

Главные принципы фитотерапии

Главный редактор Василий Иванович Стамов:

— Добрый вечер, дорогие братья и сестры. Мы начинаем беседу. Есть у нас такая передача, которая называется «Консилиум». Этот цикл и придумал, и вёл Александр Александрович Алифанов, врач-фитотерапевт. И вот сегодня Александр Александрович пригласил к нам в студию Елену Евгеньевну Лесиовскую, профессора, доктора медицинских наук и одного из авторитетных фитотерапевтов. Я не могу не сказать Вам, Елена Евгеньевна, много хороших слов о Ваших передачах. Две передачи мы давали о гиперактивных детях и о детских болезнях. Эти передачи всегда имеют очень хороший отзыв. Поэтому мы рады, что Вы пришли к нам в студию. Александр Александрович, Вам, как ведущему, бразды правления в руки.

Ведущий: Здравствуйте, дорогие братья и сёстры. Мы решили снова собраться после некоторого перерыва. Я перелистал очень много фитотерапевтической литературы, меня дети научили Интернету полгода назад, немножко «прошерстил» Интернет. Хотелось бы отметить, что есть главные принципы фитотерапии, которые, я заметил, нарушаются в большом количестве самой разной литературы. Что бы можно было сейчас здесь, в короткой передаче, выделить как основные принципы фитотерапии?

Профессор: Уважаемые братья и сёстры, уважаемые слушатели, дорогие коллеги. Любое дело, мы говорили перед передачей, предполагает определенный к нему подход, определенную систему знаний, умений. Все это справедливо и для фитотерапии. Это научно обоснованный метод лечения. Когда я так говорю на наших засе-

даниях секции фитотерапии в Обществе терапевтов имени Сергея Петровича Боткина, мне возражают: Елена Евгеньевна, фитотерапия ведь не метод, это наука. То есть, люди, которые в неё погружены, ощущают базу, которая существует в этом методе. Конечно, как всякое лечение, она имеет свои правила, свои законы, если мы их соблюдаем, мы получаем успех. А успех дорогого стоит, потому что это не просто выживание человека, это ещё и полноценная жизнь.

Ведущий: Ну, не уговаривайте, все хотят успеха. Ну не уговаривайте!

Профессор: А принципы успеха сводятся к следующему: прежде всего нужно правильно оценить состояние больного и выбирать те растения, которые необходимы этому конкретному пациенту. Всегда оцениваем больного, а не болезнь. Это очень важно: подбирать индивидуальную всесторонне обоснованную программу.

Ведущий: Я бы хотел немного уточнить. Вот приходят и говорят: «Лечите мне почку!»

Профессор: «Лечите мне камни», говорят.

Ведущий: Лечите мне камни. Но ведь всё в организме взаимосвязано: и почки, и печень и образ жизни, и давление...

Профессор: Один из самых главных принципов нашего подхода заключается в том, что мы обязательно оцениваем три главные системы нашего организма. Я не могу, Александр Александрович, это пропустить — мы оцениваем состояние нервной, иммунной и эндокринной систем, потому что эти три системы определяют уровень здоровья человека. И тяжесть болезни, если он болен. Поэтому лечение, направленное на поддержание этих трёх систем, даже если они в явной форме не страдают, пациент нам вроде бы на них не жалуется, мы всегда стараемся оценить их во всей полноте и направить наши усилия на поддержание этих трёх систем. Это очень важно понимать и самим пациентам. Мне иногда говорят: «Вообще-то мы пришли к Вам лечить запоры. А почему Вы нас спрашиваете о головных болях, о том, как мы спим, причём здесь — как мы спим?» Все взаимосвязано. Это один из главных принципов. Трудно выделить, какой первый, какой второй, они все взаимосвязаны, все

важны: нужно понимать, что растения, то, что мы сегодня знаем о растениях, несут нашему организму то, чего не могут дать другие методы лечения. Они восстанавливают не просто обменные процессы, они восстанавливают главные процессы, которые идут в каждой клетке нашего организма. Именно из-за того, что мы недополучаем правильного энергообеспечения, клетка не срабатывает во всей своей полноте, теряет свои возможности сопротивляться болезни. Состояние низкого энергетического обмена, вызванного гипоксией, то есть, дефицитом главного элемента, от которого зависит наша жизнь во многом — кислорода. Недополучаем мы его по самым разным причинам. Любые неблагоприятные воздействия приводят к дефициту кислорода у нас в тканях. И восстановление нормального его обмена в наших тканях приводит к успеху в лечении. Поэтому антигипоксанты, а растения таковыми являются в очень большом своем проценте, являются центром нашей терапии.

Ведущий: Уже дают плюс. Даже и на фоне другой терапии.

Профессор: Совершенно верно.

Ведущий: Потому что гипоксию все равно надо ликвидировать, всё равно мы живём в городе, здесь кислорода мало, здесь его сжигают машины, заводы.

Профессор: Именно благодаря этим свойствам растения очень хорошо сочетаются с любыми другими методами лечения. И мы ни в коем случае, никогда не противопоставляем фитотерапию другим методам и средствам. Потому что она помощник, она восстановитель, она даже иногда защищает от лекарственных осложнений.

Ведущий: Вы знаете, она — это нечто неизбежное каждый день. Врачи некоторые говорят: Вам травы нельзя! Я говорю: Слушайте, уважаемый пациент, вот борщ. Там картошка, капуста, морковка — это отвар лекарственных растений! Так что, нельзя борщ теперь, что ли!?

Профессор: Или чай. Да, у нас произошла подмена понятий в медицине, это, к сожалению, случилось. К растениям, не содержащим ядовитых и сильнодействующих веществ, стали относиться

также, как к синтетическим препаратам. Ведь такие растения абсолютно не чужеродные, поэтому среди них, по крайней мере, я смело могу назвать не меньше 50 антиаллергенных растений. Уже не говоря о том, что растения — прекрасные восстановители печени, почек, работы кишечника. Мы можем целый ряд проблем решать с помощью растений, не прибегая к химии.

Ведущий: Елена Евгеньевна, я понимаю это так на своём дилетантском уровне: что Господь дал нам разнообразие растений, трав для того, чтобы мы могли использовать это в своей жизни, когда мы питаемся, и, в то же время, очень многие растения имеют чисто лечебные свойства. И тут основная задача, те люди, которые сегодня склоняются к тому, чтобы лечиться именно травами, чтобы они понимали. Вот Вы сказали, что есть принципы, да, что есть три системы в организме человека, и вот эти системы взаимосвязаны, и когда говорят: купи боярышник и ты вылечишь то-то и то-то, в этом есть доля лукавства. Потому что одной этой травой вылечить какую-то конкретную болезнь невозможно, если она запущена в этой системе. Правильно я понимаю или нет?

Профессор: Вы правильно, в принципе, понимаете это. Я только хочу ещё подчеркнуть. Одно заблуждение, которое сейчас из книжки в книжку переходит, только книжки, простите, немного пренебрежительно, поскольку недостоверные — знания, которые даёт эта литература, лживы и выдуманы бывают! Так вот одно из заблуждений заключается в том, что сегодня люди несведущие начинают советовать лечение ядовитыми растениями. Это уже не фитотерапия. Хотя, конечно, все может быть ядом, но мы для себя давно уже определили, что из растений с ядовитыми веществами извлекают активные вещества и они по свойствам вообще не будут отличаться от синтезируемых сильнодействующих и ядовитых веществ. А истинная фитотерапия сегодня — это лечение извлечениями из растений, не содержащих ядовитых и сильнодействующих веществ. Они — гармонизаторы функций организма, стресспротекторы и антигипоксанты, могут нам помочь адаптироваться ко всем неблагоприятным факторам.

Ведущий: Один из главных принципов фитотерапии — не лечить ядами, ибо они дают осложнения.

Профессор: То есть, теми растениями, которые в обычных небольших количествах могут вызывать тяжёлый токсический эффект.

Ведущий: Тогда, Елена Евгеньевна, такой вопрос: список этих растений широко распространён, он большой? Или каждое растение имеет долю ядовитых веществ?

Профессор: Нет, всё зависит от той точки зрения, которой мы будем придерживаться. В разных странах эта токсичность определяется по-разному. В Англии, например, считают — всё что менее токсично, чем кофе — безопасно.

Ведущий: А если такое токсичное как кофе или более токсичное, чем кофе... кофе — это мерило токсичности!

Профессор: Да, есть такая точка зрения. У нас в стране более строгий подход среди фитотерапевтов, мы исходим из того разумного, я считаю, правила: перед применением извлечений из растения оценивается острая токсичность. Определить её легко в экспериментах на животных. Если количество употребляемого в день извлечения из растения известно как нетоксичное, (), то растение приравнивается к не ядовитым, не токсичным и, соответственно, оно может применяться на этапах оздоровления, профилактики и фитотерапии.

Ведущий: Да, давайте более конкретно: о дозах. Я читаю массу материалов: взять две или три столовые ложки молотой травы и залить кипятком. Но, всё-таки, если о дозах, Елена Евгеньевна...

Профессор: Вы чудесно с борщом сегодня сказали, у меня сразу ассоциации появились. Разумно ли съесть за один обед большую пятилитровую кастрюлю борща? Не каждый осилит, спросите себя, а вообще надо ли? То же самое происходит сегодня и в фитотерапии, потому что некоторые её безусловные сторонники едят такие интересные вещи: берём 5 столовых ложек сырья, заливаем двумя литрами кипятка... Дальше, правда, честно едят: по чайной ложке три раза в день.

Ведущий: Нет, по столовой, по чайной нету...

Профессор: Но возникает вопрос: куда девать эти два литра?

Хранятся-то настои в пределах суток! (Фармакопея разрешает двое суток, но вспомните — каков на следующий день вкус чайной заварки?) Здесь тоже есть правила, очень простые, доступные и легко понимаемые каждым. Во-первых, растения так волшебным образом наделены разнообразными качествами и свойствами и столько могут в нашем организме полезного сделать, что не надо стремиться к большим дозам. Большие дозы — это глубокая ошибка.

Ведущий: Я знаю, что Вы в химико-фармацевтическом институте работали над дозами, то есть, специальный коллектив, специально исследовал вопрос...

Профессор: Мы специально исследовали возможности растений устранять те или другие виды нарушений в организме. Конечно, мы исследовали это на животных, поскольку только эксперимент на животных может дать сопоставимые строго сравнимые научные данные.

Ведущий: Сначала на животных, а уж потом на людях. Ни в коем случае не наоборот.

Профессор: Это был первый этап. Людям следует давать абсолютно безопасные и проверенные рецепты. Но что оказалось: дозировки, которые предлагает даже фармакопея, она, правда с 1978 года не пересматривалась в части как приготовить из растений те или иные вытяжки, и даже там ошибочные сведения приведены. Так, например, коллективом, учувствовавшим в этой работе, тогда руководила профессор Саканян Елена Ивановна, она и фармакогнозист и фитотехнолог достаточно известный у нас в стране, вот её трудами, трудами её учеников, совместно с нашей кафедрой, было установлено, что самое лучшее соотношение растений и воды, это пока о водных вытяжкам мы говорим, $1/50$, то есть, в просторечии, это чайная ложка (для некоторых очень легких трав до столовой ложки мы можем допустить). Чайная ложка на стакан. А стакан 250 мл. То есть, это соотношение $1/50$.

Ведущий: Чем меня потрясла одна пациентка несколько дней назад. Я с ней об этом говорил, что знаете, вот неправильно, что вы пьёте, как описано в ЗОЖе — 3 столовые ложки травы на литр,

надо по чайной ложке. Она говорит: вот точно, а ведь на иконах Пантелеимона святой не со столовой ложкой стоит, а с чайной! Я был потрясён. Засел за компьютер и полночи перелистывал сотни икон Пантелеимона. Везде или чайная ложка или меньше. И только на одной или на двух иконах размер был — что-то близкое к десертной.

Профессор: В старых руководствах была и щепоть. Щепоть на стакан.

Ведущий: Ну почему даже наши православные пишут, православная энциклопедия здоровья — две столовые? Забыли икону Пантелеимона!

Профессор: Так что чайная ложка на стакан кипятка. А поскольку общаюсь с пациентами постоянно, хочу подчеркнуть: кипяток — это кипящая вода. Обязательно. Залить сразу. Дальше возможны разные варианты. Мы проверяли много разных технологий и оценивали сколько веществ выходит в воду в тех или иных условиях. Оказалось, что очень хорошо в термосе готовить настой, если небольшие порции сырья. Если для семьи вы готовите, тогда у вас в семье 4-5 человек и термос может быть литровый. На 4-5 человек. А если готовить одному пациенту, то сейчас есть кружки как термос, небольшие. В тех случаях, когда термос по каким-то причинам недоступен, может быть любая фарфоровая толстостенная чашка, которую надо чем-то закрыть.

Ведущий: Залить и прикрыть. — И сколько должно настаиваться?

Профессор: Это зависит от того, какое сырьё. Все прекрасно понимают, листья, цветки легко отдадут свои вещества. Твёрдые плоды, высушенные скажем ягоды боярышника, не так быстро. Кора ещё медленнее. Корни — ещё медленнее. Когда делается измельчение сырья, как правило, все имеют дело уже с измельченным, эти все параметры изменяются. И мы проверяли, для подавляющего большинства сборов вполне достаточно часа настаивания. Надо понимать, что если в сырьё горечь, то, чем больше настаиваем, тем более горькое будет. При очень длительном настаивании часть действующих веществ выпадает в осадок.

Ведущий: Нельзя на ночь ставить этот термос...

Профессор: Не стоит этого делать.

Ведущий: Максимум 3-4 часа, потом обязательно процедить.

На ночь нельзя.

Профессор: Не только на ночь нельзя, но и хранить то, что настаивается несколько дней категорически нельзя. Выпить этот стакан нужно за день.

Ведущий: Лучше в течение суток. Я бы хотел обратить Ваше внимание на всеобщую идею, что пить траву надо долго, годами. На мой взгляд не надо долго, годами.

Профессор: История фитотерапии содержит очень много примеров, мы их в своё время изучаем и знаем, а потом убедились и на своей практике, есть такое неписанное правило, нигде особо не публиковалось, из уст в уста передавалось долгие годы, но оно реально существующее и мы его проверяли в СПХФА. Оказывается, есть правило двух месяцев. Мы ставили исследования, скрупулёзные, дотошные, только благодаря моим студентам-дипломникам, если кто-то меня сейчас из них слышит — вам благодарность, потому что вашими упорными руками всё это делалось. Попробуйте одно и то же растение одной и той же крысе в течение двух-трёх месяцев вводить и каждый день ещё что-то у неё определять: поймёте, как это нелегко...

Ведущий: Там работал целый коллектив: и профессора и кандидаты наук, аспиранты, студенты...

Профессор: Самое меньшее, что у нас бывало — это 30 дипломных защит в год. По прошествии многих лет я много повидала аспирантов, соискателей и кандидатских, и докторских диссертаций. И наши дипломные работы подчас многим сегодняшним докторским могут фору дать. Такие были ребята упорные, интенсивно работавшие. В этих исследованиях оказалось, что на животных, животных же не уговоришь, никак ничего не объяснишь, два месяца проходит — исчезает лечебный эффект.

Ведущий: То есть, идёт какое-то привыкание?

Профессор: Привыкание идёт к водке, к наркотикам, к лекар-

ствам — их не бросишь. А это называется толерантность, оно перестаёт работать, это лекарство. Устойчивость... Очень трудно изучать этот феномен, что за этим стоит. Но, возможно, исчерпываются какие-то резервные ферментные системы, которые реагируют на это конкретное растение. Здесь много можно придумывать научных объяснений, но мы не будем этого делать, просто правило двух месяцев — оно есть и точка!

Ведущий: Исходя из принципа толерантности, нам надо готовить сборов на год не один сбор, а несколько...

Профессор: Мы сейчас говорим о фитотерапии, главная область, где она эффективна — это хронические заболевания. Мы знаем многие примеры, когда мы можем и в острых случаях помочь, но, в основном, это длительная поддержка здоровья хронически страдающих людей. Им нужно круглогодично принимать. А поэтому чередовать.

Ведущий: Из-за толерантности! Каждые два месяца. Я бы хотел ещё сказать насчёт настоек. Пишут: по две столовые ложки спиртовой настойки три раза в день. Хорошая жизнь! Настойка на травах...

Профессор: Оказалось, что это не целесообразно. Настойки, в отличие от водных вытяжек, все настойки... иногда больные спрашивают: настойка — это как? Я говорю — это всегда на этиловом спирте, потому что некоторые ценные вещества растворяются только в нём. Само название «настойка» предполагает, что берется спирт, он бывает разной концентрации, но на практике обычно 40%. Для того, чтобы настойка получилась качественной, здесь тоже существуют свои правила и свои соотношения, общепризнанное фармакопейное — 1/10, но методом исследований пришли к меньшим концентрациям уже сегодня. Самое главное — никогда не назначаем чайными ложками, столовыми ложками настойки. Настойки дозируют каплями. Причем, если мы говорим о взрослых, то средняя разовая доза 10 капель, среднесуточная 30. Дальше с ней надо поступать так, я обычно советую своим пациентам суточную дозу, то есть, 30 капель (это 1,5 мл!), помещать в любимую чашку и добавлять в

эту любимую чашку кипятков. Только что кипевшую воду, с тем, чтобы спирт улетал. Некоторые спрашивают: а сколько добавить воды? Я говорю: ну, раз вы любите строго, тогда 30 капель и три столовых ложки воды. Воды можно налить в чашку, в рюмочку зная, что этот объём нужно за день будет употребить.

Ведущий: Да, примерно три столовые ложки воды...

Профессор: Можно добавлять эту настойку в настой сбора. После термоса процедили стакан настоя и он горячий. В горячий настой.

Ведущий: И чаще всего употребление происходит после пищи или до пищи?

Профессор: Чаще мы назначаем после еды. Но если мы хотим помочь пациенту с определенными нарушениями пищеварения, там часто бывает за 15-30 минут до еды при хорошей переносимости...

Ведущий: Язва, печень, там...

Профессор: Да. Натощак растительные средства назначают, когда есть пищеварительные проблемы. После еды хорошо растительные вещества проникают в легкие, в сердце, то есть, сердечно-сосудистую систему, полезней после еды применять. Хотя не всё здесь так однозначно изучено, как нам бы хотелось. Но эти общие правила — от них можно оттолкнуться. А дальше надо смотреть, как пациенту больше помогает. У каждого свои особенности.

Ведущий: Елена Евгеньевна, хотелось бы узнать, какие растения, какие травы не имеют никакого отрицательного эффекта, и если человек нацелен травами лечиться их в доме можно всегда иметь? Какие бы вы растения, травы назвали?

Профессор: Недавно мы здесь наводили порядок....

Ведущий: Может быть, сделать отдельную передачу, сейчас пост идет и люди интересуются... потому что это очень обширный вопрос.

Профессор: Я хочу сказать одну мысль, не перечисляя, что вы просите, потому что это очень трудно сделать. Каждое растение, даже совершенно безопасно и безболезненно переносимое людьми, у кого-то может вызвать определенные побочные эффекты. Другое дело, что для растений не ядовитых эти побочные эффекты никогда

не бывают смертельными, опасными, пагубными и легко исчезают, если снизить дозу.

Ведущий: Или могут обострять что-то, да? Там болезни да?

Профессор: Вы знаете, обострение может наступить.

Ведущий: Могут камни пойти... Я почему часто прошу, когда пациенты приходят на фитотерапию, прошу УЗИ печени и почек. Почему? Потому что почти половина трав обладает желчегонным и мочегонным эффектом. А вдруг там камни в почках или в желчном пузыре? И пошло-поехало. Поэтому надо приходиться с УЗИ печени и почек.

Профессор: Надо о себе побольше знать, когда начинаешь оздоровление или фитотерапию...

Ведущий: Так если пойдут камни, разве это плохо? Но надо знать их размер. Если они больше 5 мм — могут застрять.

Профессор: Если говорить о безопасных растениях, я могу назвать только одно единственное, для которого действительно не описаны побочные эффекты — это фиалка трехцветная. И я в жизни не встречала ни разу никаких осложнений.

Ведущий: А применяется она при каких недугах?

Профессор: Для поддержания иммунитета. Применять её можно очень широко, но главное направление — она прекрасное средство для восстановления хорошей иммунной системы. Может применяться и для тех, кто часто болеет простудами, и для тех, у кого аллергические проблемы. Это одно из таких универсальных и очень эффективных и безопасных лекарственных растений.

Ведущий: Елена Евгеньевна, сейчас Интернет буквально кишит всякими советами и так далее, всяким лечением народным... Я имею в виду тучность. Когда тучные люди. А вот чтобы Вы сказали в этом отношении? Как фитотерапия здесь может...

Профессор: Я бы сказала, что нет ни одного способа универсального для всех людей с массой немаленькой. Ну, достаточно на меня посмотреть, если бы я знала такой волшебный сбор...

Ведущий: Елена Евгеньевна, открыли такой способ: играть в бадминтон! Поэтому Вы зря...

Профессор: Я бы посоветовала каждому, кто озабочен своим весом, прежде всего, проанализировать, как живет и как кушает. Потому что не секрет, что самые частые пополнения веса происходят от малых движений, сидячий образ жизни, и кушанье не просто после 18.00, а любовь ко всяким плюшкам, сладенькому, надо-не надо, лёгкий перекус, еда не вовремя в сухомятку...

Ведущий: Это тема очень длинная, ладно. Я бы хотел сказать, что меня потрясло изучение литературы в области фитотерапии. Почему огромный коллектив Санкт-Петербургского государственного химико-фармацевтического института работал 20 лет и почему проигнорированы многими врачами в рекомендациях дозы, толерантность, эти все разработки, вот это меня просто потрясло. Очень много учёных работало, и было тогда финансирование...

Профессор: 20 лет — это не самое справедливое количество лет, потому что это высшее учебное заведение знаменито своими ботаниками и фармакогностами со времен ещё, когда Адель Фёдоровна Гаммерман возглавляла кафедру фармакогнозии, и потом её ученики. Один из последних её аспирантов был ректор этого учебного заведения, профессор Геннадий Павлович Яковлев, который очень много внёс, и его ученики огромный вклад внесли и в ботанику и фармакогнозию, в науку о лекарственных растениях. То, что нам посчастливилось всем вместе поработать действительно около 20 лет, это тоже позволило некоторые вещи доказать...

Ведущий: Мы как-то верим, больше, понимаете ли, современной науке. Ну, подумаешь, жили там какие-то 60 лет назад Гаммерман или 100 лет назад Бадмаев, это устарело, а Вы же вот сейчас исследуете, — современная наука, современные приборы.

Профессор: Более 300 лекарственных растений за эти неполные 25 лет, что мне пришлось в этом коллективе поработать, были изучены с самых разных сторон и получены новые технологические и другие разработки. Сейчас бы сказали — нано-технологиями мы занимались бы, может быть, как это сегодня модно!

Ведущий: Нет, бадминтоном (смеётся).

Профессор: И нам посчастливилось, потому что многие вещи были проверены в клинических условиях и мы доказали себе и на-

шим пациентам, что действительно многие проблемы можем по-новому абсолютно с помощью лекарственных растений решать. Что касается того, почему этого нет в каждой книге — но ведь трудно заставить людей...

Ведущий: Трудно заставить людей обратиться к собственным, отечественным разработкам. Смириться, что не я такой гений-один-фитотерапевт, а люди ещё какие-то работали над этим вопросом.

Профессор: Мы мало друг друга слушаем и слышим.

Ведущий: Елена Евгеньевна, я бы хотел задать вопрос, который с Вашей точки зрения покажется дилетантским, но если человек задался целью не лечить себя таблетками, а именно фитотерапией. Самостоятельно, без медицинского образования, он может выйти на правильную форму лечения? Или же всё-таки нужно иметь консультанта, потому что сейчас море литературы и, как Вы сказали, ошибки кочуют из одной книжки в другую, из одной брошюры в другую брошюру, везде дают разные советы...

Профессор: Это очень важный вопрос. Литература достойная есть. И сегодня она есть и в бумажном виде и в Интернете.

Ведущий: Мы, кстати, открыли сайт, только что, недавно, для того, чтобы популяризировать незамеченные фундаментальные разработки родной СПб ХФИ, а сейчас это ХФА, если есть желание, обращайтесь. Наш сайт grtr.ru. Русский православный медицинский проект.

Профессор: И что, собственно, там на этом сайте, какую информацию Вы там, Александр Александрович разместили?

Ведущий: Информацию в области фитотерапии, наши беседы, Консилиумы, лекции, которые проводили здесь, ряд материалов со смежных сайтов, которые мы сочли полезными для прочтения и более или менее приближенные к реальности. Потому что то, что пишут иногда: «лечение щитовидной железы — надо съесть свежий налим каждый день, можно даже не варить». Интернет это просто... иногда сидишь — и упасть можно.

Профессор: Если бы все происходило, как описано в Интерне-

те, мы бы уже давно жили в космосе, абсолютно в другом своём каком-то качестве. Я хочу подчеркнуть, что каждому, кто захочет заняться своим здоровьем самостоятельно, нужно искать своих учителей в высоком смысле этого слова. И духовных наставников, и во врачебном плане, потому что человек должен понимать, что он делает. И у фитотерапии есть свои возможности и свои ограничения. Мы стараемся по мере сил это объяснять и достаточно понятно.

Ведущий: Мы с Вами записали передачи, ошибки фитотерапии, фатальные ошибки фитотерапии и фармакохимический статус пациента, у нас такая есть передача, так что можно будет дать её в эфир.

Профессор: Сегодня очень многие люди много лет применяют самые разнообразные препараты и...

Ведущий: Люди уже приходят, их организм уже видоизменен лекарствами. Это может оценить только врач: сколько он пил лекарств от давления, мочегонных и прочих.

Профессор: Я хочу сказать, что это направление, фитотерапия, очень многих людей привлекает, в том числе и православных. Потому что это менее затратно, что ли. Потому, что сейчас многие лекарства, которые обещают быстрый эффект и так далее, они очень дорогостоящие и часто люди в погоне за тем, чтобы быстро себя вылечить, они идут на эти затраты, но очень часто потом разочаровываются. Потому что деньги затрачены, эффекта никакого нет, болезнь продолжается или наоборот, даже обостряется. Или эффект лечебный есть, но побочные эффекты тяжёлые. А направление фитотерапии привлекательно тем, что менее затратно, с одной стороны, и с другой стороны — это естественно.

Ведущий: Мы сейчас ехали и мне Елена Евгеньевна рассказывала о препарате, который является гепатопротектором, Эссенциале.

Профессор: Мы не будем делать сейчас никаких рекламных выступлений, я просто говорила о том, что искажается у нас сегодня истинная ценность препаратов. Когда он становится популярным, он вдруг неоправданно взлетает в цене. Хотя его себестоимость невысока. Когда идет речь о здоровье, надо вникать во всё. В том числе в

то, чем вас лечат врачи, потому что желательно иметь представление элементарное о безопасности применяемого препарата...

Ведущий: Стоимость Эссенциале доходит до 1000 рублей, а себестоимость...

Профессор: Невысока себестоимость...

Ведущий: Рублей 20! Я почему взял в пример гепатопротектор, потому что лист березы гепатопротектор! Семечки тыквы тоже!

Профессор: Получается, что любому лекарственному препарату в природе есть аналог и намного качественней...

Ведущий: Почти любому.

Профессор: Не любому, но есть. Знаете, главное что? У нас точка отсчёта — уже глубоко больной человек. Хотелось бы к слушателям обратиться и сказать: начинайте о себе заботиться до того, как вы впадёте в тяжелую болезнь. Появились первые признаки, вы устаёте как-то больше, чем всегда, как-то еда не так отзывается в вашем организме как раньше, что-то появляется, что вам уже не нравится. С этого момента нужно задуматься, а что меня ждёт? Каждого из нас ждет какая-то хроническая болезнь. К сожалению. Но её можно предупредить на ранних стадиях. А когда мы уже дожили до этапа, когда хирург должен вмешаться, понятно, что с оздоровлением опаздываем...

Ведущий: Я давно уже мечтаю, уже целый год, выступить с трибуны с призывом: люди, ну пожалуйста, не выращивайте у себя камни в желчном и в почках больше 5 миллиметров. У вас будет столько проблем, это какой-то кошмар. Лучше поскорее сделать УЗИ и посмотреть. И тогда — пожалуйста, фитотерапия.

Профессор: Если плохой сон, если что-то не так с аппетитом, если, не дай, Бог, стул не каждый день, кожа вам не нравится — это первые признаки. Задумайтесь, почему это так. Поинтересуйтесь, какие болезни были у вас в роду. Часто это передаваемая по наследству предрасположенность. И можно предупредить дальнейшее развитие событий, лёгкими нашими фитотерапевтическими способами. И даже самостоятельно на этих стадиях.

Ведущий: Уж какими мягкими, если я пришел в выводу, что

настойки надо назначать по 5 капель три раза в день. А 7 капель даже много!

Профессор: А у меня есть одна пациентка, замечательная девочка, самоотверженно борется со своим недугом, Юлечка Безбородова, если ты меня слышишь — тебе привет. Так вот ей достаточно было одной капли настойки мелиссы. А больше она начала пить — ее тошнота замучила.

Ведущий: Да, сверхчувствительность случается в 10-15% случаев.

Профессор: Итак, главные принципы фитотерапии — научность, историческая преемственность, неиспользование ядов (безопасность), низкие дозы, подбираемые индивидуально, постоянное чередование при хронических болезнях (каждые два месяца), очищение (возможен выход камней и солей), поддержка энергетики клетки с ликвидацией гипоксии и другие — всех в коротком разговоре не перечислить.

Ведущий: Спаси, Господи всех слушателей!

Профессор: Я благодарю за эту беседу и желаю, чтобы мы продолжили разговор на эту тему, потому что эта тема очень больная для многих. Здоровья, вам, дорогие слушатели, спаси вас Господи.