перестала выпадать с левой стороны изо рта пища, появилось чувство голода и сытости, стал различать — соленое или нет, улучшился цвет кожи, стал запоминать остановки. Уменя тоже есть некоторые, хотя и не такие, как у мужа, сдвиги.

Т, Вербило, Красноярск



Умужа аденома предстательной железы. Перенес две операции. Ухудшилось, несмотря ни на что, отхождение мочи и состояние кишечника. После прочтения «ЗОЖ» стал принимать перекись водорода. Итог: показатель ПСА снизился с 6,6 до 2,0, что является нормой, наладилась работа мочевого пузыря, ночью редко встает, тогда как раньше это было не меньше 3-5 раз. Кишечник нормально заработал.

Л. Гринберг, Саратов



С 35 лет страдаю гипертонией, аритмией, тромбофлебитом с постоянной отечностью ног. После пункции костного мозга в течение 20 лет донимал радикулит — лечили, но все равно ходила как вопросительный знак. Начала пить перекись водорода. После первого десятидневного курса ничего особенного не заметила. Но после второй десятидневки со мной стали происходит чудеса. Исчезла аритмия, кровяное давление, которое меньше цифры 160/100

не опускалось, стало 120/90, пастозность и отечность ног, где были явления тромбофлебита, также исчезли. Но, что удивительно, у меня распрямилась спина, и волосы стали чернеть.

Галина Константиновна, 65 лет, Москва



*Здравствуйте, уважаемый Иван Павлович! Получила Вашу книгу *, написанную вместе с Людмилой Степановной, — это кладезь мудрости и простых рекомендаций, которых не встречала ни в одной книге, касающейся народной медицины. Вот уже восемь месяцев выполняю все рекомендации и пью перекись водорода, а также закапываю в нос. Огромное Вам спасибо за это! Я забыла что такое головная боль (диагноз: головная боль напряжения, который поставили врачи без всякого объяснения причины) и практически не вспоминаю о боли в суставах.*

Но меня волнует лишь один вопрос: можно ли принимать перекись водорода при беременности? Мне 32 года и я не теряю надежды родить еще одного ребенка.

Ю. Журавлева, Волгоград

Комментарий. Уважаемая Юлия! Как написано в книге, противопоказаний для приема перекиси водорода в рекомендуемых дозах нет. Тем более это относится к беременности, когда ребенку необходима чистая среда, без патогенной микрофлоры, что возможно только благодаря перекиси водорода.

* Имеется в виду книга И. П. Неумывакина и Л. С. Неумывакиной «Эндоэкология здоровья».

Как известно, вестник «ЗОЖ» пользуется значительным успехом в Америке. Разумеется, среди русскоязычного населения. Более того, многие американские поклонники нередко пишут в Россию письма. Самый активный среди них — человек, перенесший инсульт и скрывающийся под псевдонимом ЭНГЭ. Приведем фрагмент из его материалов под рубрикой «Жизнь после инсульта», в частности — «Мне помогает перекись водорода».



Ознакомившись с материалами И. П. Неумывакина о перекиси водорода, решил вам написать. У меня появился интересный материал, подтверждающий теорию и практику профессора.

Мне лично 3% -ный раствор перекиси водорода помогает. Приведу лишь один пример. После перенесенного инсульта у меня появилось много неприятных так называемых побочных эффектов от назначаемых врачами химических препаратов, которые усложняли и без того сложное мое положение.

В частности, с помощью перекиси водорода мне удалось избавиться от бородавок, появившихся у меня в очень неудобном месте — в промежности. Врачи, к которым я обратился, предложили удалить их оперативным методом. Однако, предполагая возможные в моем плачевном положении осложнения, я решил прибегнуть к помощи перекиси водорода.

Перед сном с помощью жены я накладывал тампоны из салфеточной бумаги, смоченные 3-процентным раствором, прямо на пораженные места, оставляя их до утра. Эту процедуру я проделывал в течение 3 недель. И каково было мое удивление, когда однажды утром я обнаружил, что все бородавки куда-то исчезли.

До этого мне их удаляли несколько раз каким-то прижигающим прибором, но они появлялись снова на тех же местах.*

Если говорить об отношении к перекиси водорода деятелей от официальной медицины, то в большинстве своем они однозначно «против». И мудрствовать особо нечего: продажа дорогих лекарств во много раз выгоднее, нежели перекиси водорода. Между тем не иссякают попытки создавать и продавать лекарства на основе той же перекиси со всевозможными неработающими добавками, но уже по цене, многократно превышающей стоимость «основы». И, представьте, люди покупают эти красивые баллончики и пузыречки, ибо они имеют мощную рекламную поддержку (то же самое происходит, между прочим, и в России).

Следует заметить, что во всех этих продуктах содержание кислорода намного меньше, чем в обычной перекиси водорода.

Между тем содержание кислорода — важный момент. Иван Петрович Павлов в свое время сказал, что жизнь — это постоянная борьба с недостаточностью кислорода. Знаменитое высказывание всемирно признанного ученого относится ко всему живому на нашей планете.

Известно, что перекись может действовать как катализатор в плазме и в белых кровяных клетках. Она способна проникать через клеточные мембраны эритроцитов и снабжать их дополнительным количеством кислорода.

---

*Вероятно, речь идет об одной из разновидностей бородавок — кондиломах.

Кстати, клетки нашего организма, которые борются с инфекциями, называются гранулоцитами. Они производят перекись водорода и являются как бы первой линией защиты от бактерий и вирусов.

Присутствие в организме человека молекул перекиси водорода играет огромную роль. Они вовлечены во многие сферы жизненно важных процессов, происходящих в нашем теле. Не собираясь развивать курс по микробиологии, хочу только отметить, что протеины, карбогидраты, витамины и минералы, дабы участвовать в исполнении жизненно важных функций, требуют обязательного присутствия перекиси водорода. Не случайно в научной медицинской литературе было опубликовано более шести тысяч научных исследований по применению перекиси водорода, повторяю — этого простого, дешевого и в значительной степени универсального средства. Но официальная медицина предпочитает умалчивать о нем. Зато вовсю рекламируются баснословно дорогие препараты, эффект которых досконально не изучен и последствия приема не ясны.

Так что будьте здоровы и не торопитесь принимать лекарства, не имея о них подробной и понятной информации.

Перекись водорода — мощный источник атомарного кислорода, и к тому же она вовлечена в процесс, при котором клетки крови уничтожают вредные бактерии. Именно поэтому я продолжаю полоскать рот составом перекиси и, откровенно говоря, чувствую, что общее мое состояние улучшилось. Кроме того, как я уже писал, мне удалось с помощью той же перекиси избавиться от бородавок, которые мешали двигаться, и жизнь заулыбалась мне снова. Теперь я

сам в состоянии делать то, чего не мог делать ранее. Огромное спасибо редакции и профессору Ивану Неумывакину. Вы подтолкнули меня использовать для лечения перекись водорода, и результат, к счастью, получился положительный.

Уникальность перекиси водорода еще и в том, что ее можно использовать совместно с другой терапией. Важно только знать, что принимать перекись водорода необходимо всегда раздельно, на пустой желудок и никогда не смешивать с другими препаратами...

ЭНГЭ, Калифорния

Некоторые больные в своих письмах приводят данные о дискомфортных ощущениях после приема перекиси водорода внутрь: тяжесть в желудке, пульсирующие боли, что вызывает беспокойство по поводу образования язв или возникновения рака в результате разъедания слизистой желудка и т. п. По этому поводу следует сказать следующее: действительно перекись водорода в желудке вступает в реакцию с жирными кислотами, образуя гидроксильные радикалы, что является основным фактором возникновения многих заболеваний. Но как вы уже знаете, в организме образуется много ферментов, в том числе каталаза, которая разлагает перекись водорода на воду и атомарный кислород, но в желудке этих ферментов мало или вообще не бывает, в зависимости от его состояния.

Однако, как пишет в своей книге У. Дуглас: в ответ на заявление японских исследователей, давших отрицательный отзыв на применение перекиси водорода внутрь, Департамент по пищевым и

лекарственным продуктам США в 1981 году заявил следующее: «...изучив все материалы, касающиеся перекиси водорода, считаем, что они недостаточны для того, чтобы считать перекись водорода канцерогенным веществом, вызывающим рак двенадцатиперстной кишки».

По собственному опыту и данным У. Дугласа, считаю, что если суточная доза не превышает 30 капель, а разовая — 10 капель, то такая доза безопасна. В случае же появления каких-либо реакций надо на время прекратить прием или уменьшить дозу. И что очень важно: прием перекиси водорода всегда надо осуществлять на пустой желудок, чтобы бывает за 30-40 минут до еды или через 1,5-2 часа после.

Если повышается температура, то через 2-3 процедуры введения внутривенно перекиси водорода малой концентрации и количества температура становится нормальной. Объяснение этой реакции обычное: во-первых, на фоне постоянного пребывания тканей в состоянии гипоксии клетки остро реагируют на возможность устранения дефицита кислорода (как при пребывании в лесу городского человека после задымленного воздуха города), во-вторых, воздействие атомарного кислорода на различного рода патогенную микрофлору вызывает ее гибель и выделение при этом токсических веществ, что связано с повышением температуры (реакция Герксгеймера).

Внутривенное введение перекиси водорода

Следует обратить ваше внимание на то, что наиболее чувствительны к недостатку кислорода

мозг, сердце и сетчатка глаза. И тут на первый план выступает внутривенное введение перекиси водорода. Это не только обеспечение кислородом указанных органов и очистка сосудов, в том числе позвоночной артерии, но и восстановление многих функций головного мозга и функции зрительного нерва при его атрофии, что, как правило, не лечится, и человек становится слепым.

В связи с тем, что практически при любых заболеваниях организм живет на голодном пайке кислорода, *первое* внутривенное введение производится из расчета 2 мл 3%-ной перекиси водорода на 200 мл физраствора (0,03%) — своего рода сенсибилизирующая доза. Последующие процедуры проводятся по 10 мл 3%-ной перекиси водорода на 200 мл физраствора (0,15-0,20%).

При повторении курса также надо начинать с малых доз и малой концентрации, а при тяжелых случаях заболевания даже доводить до 15 мл 3%-ной H_2O_2 на 200 мл физраствора.

Количество инъекций, проводимых ежедневно, зависит от характера заболевания. В ряде случаев уже после 3-5 процедур наступает значительное улучшение, но, как правило, необходимо до 10-12 процедур, а иногда до 15-20.

Так как организм еще не переходит на режим собственного получения H_2O_2 — для этого необходима перестройка всей жизни: изменение питания, двигательной активности, очищение организма от шлаков и т. д., — то в последующем необходимо вводить H_2O_2 через 1-2 дня одну неделю, затем через 3 дня — 1 раз в неделю до получения выраженного эффекта.

В своей практике мы использовали 3%-ную перекись водорода, приготовленную в аптеках для акушерской практики, где указывается срок годности 15 дней. Такая перекись имеет меньше свинца.

Внутривенное введение H_2O_2 обычно связано с использованием одноразовой системы для перфузионных растворов, что сопряжено с определенными условиями: при проведении процедур в стационарных или домашних условиях: больной должен лежать, и ему проводят капельное введение H_2O_2.

При работе в космонавтике от нас требовали разработки таких методов и средств, которые были бы простыми в использовании, надежными, эффективными и применяемыми практически в любых условиях. В данном случае мы поступили так же: H_2O_2 вводим с помощью 20-граммового шприца.

Делается это так: *берется 20-граммовый шприц, в него набирается* ***0,3-0,4 мл 3%-ной H_2O_2 на 20 мл физраствора,*** что составляет 0,06%-ный раствор. Готовый раствор вводится в вену медленно, вначале 5, а затем 10, 15 и 20 мл в течение *не менее 2-3 минут*. Это своего рода привыкание организма к большим дозам атомарного кислорода. Затем *1 мл* ***3%-ной перекиси водорода, что составляет 0,15%. В последующем эту дозу можно увеличить до 1,2-1,5 на 20 мл физраствора.*** Таким образом, значительно упрощается проведение процедуры, особенно при оказании неотложной помощи где угодно.

Вот одно из многочисленных писем, повествующее об опыте читателя по внутривенному введению перекиси водорода.



Из отзывов

Прочитала в «ЗОЖ» статью о перекиси водорода и хочу поделиться своим опытом.

У меня тяжело болел муж. Опухоль головного мозга. Мучили страшные боли, обезболивающие не помогали. Как крайнюю меру я предложила ему лечение перекисью водорода. Он согласился, сказав: «Не все ли равно, от чего умирать, а может, и поможет». Не скрою, было страшно. Потому что мы, медики, привыкли применять перекись для других целей.

Я стала ему вводить перекись внутривенно 0,6 мл на 10 кубиков дистиллированной воды. Когда кровь попала в шприц, весь объем шприца наполнился пузырьками розового цвета, но я очень медленно продолжала вводить содержимое шприца. С ужасом ждала, что вот сейчас у меня на руках муж умрет — возьму грех на душу. К моему облегчению и удивлению, у мужа стали постепенно утихать головные боли, улучшилось состояние.

Татьяна Леонидовна



Я болею рассеянным склерозом. Благодаря введению внутривенно перекиси водорода по рекомендации профессора И. П. Неумывакина я смогла проехать 4000 км в качестве пассажира без проблем.

Л. Мельник, Ханты-Мансийский автономный округ

Комментарий. Несколько строчек, а сколько мучений одна только перекись водорода сняла у больных, которые официальной медицине были уже не нужны.

Обобщая данные об использовании перекиси водорода, проводимом врачами «подпольно» как в клиниках, так и на дому, собственные наблюдения и сотни писем в «ЗОЖ» (а это тысячи больных в основном с запущенными хроническими заболеваниями, которым официальная медицина помочь уже не может), хочется сказать следующее. Осторожность врачей при первых манипуляциях с внутривенным введением перекиси водорода была понятна: уж очень все просто, а пузырьки? а вдруг это вызовет эмболию (закупорка сосудов)? и т. п. Но этот страх быстро проходил, и в дальнейшем уже возникал присущий новаторам интерес, что получится в том или ином случае, тем более что больные сами настаивали на том, «что им терять нечего, чем так жить, мы готовы на все, это наша последняя надежда». Примерно по такой схеме и шло использование перекиси при самых различных заболеваниях. И с каждым новым случаем для врачей уже не представляло трудности использовать перекись водорода в различных сочетаниях как внутривенно, так и для приема внутрь, местно, с клизмами, в том числе, конечно, и с УФО крови, значительно повышающим результативность лечения.

Меры предосторожности при внутривенном введении перекиси водорода

- При внутривенном введении перекись водорода нельзя смешивать или вводить вместе с другими лекарственными средствами, так как при этом происходит их окисление и нейтрализация лечебного эффекта.
- При быстром введении перекиси водорода возможно образование большого количества пузырьков кислорода, и хотя они не представляют особой опасности, но в месте введения перекиси или по ходу сосуда могут возникнуть болевые ощущения. Надо уменьшить количество вводимой перекиси водорода с 50-60 капель в минуту до 30 капель или прекратить введение. При первом введении шприцом вводить медленнее или прекратить введение.
- Перекись водорода нельзя вводить в сосуд при наличии в нем воспалительных процессов.
- Иногда наблюдается покраснение и боль в месте введения перекиси водорода, что устраняется Холодовым компрессом.
- При лечении перекисью водорода исключается прием алкоголя и курение.

Еще раз повторяю, что при введении перекиси водорода возможна непредсказуемая реакция — повышение температуры до 40 °С, что связано с быстрым уничтожением атомарным кислородом любой патогенной микрофлоры и вызванной этим интоксикацией. Вот почему эта процедура должна проводиться врачом, знакомым с действием

перекиси водорода в организме. Как правило, после 1-3 инъекций этой реакции не наблюдается, а после такого временного ухудшения состояния наступает выздоровление. После проведения внутривенных вливаний перекиси водорода необходимо 1-2 часа отдыхать, не делать резких движений, попить чаю с медом.

Условияхраненияииспользования перекисиводорода

Хранить перекись водорода лучше в темной посуде. Однако практический опыт работы с перекисью водорода показывает, что она кипит при температуре 67°С, после чего ее качества сохраняются. Следовательно, перекись водорода не теряет своих свойств даже при хранении в светлой посуде (что уже можно встретить в аптеках). Только хранить ее надо в герметично закрытой посуде в темном месте. Если соблюдены все требования хранения перекиси водорода, то срок ее годности до 2 лет. Однако надо отметить, что продаваемый в аптеках акушерский раствор имеет срок годности 15 дней. Набирать необходимое количество H_2O_2 надо так. Взять 1 или 2-граммовый шприц, отвинтить наружную крышку бутылочки с перекисью и, не открывая внутреннюю, проткнуть ее иглой, ввести немного воздуха и набрать перекиси водорода столько, сколько вам надо. Так вы дольше сохраните ее концентрацию.

Показания к применению перекиси водорода

У. Дуглас в своей книге «Целительные свойства перекиси водорода» приводит материалы, свидетельствующие о том, что среди существующих в настоящее время заболеваний практически нет таких, при которых не могла бы применяться перекись водорода.

Со своей стороны, еще раз подчеркну, что перекись водорода является необходимым *регуляторным механизмом обменных процессов в организме,* независимо от их природы, будь то нарушения в сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, эндокринной и других системах. Разница только в схемах лечения. Для начальных форм заболевания иногда достаточно 3-5 процедур внутривенного вливания H_2O_2, чтобы получить лечебный эффект, а для хронических — от 10 до 20 процедур с постепенным увеличением времени между процедурами: через день (в течение 2-3 недель), 1 раз в неделю (2-3 раза).

Так как перекись водорода уничтожает любую патогенную микрофлору, то ее используют *при любых вирусных инфекциях, грибковых заболеваниях, гнойных инфекциях, дисбактериозе кишечника* и таком грозном заболевании, как кандидоз.

Особенно активна перекись водорода при *любых расстройствах сердечно-сосудистой системы: заболеваниях сосудов головного мозга, периферических сосудов (церебростения, рассеянный склероз, болезнь Паркинсона, болезнь Альцгеймера), при*

любых патологических проявлениях, наблюдающихся в области сердца (стенокардия, ишемия, инфаркт, в том числе и в острый период), при варикозном расширении вен, тромбофлебите, при ишемическом или геморрагическом инсульте, облитерирующем эндартериите и др.

Достаточно хороший эффект перекись водорода дает при *инсулиннезависимом диабете* и показывает положительную динамику при *инсулинзависимомдиабете.*

Конечно, очень часто мне задают вопрос: действительно ли перекись водорода может вылечить рак?

Лечение раковых больных — это довольно сложный процесс, зависящий от степени развития опухоли, ее локализации. Использование химио- и радиотерапии официальной медициной было основано на том, что раковая клетка якобы более чувствительна к такого рода воздействиям и это замедляет ее рост. Доказывалось также, что раковая клетка размножается гораздо быстрее, чем здоровая. Однако последние исследования показали, что раковая клетка делится медленнее, чем здоровая. Ведь здоровые клетки делятся со скоростью их разрушения: сколько погибло, столько и возникло, а раковая клетка в этом отношении просто не поддается контролю, и новая клетка (по своей программе) производится чуть быстрее, чем разрушается старая. Вот почему и образуется опухоль, тем более, что после облучения в организме резко увеличивается количество свободных радикалов, что само по себе способствует образованию опухолей. (Н. Эмануэль).

Кризис медицины в подходе к лечению онкологических заболеваний лежит, так же как и в других областях медицины, не в поисках причин их возникновения, а в устранении симптомов или хирургическим, или химио-, радиотерапевтическим путем, что, как показывает практика, в большинстве случаев безрезультатно.

Перекись водорода ни при приеме внутрь, ни при внутривенном вливании не является способом лечения рака. Но поскольку рак образуется только в бескислородной среде, а перекись водорода как раз устраняет это явление, то при онкологических заболеваниях перекись водорода может служить наиболее эффективным подспорьем для лечения, еще лучше в сочетании с методами, применяемыми официальной медициной, но не в таких губительных для клеток дозировках.

Хирургическое же вмешательство дает эффект только в самом начале возникновения опухоли, и то в последнее время практики стали замечать, что хирургическое вмешательство открывает доступ активизирующему кислороду и образованию большего количества свободных радикалов, что, в свою очередь, способствует образованию метастазов.

Следует иметь в виду, что если применение перекиси водорода при острых состояниях оказывает эффект после нескольких процедур, то хронические заболевания, такие как бронхиальная астма, требуют длительного времени приема перекиси водорода, например 1-2 раза в неделю на фоне периодического приема внутрь и местного использования. Улучшается реология (текучесть) крови

и, естественно, снабжение кислородом больных клеток.

Того же самого можно достичь с помощью обкалывания опухоли перекисью водорода или введения перекиси в место локализации опухоли. Наблюдались случаи, когда на фоне значительно уменьшенных доз химио- или радиотерапии, проводившихся в сочетании с внутривенным введением перекиси водорода и одновременным УФО крови, достигался более выраженный эффект с менее выраженными последствиями химио- и радиотерапии, что, конечно, заслуживает особого внимания.

Возможно и наружное воздействие на опухоль (находящуюся на поверхности) путем накладывания компресса неразведенной 15-30%-ной перекиси водорода, причем происходит выжигание опухоли, после чего на ее месте не остается никаких признаков, даже если опухоль имела кровоточащий кратер. Особенно это даст хороший эффект при таком тяжелом заболевании, как меланома.

Еще раз повторюсь. Успешное применение перекиси водорода при *раковых заболеваниях* объясняется тем, что раковая клетка может жить только в бескислородной среде и атомарный кислород является для нее гибельным. Как показала практика, противораковая терапия в сочетании с применением перекиси водорода более эффективна, чем без нее.

Перекись водорода эффективна также при *любых иммунодефицитных состояниях,* таких как *красная волчанка, ревматоидный полиартрит, любые аллергические проявления.*

А сколько неприятностей приносит людям *плохой запах изо рта,* причиной которого являются *заболевания зубов и дисфункция пищеварительной системы, заболевания носа и носоглотки.* Простое полоскание 0,1-0,3%-ной перекисью водорода избавляет от этого недуга.

В жизни не обходится без падений, переломов, особенно в пожилом возрасте, и здесь для *улучшения регенерации и более быстрого сращения переломов* окажет свою помощь перекись водорода.

Не следует только забывать, что образование в организме перекиси водорода и, следовательно, получение им атомарного кислорода зависит от иммунной системы, 3/4 элементов которой находится в желудочно-кишечном тракте. И как и сама иммунная система, так и желудочно-кишечный тракт нуждаются в постоянной заботе: необходимо постоянно поддерживать чистоту всей пищеварительной системы, о чем уже говорилось в книге.

В организме все взаимосвязано и взаимозависимо, одно зависит от другого, и все должно работать как в хорошо слаженной системе, в противном случае — болезнь неизбежна.

Более подробно о том, что представляет собой человек как частица Мироздания, о причинах возникновения заболеваний и способах их лечения и, главное, предупреждения читайте в книге «Эндоэкология здоровья», написанной мной вместе с супругой, Людмилой Степановной Неумывакиной. По мнению многих читателей, она является одной из лучших, освещающих тему народной медицины.

Противопоказаний для приема перекиси водорода внутрь нет.

Абсолютным противопоказанием для внутривенного и внутриартериального введения перекиси водорода являются: ***афибриногенемия, копиллятоксикоз, тромбоцитопеническая пурпура, гемофилия, гемометические анемии, ДВС-синдром***. В остальных случаях противопоказаний для внутривенного и внутриартериального введения перекиси водорода, в рекомендуемых дозах с соблюдением методики, нет. Однако хочу предупредить: внутривенный вариант использования перекиси водорода желателен только под наблюдением врачей. Некоторые из них — а их становится все больше — на свой страх и риск проводят подобную процедуру. Вам же, читатели, могу только посоветовать искать таких врачей.

Те, кто бывал в Средней Азии, вероятно, заметили, как там потчуют чаем, прямо совершая какое-то таинство: горячий чай переливают из чашки в чашку несколько раз. Зачем это делают? Вода, ударяясь о дно чашки, «разрыхляется» и насыщается кислородом, в том числе и атомарным (как возле водопада). После такого чаепития вы получаете значительный заряд бодрости. А теперь возьмите на заметку те, кто страдает заболеваниями *сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, легких и др,* С вечера приготовьте стакан с водой, прикрыв его салфеткой. Утром, проснувшись до У часов по местному времени, возьмите стакан в одну руку, а в другую -— пустой стакан. На столе должна стоять еще большая чашка.

Стакан с водой начинайте поднимать как можно выше над этой чашкой, одновременно переливая воду в пустой стакан, и так сделать 30 раз. Вначале вода будет расплескиваться, потом будет все нормально. И ту воду, которая останется в стакане, надо маленькими глотками выпить. Удивительно, но от головной боли, тошноты и многого другого избавитесь. Конечно, неплохо еще капнуть в оставшуюся воду 5-10 капель перекиси водорода.

Многие надеются на чудо исцеления от применения перекиси водорода. Единственное, что можно утверждать: ее использование вполне безопасно и во многих случаях действительно дает хороший эффект, даже тогда, когда другие методы бессильны. Только не надо забывать, что наш организм — сложная система, которая нуждается в постоянном уходе и внимании. Это касается и питания, и дыхания, и физической культуры, и многих других факторов, которыми люди всегда пренебрегают, надеясь на авось: меня это не коснется, именно я буду здоров. Такого в принципе быть не может без постоянной заботы о внутреннем состоянии души и тела.

НЕКОТОРЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Согласитесь, уважаемые читатели, что какими бы чудодейственными свойствами ни обладала перекись водорода, о которой мы только что подробно говорили, эффективность ее воздействия на ваш организм будет гораздо выше, а результат — надежнее, если вы перестроите свою жизнь в целом. К примеру, одна женщина пришла ко мне с жалобой: ей после приема перекиси водорода плохо стало. Я начал выяснять что к чему и узнал, что у нее, оказывается, на протяжении шести дней сильнейший запор... И вот что я вам скажу: *прежде чем браться за перекись, необходимо очистить кишечник, печень, суставы, кровь*... Когда организм превращен в свалку, а болезнь эту свалку усугубила, никакие препараты не помогут, в том числе и перекись водорода.

Мы многое прощаем себе, откладываем на завтра — зарядку, здоровое питание, полноценный отдых. Но если относиться к своему организму наплевательски, запас наших «завтра» кончится очень быстро. Поэтому давайте-ка задумаемся, что мы сами можем сделать, чтобы быть в форме, сохранять бодрое ощущение души и тела.

Не сомневаюсь, что многие из вас нашли для себя различные способы и методы оздоровления. Добавьте к ним или сделайте основными и наши рекомендации.

Очистка кишечника

Для очистки кишечника существует много способов.

Дело не в клизмах, дело в очистке восходящего отдела толстого кишечника и особенно печени, только тогда вы почувствуете начало выздоровления. В настоящее время в практику медицины входит глубокая очистка толстого кишечника — гидроколонотерапия, с помощью которой за сравнительно короткое время (5-7 процедур) можно добиться результата, которого невозможно достигнуть клизмами. При этом в кишечник подается жидкость под давлением, которая, как брандспойт, смывает все напластования из кишечника, а с помощью другой трубки удаляет их. Очистка контролируется по степени снижения давления в системе. После 2-3 дней данных процедур мы приступаем к очистке печени.

Наш опыт работы в народном целительстве показал, что применение клизм, каким бы методом они ни проводились, не дает эффекта освобождения от гнилостно-бродильных пленок, которые фактически стали неотъемлемой частью стенок кишечника и выключают мембранное и полостное пищеварение. Того напора жидкости, которая при этом вливается в кишечник и самостоятельно выливается,

недостаточно для устранения всех залипаний, залежалых каловых масс и других экскрементов. Только гидроколонотерапия путем одновременной подачи и отсасывания жидкости под мониторным и динамическим контролем за давлением и температурой в полости кишки справляется с этой задачей. При пропускании под давлением не менее 10 л отмывающей жидкости за 15-20 минут удаляются не только все экскременты из толстой кишки, но и эндоксины из крови, проходящей по кровяному руслу кишечника. В состав отмывающей жидкости входят экстракты лечебных трав (в том числе полыни, папоротника, спорыша, пижмы и др.). Разработана и применяется оригинальная методика ввода перекиси водорода через кишечник, а это около 300 $м^2$ внутренней поверхности.

В отличие от чистки кишечника с помощью клизм, этот метод не связан ни с какими дискомфортными ощущениями.

Процедуры по очистке кишечника проводят врачи-проктологи, количество процедур определяют специалисты (обычно от 6 до 12). В период проведения процедур рекомендуется перейти на безбелковую вегетарианскую пищу с учетом правил питания (см. книгу «Эндоэкология здоровья»).

Для поддержания состояния ЖКТ на нормальном физиологическом уровне рекомендуется повторять проведение гидроколонотерапии. При этом количество процедур зависит от периодичности повторения. Опыт работы нашего Лечебно-профилактического центра показал, что если колоногидротерапия повторяется раз в квартал, то

достаточно одной процедуры, один раз в полгода — 2-3 процедуры, раз в год — не менее 6 процедур.

Однако если процедура очистки кишечника с помощью обычных клизм проводится самостоятельно, то ее надо проводить 2 раза в год, весной и осенью, и что особенно важно — в течение 2-3 дней (по методике, разработанной в нашем Центре).

Если нет возможности проводить гидроколонотерапию, то используйте для очистки толстого кишечника клизмы:

- В 1,5-2 л кипяченой воды комнатной температуры добавить по 1 ст. ложке яблочного уксуса, или сока клюквы, или смородины, или лимона. Если нет ни того ни другого, используйте собственную урину — 0,5-1 стакан.
- Для хорошей работы мышц необходим магний и калий, а свекла, один из самых дешевых продуктов, является чемпионом по содержанию этих элементов. Особенно полезна клизма из свекольного сока: 600- 800 г свеклы натереть на терке, добавить 1,5 л кипятка, потомить 20 минут, помешивая, снять с огня, укутать и настаивать 1 час. Процедить и использовать в соотношении 1:10,5 в виде клизм, что особенно важно при голодании, при котором на 1,5-2 л кипяченой воды брать 1-3 стакана свекольного сока.

Принять коленно-локтевое положение, расслабиться. Наконечник с резиновой трубки кружки Эсмарха снять, смазать мылом. Осторожно ввести конец трубки в задний проход, который тоже смазать мылом. Для лучшего проникновения

воды в кишечник надо сделать спокойно глубокий вдох животом, задержать дыхание, выдох, и так несколько раз. Когда войдет вся вода, сделайте несколько раз движение животом: вдохнуть-выдохнуть. При таком положении очистка кишечника происходит только в нисходящем и поперечно-ободочном отделе толстого кишечника. Восходящий отдел толстого кишечника, где как раз находится основная гниющая масса каловых отложений, остается нетронутым.

Для того чтобы очистить толстый кишечник полностью, надо проделать следующую процедуру: после введения воды в кишечник надо лечь на спину, поднять ноги и таз как можно выше (поза «березка») и медленно лечь на правый бок, делая движения животом: вдох-выдох, затем лечь на спину, а потом потихонечку встать. Через 5-10 минут после первой клизмы надо обязательно сделать клизму второй раз, а можно и третий. Такая процедура обеспечивает лучшее отхождение белково-гнилостных пленок, прилипших к слизистой кишечника, и их выведение.

После очистки кишечника рекомендуется сразу же проводить очистку печени.

Очистка печени

- Выберите 4 дня так, чтобы очистка приходилась на субботу и воскресенье. За 3 дня до этого перейдите на безбелковую вегетарианскую пищу и желчегонные чаи.

В это время желательно пить как можно больше яблочного сока или есть кислые сорта яблок. Ежедневно — клизма. На 4-й день в 15.00 принять 2 таблетки аллохола или другого желчегонного средства. Приготовьте 100-150 мл оливкового масла, можно рафинированного растительного. Если есть возможность, возьмите 100 мл лимонного сока, сока брусники, клюквы. Можно ограничиться одним лимоном. Возьмите 2 стакана и смешайте все. Если у вас один лимон, разрежьте его на дольки и положите рядом со стаканом. Соком дольки лимона вы «запьете» порцию смеси. При приеме смеси иногда бывает тошнота. Для предотвращения этого растолките дольку чеснока, положите в закрытую баночку; если возникнет надобность, понюхайте чеснок, все пройдет.

- В 18.00 примите 2 таблетки но-шпы. Если у вас повышенное или пониженное кровяное давление, принимать но-шпу надо по 1 таблетке или вообще не принимать из-за ее свойства расширять сосуды. Так как во время очистки печени идет большая потеря внутритканевой жидкости вместе с калием (возможны неприятности с сердцем), надо пить горячий чай с медом, лимоном, отвары с курагой, изюмом.
- В 18.30 примите ванну (15 минут), хорошо прогрейтесь. Приготовьте постель и ровно в 19.00 ложитесь в нее, положив грелку на область печени, справа в подреберье, и выпейте в 2-3 приема немного подогретой смеси через 10—15 минут (иногда больные выпивают всю дозу сразу), предварительно помешав смесь. Во время

проведения процедуры желательно не ходить. Через 3-8 часов могут возникнуть боли в области правого подреберья. В этом случае примите снова 2 таблетки аллохола и 1-2 таблетки но-шпы, ложитесь в ванну, прогрейтесь в течение часа, затем попрыгайте или, поднимаясь на носки, постучите пятками. Снова ложитесь в постель. К утру начнутся позывы. На следующий день, независимо от того, вышли камни или нет, в полдень сделайте обычную клизму. Может наблюдаться преходящая слабость, Содержимое кишечника соберите в тазик, чтобы посмотреть, что из вас вышло, В 15-16.00 снова все повторите, то есть сделайте еще один тюбаж. Эту процедуру надо повторить ровно через месяц, а возможно, и еще раз через месяц, но не более 3 раз. В последующем такую процедуру делать 1-2 раза в год.

Некоторые плохо переносят растительное масло, да еще в таком большом количестве, как рекомендует тот же Малахов или Семенова. Так как осознание необходимости заботы о своем здоровье у нас возникает в зрелом возрасте, когда накопилось уже много болезней, то прием 200 мл или больше масла — это очень большая нагрузка на печень, сердечно-сосудистую и выделительную системы, что может привести к непредсказуемым процессам (кардиогенный шок, если у вас раньше были проблемы с сердцем, резкое ухудшение самочувствия и т. д.). Наша практика показывает, что если вам больше 40 или тем более больше 50 лет, то прием растительного масла нужно ограничить

до 100 мл, смешав его с 100 мл биокефира, простокваши, подогреть, размешать и выпить, даже не ощущая, что вы пьете масло. Такое количество масла вместе с кефиром оказывает щадящее действие на весь процесс очистки печени, не вызывая большой нагрузки на различные системы организма. Следует еще учесть, что чем больше возраст, тем менее горячей должна быть грелка.

Очистка суставов

Суставы чистят лавровым листом. 5 г листа кипятить в 300 мл воды 3-8 минут, настаивать 3-4 часа. Настой лучше приготовить с вечера, а с утра следующего дня пить по 1 ст. ложке на прием (не более!), выпивая таким образом всю порцию в течение дня. Повторить на 2-й и 3-й день. Затем 7 дней перерыв и снова в течение 3 дней прием настоя.

Очистка крови

При множестве существующих способов я бы посоветовал проводить чистку крови имбирным чаем. 1,5 г сухого порошка залить 1,5 л кипятка, 20 минут держать на слабом огне. За 5 минут до снятия бросить щепотку черного молотого перца. Остудить и в теплый отвар добавить 3 ст. ложки меда.

Принимать по 1/3 стакана, смешав с 1/3 стакана лимонного сока и 1/3 стакана теплой воды, 3 раза в день за 30 минут до еды. Настоянный чай хранить в стеклянной банке под крышкой на нижней полке в холодильнике.

Зарядка

Немецкие ученые доказали, что человек, который только в течение 20 минут ежедневно занимается физической зарядкой, заболевает в 5-7 раз реже, эффективность работы возрастает на 35-40% и после 50 лет добавляется 5 лет жизни.

Тем, кто хочет действительно быть здоровым, с профилактической целью полезен следующий, не очень трудоемкий ежедневный комплекс физических упражнений.

- Лежа на спине, после того как проснулись, следует научиться сокращать мышцы как всего тела, так и отдельных его частей. Растирать все участки, до которых можно достать, массировать ладони, пальцы, уши, на которых проецируются органы всего тела.

Растирать кожную поверхность всего тела нужно потому, что под ней находится лимфатическая система, ответственная за сбор отходов деятельности клеток и уничтожение патогенной микрофлоры.

- Согнуть немного одну ногу, ступню, на себя, а другой ногой массировать согнутую ногу со всех сторон как бы отрывая: подъем стопы, пальцы, боковые стороны, мышцы голени, бедра с одной и другой стороны (*если нет варикоза и трофических язв)*. То же самое проделать с другой ногой.

Восстанавливая при этом упражнении кровоснабжение нижних конечностей, вы одновременно предупреждаете развитие многих сердечно-сосудистых расстройств и заболеваний суставов.

- Соединить стопы и двигать ими к себе-от себя, колени стараться прижимать к полу.

Этими упражнениями вы исключаете застой в нижних конечностях, плоскостопие, коксоартроз, остеопороз, предупреждаете развитие варикозного расширения вен, трофических расстройств.

Вначале упражнение можно упростить: одна ступня двигается по внутренней стороне полусогнутой другой ноги, колено которой прижато к полу. Происходит и одновременный массаж внутренней стороны ноги, голени и бедра. Нельзя выполнять при тромбофлебите и варикозе.

Упражнение это так же хорошо, как и предыдущее, при коксоартрозе.

- «Ходьба» на ягодицах. Сесть на пол, ноги прямые (могут быть чуть согнуты). Левую часть тела — ногу и ягодицу — приподнять и двинуть вперед, делая при этом поворот головой влево, а прямыми руками — вправо. Затем все повторяется правой частью тела: нога с ягодицей вперед, голова вправо, а взмах влево. Так «идти» 1-2 м вперед, потом назад — сколько хотите раз.

Упражнение устраняет застойные явления в тазовой области, предупреждает развитие остеохондроза во всех отделах позвоночника, нормализует работу всего желудочно-кишечного тракта, устраняет патологию выделительной системы и половых органов, устраняет энурез, выпадение прямой кишки, влагалища, улучшает половую потенцию, устраняет отек нижних конечностей.

• Танцевать, используя элементы твиста: одна нога пяткой делает разворот вокруг носка на 180° при неподвижности таза.

Это упражнение способствует предупреждению или избавлению от коксоартроза.

Необходимо заметить, что при движении с поверхности суставов слущивается эпителий, который превращается в смазку. Ведь кости и связки не имеют своей кровеносной системы, а питаются за счет прикрепленных к ним мышц, и чем активнее работают мышцы, тем лучше идет кровоснабжение костей и связок. Вот почему необходимо двигаться, независимо от того, сколько вам лет и чем болеете, не говоря уже о болезнях суставов.

* Дышать животом, что обеспечивает работу лимфатического «сердца» — диафрагмы, способствующей не только перекачке жидкости снизу вверх, но и массажу всех внутренних органов брюшной и грудной области.

Делать это надо так: быстро и легко сделать вдох животом (можно глубоко) и, медленно втягивая пупок к позвоночнику, выдох. Чем длительнее вы это будете делать, тем лучше.

Может показаться, что лечение перекисью водорода можно дублировать введением дополнительного кислорода через дыхательные пути или тем, чтобы больной глубоко дышал, получая при этом как бы двойную порцию, то есть по укоренившейся в медицине формуле: чем больше кислорода — тем лучше. Оказывается, все наоборот. Как вы уже знаете, свободные радикалы, молекулярный и атомарный кислород различаются по своей

структуре и назначению. Существует мнение, что избыточное количество кислорода препятствует разложению перекиси водорода на воду и атомарный кислород, в результате чего общее количество кислорода в тканях может даже уменьшиться. Вот почему людям, которые осваивают различные виды дыхания, я уже более 40 лет предлагаю естественный механизм дыхания, заложенный в нас Природой: научиться дышать не дыша. Этот метод является одним из самых физиологичных способов дыхания, благодаря которому поддерживается нормальное соотношение между кислородом и углекислотой, за счет чего снимается спазм с капилляров, являющийся началом заболевания.

Физиологичный тип дыхания заключается в следующем: когда вы говорите, делается быстрый вдох, и на длинном выдохе ведете разговор. Как вы дышите, когда поете? Глубоко сделали вдох и на длинном выдохе поете, то есть еще больше задерживаете дыхание. Это делается с одной целью: чтобы в организме увеличилось содержание углекислого газа, который расширяет сосуды и обеспечивает лучшее кровоснабжение клеткам. Причем этот тип дыхания, в отличие от многих других, вы можете применять где угодно при ходьбе, езде в транспорте, работе и т. д.

Делать упражнение надо так. Чуть вдохнуть, немного выдохнуть и задержать дыхание насколько сможете. Почувствовали, что больше не можете задерживать дыхание, довыдохните. Отдохните и снова так дышите. Только надо представить себе, как будто вы или говорите, или поете, но, конечно,

молча (а можете и петь, что еще лучше). Научитесь так дышать, задерживая дыхание на выдохе до 30-40, а лучше до 60 секунд. Но таких секунд в сутки вы должны в сумме набрать не меньше 30 минут, а лучше 1 час. Только после этого вы начнете забывать, где у вас находится сердце и суставы.

В начале освоения этого метода дыхания в области сердца могут наблюдаться незначительные боли; если были раньше экстрасистолы, то они могут снова появиться; на это не надо обращать внимания: все постепенно придет в норму. Просто идет перестройка на естественный, физиологичный тип дыхания, улучшающий работу всего организма за счет лучшего насыщения тканей кислородом.

В своей малоподвижной жизни, особенно в пожилом возрасте, мы находим много причин, чтобы не заниматься спортом: нет спортивных площадок, мешают собаки, которых хозяева выводят гулять и не дают бегать трусцой и т. д. Я вам предложу один способ укрепления здоровья.

Многие из вас живут в многоэтажных домах и жалуются, что тяжело подниматься на 2-5-й этажи без лифта. Как превратить тяжесть в радость? Подойдя к первой ступеньке, отдышитесь, сделайте вдох, чуть-чуть выдохните и идите быстро, как можете, не дыша. Почувствовали, что задерживать дыхание больше не можете, остановитесь, довыдохните (в легких ведь осталось еще много воздуха), успокойте дыхание и вперед. В первые дни вас будет беспокоить одышка, сердцебиение, тяжесть в ногах, но они постепенно будут исчезать.

Спускаться тоже надо так — «не дыша», ибо в этом случае работают другие мышцы: кто ходил в горы, знает, что подниматься легче, чем спускаться.

Вначале преодолеете 3-5 ступенек, а затем все больше и больше, но в любом случае этот способ укрепляет сердечно-сосудистую, легочную, нервную, мышечную системы, улучшает обменные процессы, снижает вес. Придя домой, примите контрастный душ и похвалите себя: какой вы молодец. Удивительно устроен наш организм, в котором заложены огромные возможности, в частности в той же системе дыхания. Еще в своей кандидатской диссертации я отмечал, что мы выдыхаем воздуха больше, чем вдыхаем, потому что в Природе предусмотрен *физиологический тип дыхания:* чем меньше вдох и больше задержка на выдохе или медленнее выдох, тем лучше для организма.

- Многие из вас бегают утром, чего ни в коем случае делать нельзя. Как показывают многочисленные исследования, при беге по утрам значительно увеличивается свертываемость крови, а это чревато своими последствиями: ускорением атеросклеротического процесса и тромбированием сосудов.

Питание

Мой многолетний опыт работы народного целителя позволяет сделать вывод, что из всех предлагаемых схем питания предпочтение необходимо отдать ***раздельному питанию*** и в повседневной жизни следовать следующим основным правилам.

- Утром, до 7 часов местного времени, выпивайте стакан воды комнатной температуры, а в течение дня, каждые 2-3 часа, по 50-70 мл, что особенно важно для пожилых людей. Это поможет избавиться от одного из самых распространенных нарушений в работе желчного пузыря, удалить из него застойную ночную желчь, из которой как раз и образуются камни.

  Жидкости употребляйте не позднее, чем за 10-15 минут до еды и через 1,5-2 часа после еды. После еды рот можно прополоскать (но не глотать).

  Желательно пить только талую воду.
- Не готовьте и не садитесь за стол в гневе. Будьте всегда в добром расположении духа.
- Соотношение продуктов в еде должно быть таким: белков (преимущественно растительных) — 15-20%; растительной пищи — 50-60% (чем больше ее в сыром виде, тем лучше); а углеводной — 30-35% (или 1:5:3).

Белки — это мясо (нежирные сорта или белое мясо птицы), рыба, яйца (всмятку), бульоны (первую воду слить), бобовые, грибы, орехи, семечки.

Растительная пища: овощи, фрукты, ягоды, соки, варенье.

Углеводы — это хлеб (чем грубее помол, тем лучше), мучные изделия (чем меньше, тем лучше), крупы, картофель, сахар, конфеты, мед.

Доля *жиров* не должна превышать 5-10%. Употребляйте топленое сливочное масло, свиное сало,

растительное масло только в свежем виде, семечки, орехи.

В качестве приправы — различные уксусы.

С возрастом необходимо ограничить употребление животных белков: мяса, рыбы — до 2-3 раз в неделю, и яиц — до 10 штук в неделю.

Растительную пищу (салаты, винегрет и т. п.) желательно съедать за 8-10 минут до углеводной и белковой пищи.

- Как правило, не надо смешивать углеводную пищу с белковой. И углеводную, и белковую пищу можно есть с растительной. Например, можно сделать такой бутерброд: мясо + свежий лист капусты + мясо + квашеная капуста.
  После принятия белковой пищи углеводные продукты можно есть через 4-5 часов, а после углеводной белковые — через 3-4 часа.
- Откажитесь от жареных блюд, жирных бульонов, пресного молока, искусственных и рафинированных продуктов (копченостей, колбас, кондитерских изделий, печенья, белого хлеба).
- Сахар и соль употребляйте в меру, соответственно до 30-40 г и 3 г в сутки.

Пищу необходимо *тщательно пережевывать* до того момента, пока во рту не исчезнет ее специфический вкус. При этом процесс насыщения происходит быстрее, а объем съедаемой пищи снижается в 2-3 раза, что ведет к нормализации веса.

- Старайтесь съедать всю пищу свежеприготовленной. Повторный подогрев или использование

пищи через несколько часов после приготовления делает ее «мертвой».

- Принимать пищу и жидкости в горячем виде нежелательно, их температура должна быть в пределах 35-38 °С.
- Так как прием пищи, ее переработка, всасывание и выведение продуктов отхода — это трудоемкий энергетический процесс, то еда должна быть однородной, свежей, с большой долей растительных компонентов.
- Процесс переваривания — работа, требующая довольно больших усилий, поэтому после обильной еды желательно 20-30 минут отдохнуть, но не спать.
- Принимайте пищу не менее 3-4 раз в день, но понемногу. Лучше пропустить прием пищи, чем нагрузить желудок, который тоже должен отдыхать.
- Ужинать желательно не позже 18-19 часов.
- Один-два раза в неделю необходимо делать разгрузочный (фруктовый, соковый) день продолжительностью от 24 до 36 часов или голодать, принимая талую воду.

Многие (особенно, кто страдает пониженным давлением) не могут обходиться без кофе, связывая его тонизирующее действие с кофеином. Это не совсем так. Поджаренные семена кофейного дерева при приготовлении кофе выделяют еще и перекись водорода, которой в одной чашечке сваренного кофе содержится до 750 мг. Так что пейте кофе на здоровье, только не злоупотребляйте им, особенно гипертоники.

- Съеденная пища должна быть компенсирована движениями.

Помните о том, что каков стол, таков и стул, доход (объем пищи) должен быть меньше, а расход (движения) больше.

- Во время заболеваний, протекающих с повышением температуры, желательно до нормализации температуры ничего не есть, только пить воду и соки.

Выполнение этих правил питания позволяет поддерживать чистоту желудочно-кишечного тракта после его очищения, создавая нормальные условия для жизнедеятельности всех органов и систем организма.

Мысль

Сегодня уже стало очевидным, что наша мысль такой же материальный процесс, как все остальное в Природе, но объективных доказательств этому было мало. Например, Мария Ивановна Шадури (Грузия), кандидат биологических наук, используя эффект Кирлиан, доказала, что наша мысль в реальном времени отражается на излучении, исходящем от пальца. С помощью этого метода, названного биоголограммой, доказано, как мысль управляет телом, в то время как ни медицина, ни биохимия, привыкшие расчленять организм на части, ответить на этот вопрос не могут.

Фотография пальцев, где изображение представляет собой динамическую голограмму, позволяет судить о состоянии не только всего тела (ровное свечение), но и о характере заболевания того или иного органа. Чем серьезнее болен орган, тем ярче и четче высвечивается он сам, а по такой картинке дается точное описание того, что происходит внутри него даже тогда, когда мы еще не ощущаем болезнь, в так называемом продромальном периоде.

Отсюда один главный вывод: *надо представлять свой больной орган здоровым, и последует команда на его выздоровление.*

Мысль образуется зрительным образом, а не речью, в этом заключается сущность и достоинство нового лечебного метода — *имажинации.* Негативные образы разрушают. Страх, уныние, нерешительность, недоверие — начало реализации отрицательных программ. Боязнь заболеть раком — начало рака. Если верить, что рака нет и не будет — организм сам, с помощью такого явления, как апоптоз (механизм устранения всего того, что мешает нормально работать) устранит патологический процесс.

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ПРОФЕССОРА НЕУМЫВАКИНА

В вечной круговерти нашей быстротекущей жизни мы, как правило, вспоминаем о своем теле тогда, когда заболеваем. Посмотрите, что получается: до 20-25 лет — пора взросления, учебы; 25-45 лет — семья, становление; 45-60 лет — отдача накопленных знаний. Кажется, еще не жил, а уж пора на пенсию. Хорошо, если есть чем заняться в появившееся свободное время, но, как правило, бежавший всю жизнь человек натыкается на стену ненужности и бездействия, у него обостряются болезни, на которые раньше он не обращал внимания. В результате — инфаркт, инсульт, жизнь закончилась.

Как быть здоровым — нас ни в молодом, ни тем более в пожилом возрасте никто не учил и не учит. Постоянно суетясь, живя для других (государства, детей, которых кормим до их старости и т. п.), мы все время чего-то добиваемся (должности, звания, достатка и т. п.), выясняем отношения, а ведь на все это необходима энергия, силы, которых с годами становится все меньше и меньше. Правильно поступают за рубежом — каждый в жизни несет свой крест и отвечает за него.

И в течение всей жизни мы ни разу не поинтересуемся, а как там у нас внутри работает сложнейшее производство — организм. Ведь Природа наградила нас особенностями, которых ни у кого нет: самодостаточностью, саморегулируемостью, самовоспроизводством. Только ведь, как и за машиной, за организмом надо постоянно ухаживать, производить профилактический ремонт, смазывать (физкультура), не смешивать бензин с керосином (наладить питание) и многое другое.

И хотя это требует преодоления определенных трудностей, перейти на новый режим жизни (питания, движений, закалки), избавиться от болезней, сохранить бодрость и здоровье можно в любом, даже в пожилом возрасте.

Путь к возвращению здоровья — это работа не менее важная, чем любая другая, и потратив на нее 30-60 минут в день, вы постепенно начнете понимать, что здоровье нельзя купить, его надо заработать! Однако результаты такой работы стоят затраченных усилий, они позволят вам жить в полном здравии, «на своих ногах», не быть обузой для ваших детей в старости.

В том, что с вами случилось (болезни), виноваты вы сами, и понять причины происшедшего вам помогут в *нашем Лечебно-профилактическом центре,* в котором внедрены оптимальные методы и средства оказания медицинской помощи, без которых больного практически вылечить нельзя. Основой нашей работы является использование накопленного опыта народной медицины и знание взаимосвязи всех органов и систем организ-

ма друг с другом. Возможно, это станет прообразом медицины будущего, где знания официальной медицины и опыт народной станут ее основой.

К этим методам относятся:

- оценка состояния с помощью *компьютерной иридодиагностики* (по радужной оболочке глаза) и *биолокационного метода* (основан на считывании информации с биополевой оболочки — ауры, облегающей человека);
- очищение организма от шлаков с использованием *гидроколонотерапии* с учетом индивидуальных особенностей пациента и использованием различных физиологических способов, в частности атомарного кислорода, как одного из самых сильных антиоксидантов, уничтожающего любую патогенную микрофлору и устраняющего кислородное голодание тканей, что лежит в основе любого заболевания и в том числе онкологического;
- использование авторских методик укрепления иммунной системы и биоэнергетических процессов, которые не имеют аналогов;
- коррекция позвоночного столба с помощью оригинального *ударно-волнового массажа* (авторская методика), с помощью которого за 1-2 сеанса восстанавливается нарушенное взаимоотношение позвонков, от чего во многом зависит состояние здоровья в целом;
- *лимфодренаж* (лимфа — это межтканевая жидкость, которая фактически пропитывает все ткани организма и отвечает за удаление отходов жизнедеятельности клеток; очищение лимфы

после гидроколонотерапии позволяет значительно эффективнее достичь общей очистки организма);

- *коррекция биополевой структуры* (вам помогут разобраться в сложившейся ситуации в семье, на работе, помогут выйти из этого состояния, а также научат, как самостоятельно противостоять отрицательным энергоинформационным воздействиям. С помощью так называемых магнитотронов, не имеющих аналогов в мире: биокорректоры, браслеты, воронки и др. изделия, которые по своей структуре и градиенту точно соответствуют магнитному полю Земли, происходит естественная подпитка недостающей энергии, тем самым восстанавливается биополевая структура человека);
- *ультрафиолетовое облучение крови* (с применением аппарата «Гелиос-1»);
- *лечение перекисью водорода;*
- *лечение сапропелем* (природные отложения);
- выдача рекомендаций с учетом официальных особенностей пациента и характера заболеваний.

В нашем Лечебно-профилактическом центре работают высококвалифицированные специалисты, в том числе кандидаты медицинских наук, имеющие большой опыт в области народной медицины. Уютные кабинеты, теплая атмосфера и взаимопонимание создают атмосферу доверительных отношений, где лечатся уже семьями.

И хотя переход на новый режим жизни (питания, движений, закалки) требует преодоления опре-

деленных трудностей, но это есть путь к здоровью в любом, даже пожилом возрасте. В том, что с вами случилось (болезни), виноваты вы сами, и понять причины происшедшего вам помогут в нашем Центре.

Затем все будет зависеть только от вас, от вашего выбора, по какой дорожке жизни вы пойдете: или обрести здоровье, или прозябать в хворях и болезнях, тратя время и деньги в поисках лучших врачей, но без каких-либо гарантий выздоровления.

Достаточно перестроить свое сознание, начать потихоньку переходить на Природный путь выздоровления, и вы обретете вторую молодость с учетом возрастных особенностей. Опыт работы Лечебно-профилактического центра, возглавляемого мною, — лучшее тому подтверждение. Его пациенты, пройдя первые шаги на пути к выздоровлению под руководством опытных специалистов и пользуясь полученными рекомендациями, в дальнейшем добиваются значительных успехов в приобретении здоровья.



Изотзывов

Я, Алмазов Н., в течение 7 лет страдаю рассеянным склерозом. Несмотря на то, что во всю лечился (1-я Градская, 78 Горбольница и другие), результата никакого не было, даже состояние ухудшалось. Бывало, что в больницу придут на своих ногах, а увозили на машине. После лечился у профессора Неумывакина, где на фоне применения перекиси водорода, как внутрь, так и в нос, провели очистку кишечника с помощью колоногидротерапии, коррекцию позвоночника, лимфодренаж, ультрафиолетовое облучение крови,

на что ушло 10-12 дней. После коррекции позвоночника, если раньше я не мог практически передвигаться из-за болей в ногах и нарушения равновесия, то теперь движения стали свободными и ноги не болят. Если раньше, чтобы посмотреть назад, я должен был поворачиваться всем телом, то сейчас свободно верчу головой. Если раньше запоры были по 3-5 дней, и при испражнении глаза вылезали на лоб, то сейчас все проходит нормально, без напряжения. Улучшилось зрение: если раньше долго не мог читать и только крупный шрифт, то сейчас свободно читаю даже мелкий шрифт. Если раньше ночью вставал 2-Зраза, то сейчас целую ночь сплю. И это все сделали в Центре, где работает всего несколько врачей, но которые делают то, что не могут делать огромные коллективы лечебных учреждений. А последний раз в больнице мне прямо было сказано: мы вам ничем помочь не можем, хотя вообще никакой помощи не оказывали. Кому нужна такая медицина! Делали бы больше таких центров, как у профессора Неумывакина, где больные находят не только понимание, но и помощь, в которой так нуждаются люди, которые уже никому не нужны!

Иван Павлович! Мы, больные, видим, сколько сил Вы отдаете каждому из нас. Поэтому желаю Вам крепкого здоровья, как и всем сотрудникам Центра.

Москва



Благодарен судьбе, что свела нас с профессором Неумывакиным. Моя жена давно страдает болезнью Паркинсона. Горстями принимала лекарства, от которых ей становилось все хуже. Она не могла ходить, падала без поддержки, теряла ориен-



И. П. Неумывакин, 2004 г.

тировку в пространстве, дрожали руки, голова, из-за чего практически ничего не могла делать сама. Страдала аллергией на все красные продукты.

Узнали о профессоре Неумывакине и по его совету уже 7 месяцев принимаем перекись водорода внутрь по схеме и натираем все тело, а также капаем в нос. Провели очищение организма: толстого кишечника — с помощью колоногидротерапии, печени — по особой методике Людмилы Степановны, ультрафиолетовое

облучение крови, коррекцию позвоночника — все, что делают в центре у Ивана Павловича. Результаты налицо: жена стала ходить, сама себя обслуживает, у нее восстановилась речь, память, исчезла аллергия на все красное. Значительно сократились и дозы принимаемых лекарств, а иногда и забываем их принять — принимаем больше по привычке.

Я, кстати, тоже начал принимать перекись водорода (на проведение всех процедур нет денег). Чувствую, как повысилась работоспособность, исчезло постоянное чувство тяжести в желудке, нормализовался стул. Такое ощущение, будто помолодел на 5-10 лет. И это случилось после многолетних мыканий по врачам, которые при виде нас только разводили руками от своего бессилия помочь нам, со всем арсеналом



И. П. Неумывакин проводит иридодиагностику, 2004 г.



Кандидат медицинских наук Паппас Е. А проводит компьютерную иридодиагностику, 2004 г.



Врач Людмила Степановна Неумывакина проводит энергоинформационную оценку биополевой структуры пациентки, 2004 а



И П Неумывакин проводит ударно-волновой массаж, 2004 г

приборов В Центре же профессора Неумывакина все просто, доступно, понятно и главное — чуткое, внимательное отношение и желание помочь больному, понять почему он болен и дать советы, что ты сам должен делать, ибо без собственных усилий ничего добиться нельзя.

Вот за это все огромное спасибо Ивану Павловичу и всем его сотрудникам, здоровья им самим.

Семья Куликовых, Москва

Комментарий. Как видно из отзыва, проведенные процедуры с перекисью водорода и УФО дали такой обнадеживающий эффект.

Перекись водорода является не только дополнительным источником недостающего клеткам кислорода, устраняющим гипоксию, которая, кстати, ле-

жит в основе любой патологии, включая рак, — но и своеобразным чистильщиком, являющимся мощным токсическим средством, способным бороться с любой патогенной флорой. Вот почему надо в первую очередь наладить работу желудочно-кишечного тракта, запустить иммунную систему, чему также способствует ультрафиолетовое облучение крови с помощью прибора собственной нашей конструкции «Гелиос-1», отличного от всех существующих аналогичных приборов.



Дорогой Иван Павлович! Спасибо Вам и низкий поклон за доброту, бережливость любви к нам, страждущим кто чем. А вы сами как личность — часть лечения, которое мы получаем в Вашем лечебно-профилактическом салоне. Салон ~ это слово связано с красотой. И Вы очищаете нас от внутренней грязи, чтобы организм стал чище и работал как новый. Пройдя курслечения, включающий глубокую очистку кишечника по оригинальной методике, ультрафиолетовое облучение крови, изумительную по простоте и эффективности коррекцию позвоночника, не говоря уже о чудодейственном эффекте от использования перекиси водорода, я похорошела на 50%. Нет слов, чтобы высказать всем сотрудникам благодарность, и я постараюсь, чтобы о Вас и Вашем Центре как можно больше людей узнали в Израиле.

Инна Йоген-Могилевская,
Хайфа, Израиль



Мне 71 год, инвалид II группы, прошел Чернобыль и имею целый букет болезней: стенокардию, гипертонию, беспокоят суставы. Во время

осмотра профессор Неумывакин определил сильную зашлакованность. После проведения всего комплекса процедур, проводимых в Центре, я впервые за несколько лет почувствовал себя человеком, способным нормально передвигаться без приступов стенокардии. До этого чистку кишечника и печени делал по разным методикам самостоятельно, фактически безрезультатно. При чистке же по методике Ивана Павловича из меня вышло столько гадости, что не было предела удивлению. В течение 2003 года я трижды лежал в военных госпиталях им, Вишневского, Бурденко. Результат — без нитроглицерина ходить вообще не мог. С марта месяца принимаю перекись водорода, закапываю в нос, прикладываю салфетки к различным местам. Просто и чудодейственно. Особенно хочется отметить отношение персонала Центра к пациентам, доброжелательность, чуткость, а это играет немалую роль в выздоровлении, что я в полной мере ощутил на себе. Главное, здесь учат, что нам самим надо делать, ибо болеем-то от своей лени, рассчитывая, что за нас кто-то что-то будет делать. Наше здоровье зависит полностью от нас самих, только надо потрудиться и выполнять рекомендации, которых особенно много в их замечательной книге «Эндоэкология здоровья».

Борис Иванович Семашко, Москва



Я больна с 1994 года, перенесла четыре инфаркта, у меня ишемия, стенокардия напряжения, аритмия. Почти каждый квартал лежу в больницах. Потом появились боли в спине, уже не могла подняться на пятый этаж, где живу, поэтому вынуждена находиться дома. Задыхалась, пила горстями лекар-

ства, даже кардиолог в поликлинике сказала, что больше мне ничем помочь не могут. Услышала о профессоре Неумывакине и обратилась к нему в Центр. Посмотрев меня, сказал, что поставят меня на ноги через 1-2 недели. Подумала: чушь какая-то, 10 лет страданий, у скольких врачей побывала, никто ничего не мог сделать, а тут 2 недели! Но ничего не оставалось делать, как молча согласиться с доктором.

И с началом процедур со мной стали происходить чудеса. После проведенного ударно-волнового массажа позвоночника, разработанного доктором совместно с Ю. Н. Грабарь, у меня исчезли боли в области сердца, после четырех процедур гидроколонотерапии и лимфодренажа я уже отказалась от лекарств. Чистка кишечника — это вообще какое-то волшебное действо, из меня вышло столько грязи, а ведь я никогда не задумывалась, что там делается у нас внутри. Иван Павлович при помощи своей рамочки сказал, что раздутый толстый кишечник поднялся на 10-12 мм и поджал сердце, которое в таких условиях работать уже не может, поэтому никакие лекарственные средства не помогут. А в позвоночнике, в области грудного отдела, позвонки, отвечающие за работу сердца, вообще «заржавели». Несколько коррекций позвоночника руками Ивана Павловича совершили волшебство, сбросили с меня лет 10 старости. Сейчас мне 72 года. Конечно, было больно, но теперь я свободно хожу, не задыхаюсь, аритмии-то нет, болей в области сердца тоже. Теперь могу полностью заботиться о себе сама. Перекись водорода начала делать свое дело, я теперь с ней не расстаюсь,

Я очень признательна всему медперсоналу за то, что они делают, и что официальной медицина делать

не может, да и не умеет. Тысячу раз спасибо за то, что вы вернули меня к жизни. Теперь я поняла, что наше здоровье во многом зависит от нас самих, и буду выполнять все рекомендации, которые получила в Центре, А о книге «Эндоэкология здоровья» следует сказать особо — ничего подобного на наших прилавках, где пишется о здоровом образе жизни, нет. Вот где кладезь мыслей, советов — бери и выполняй!

Нина Максимовна Ковалева, Москва



Я заболел рассеянным склерозом в 2001 году. Тогда почувствовал, что-то с ногами не в порядке, походка стала шаткой, не мог долго стоять, стали беспокоить боли в пояснице. Несмотря на лечение, состояние все время ухудшалось, хотя лежал в НИИ неврологии и в военных госпиталях. В авиагоспитале нашли существенные изменения в шейном отделе и даже предложили операцию без каких-либо гарантий на улучшение. В последнее время было не только затруднение при ходьбе, но и онемение ног, рук, перестал работать кишечник без слабительных. Думал все, приходит конец. Узнал из вестника «ЗОЖ» о Центре профессора Неумывакина, добился приема у него. За каких-то полчаса он объяснил мне, что со мной происходит, что можно сделать и, не обещая многого, стал проводить все мероприятия, начав с коррекции позвоночника.

Ничего подобного я не встречал. С помощью молоточка и деревянной плашки прошелся по позвоночнику, постучал особенно в болезненных участках, поработал пальцами — все это делалось с шуточками, и я даже не заметил, почему у меня ушла боль с позво-

ночника, особенно в тазу. Встал, аболи-тонет, и уже без палочки немного прошел. Чудеса. Сделали мне промывание толстого кишечника, ультрафиолетовое облучение крови, начал принимать перекись водорода и капать ее внос, а также делать мумие с перекисью водорода в клизмах.

Прошли какие-то десять дней, и я почувствовал себя снова человеком. Дома уже хожу без палочки, онемение прошло, походка стала нормальная. Сделал Иван Павлович и что-то с шеей, голова перестала кружиться и болеть, то есть все приходит в норму. И это делает всего один врач от Бога, профессор Неумывакин со своими помощниками, заменяя целые институты! Теперь, зная, что мне самому делать, надеюсь, что буду здоров! Выполняю все рекомендации, поняв, что надеяться на официальную медицину — напрасный труд.

В. Д. Кабулько, Москва

Отрадно, что пациенты, прошедшие курс лечения в Центре, практически все и независимо от характера заболевания пишут, что Центр — это последняя инстанция в медицине, что «дальше идти некуда». И смею вас заверить, что те, кто побывал у нас и получил облегчение или выздоровление, становятся истыми приверженцами правильного образа жизни и с этого пути не свернут.

Для заинтересовавшихся сообщаю, где находится наш Лечебно-профилактический центр.

***Адрес:* 127642, Москва, проезд Дежнева, 19, кор. 1.**

Телефон: (095) 180-94-18.

Проезд: ст. метро «Свиблово» (первый вагон из центра), автобус 61, третья остановка — «Заповедная».

Режим работы — поликлинический, с 10.00 до 20.00, кроме субботы и воскресенья.

Условий для проживания иногородних нет.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Официальная медицина, хоть и берет свое начало у народной медицины, несмотря на доброе отношение к ней руководства Минздрава РФ, продолжает делать все, чтобы прогрессивные начала традиционной народной медицины игнорировались, хотя сегодня уже многие понимают, что без интеграции усилий официальной и многовекового опыта народной медицины из тупика не выйти.

Конечно, огромное значение имеет комплекс оздоровительных мероприятий, направленных на профилактику заболеваний, в том числе решение многих социальных, экономических, экологических, особенно нравственных проблем. Но это возможно только на государственном уровне. В западных странах это давно уже поняли, и забота о благосостоянии человека в государственном масштабе там занимает не последнее место.

Вероятно, наша жизнь заключается в вечной борьбе старого с нарождающимся новым — такова ее проза, при которой человек живет в ожидании лучших времен. Такая, хоть и призрачная, *целевая* установка помогает человеку жить и выживать. Особенно это свойственно русскому человеку, на долю которого выпадает столько невзгод, что другие

народы давно бы вымерли. А мы живем и надеемся. В этом как раз и заключается менталитет и сила русского народа, духовной его сущности.

Заканчивая книгу, открою вам страшный секрет. Я получаю много писем, в том числе и от врачей, которые вводят внутривенно перекись водорода. И знаете, что они делают: убедившись в бессилии чем-либо помочь больному, в истории болезни они пишут, что вводят глюкозу, а на самом деле вводят перекись водорода — больной выздоравливает. Кого мы обманываем и сколько при повсеместной лжи будем жить? Говорят, что по Божьим канонам — это один из страшных человеческих пороков, а мы все мечтаем о каких-то светлых идеалах, витаем в чистых помыслах о доверии друг к другу. Ведь чего проще: каждый на своем месте должен делать то, от чего другому будет лучше. Если бы этот нравственный принцип был возведен в Закон, который может сделать нашу жизнь действительно здоровой, счастливой! Доживем ли? А ведь об этом мечтали и мечтают столько людей!

В своих письмах многие меня спрашивают, что я делаю сам? Моя история — это опровержение мнения официальной медицины, суть которого, в частности, состоит в том, что атеросклеротический процесс необратим. Когда мне было 52 года, врачи поставили диагноз: атеросклеротический процесс с преимущественным поражением сердца и мозга, кровяное давление 160-180/100-120, пульс 75-86, напряженный, аритмия и многие сопутствующие