



ДОКТОР
ЕВГЕНИЙ БОЖЬЕВ
СОВЕТУЕТ

КАК ПОВЫСИТЬ ИММУНИТЕТ И ПРЕДОТВРАТИТЬ ОНКОЛОГИЮ



Советы врача

Евгений Божьев

**Доктор Евгений Божьев советует.
Как повысить иммунитет и
предотвратить онкологию**

«Питер»

2020

УДК 615.89
ББК 53.59

Божьев Е. Н.

Доктор Евгений Божьев советует. Как повысить иммунитет и предотвратить онкологию / Е. Н. Божьев — «Питер», 2020 — (Советы врача)

ISBN 978-5-00116-474-6

Евгений Божьев – невролог, мануальный терапевт, сторонник альтернативной медицины – учит исцелению без лекарств и докторов. Его уникальные оздоровительные методики проверены годами медицинской практики, его авторские видео на канале YouTube набирают миллионы просмотров. Доктор Божьев убежден: любое заболевание можно предотвратить. Эта книга открывает секреты здорового образа жизни и крепкого иммунитета. В ней вы найдете простые рекомендации, как самому, без врачей повысить свой иммунитет, а также узнаете о причинах развития, профилактике и лечении онкологии и других заболеваний.

УДК 615.89

ББК 53.59

ISBN 978-5-00116-474-6

© Божьев Е. Н., 2020

© Питер, 2020

Содержание

Предисловие	6
Два золотых правила здоровья	7
Иммунитет	8
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Евгений Божьев
Доктор Евгений Божьев советует.
Как повысить иммунитет и
предотвратить онкологию

© ООО Издательство «Питер», 2020

© Серия «Советы врача», 2020

© Евгений Божьев, 2020

* * *

Предисловие

Мы все знаем, что у каждого есть иммунитет, который должен защищать нас от внешнего воздействия других форм жизни – вирусов, бактерий, грибов, глистов. Вроде бы он есть у всех, но почему-то одни болеют часто, другие редко. А у некоторых вообще хронические болезни. Почему так происходит? Неужели нужно воспринимать это как данность и исправить положение невозможно? Неужели люди с низким иммунитетом вынуждены болеть всю жизнь? Разве нельзя избавиться от болезней?

Ответы на все перечисленные выше вопросы Вы¹ найдете в этой книге. В ней рассказывается, что такое иммунная система, какой она бывает, от чего зависит ее работа. И главное, из книги Вы узнаете, как самому, без врачей повысить свой иммунитет.

Кроме того, в этой книге рассказывается еще и про онкологические заболевания, объясняются причины их развития и описываются механизмы предотвращения онкологии и лечения уже имеющихся заболеваний.

Вся эта информация дается не с позиции современной медицины, а с позиции здравого смысла. Все советы Вы сможете легко применить на практике, чтобы восстановить свое здоровье.

¹ В книгах доктора Божьева обращение «Вы» всегда пишется с заглавной буквы: это дань уважения читателю.

Два золотых правила здоровья

Существует всего два основных правила, которых необходимо придерживаться тем, кто хочет быть здоровым.

1. Нужно слушать свое тело.

Это правило основано на том, что деятельностью всего организма управляет головной мозг. Он посылает сигналы, регулирующие работу всех тканей, органов, каждой клеточки. Но чтобы правильно управлять всем организмом, мозг должен обладать полной информацией о состоянии всех органов, тканей и клеток. Эту информацию он постоянно получает от организма. То есть связь головного мозга с органами есть как прямая, так и обратная. Неврологи это называют эфферентной и афферентной импульсацией. Значит, информация о состоянии всех частей нашего тела в головном мозге есть всегда. Просто мы этого не осознаем, она находится в подсознании, а на уровень сознания выводится в форме желаний и потребностей. Тело просит то, в чем нуждается. Поэтому нужно уметь его слушать и стараться давать организму то, что он просит.

2. Все хорошо в меру, а все лишнее вредит (правило золотой середины).

Все свои желания и потребности нужно удовлетворять умеренно. Любое сверхудовлетворение принесет вместо пользы вред. Нужно твердо знать это и научиться чувствовать меру. В природе все построено на балансе противоположностей (день и ночь, черное и белое, мужское и женское, плюс и минус и т. д.), поэтому правильное, или сбалансированное, состояние всегда лежит посередине. А любая крайность вредна.

Иммунитет

Иммунитет – это одна из систем организма, которая защищает его от патологического воздействия микроорганизмов. Пока известны следующие виды микроорганизмов, которые при воздействии на наше тело вызывают иммунный ответ: вирусы, микробы, грибки, гельминты (глисты).

Все эти организмы живут вместе с нами на планете, вокруг нас, а значит, и в нас. То есть наше тело представляет собой многоквартирный дом, в котором живем не только мы, но и все эти формы жизни. И они имеют право там жить. Но! Они не должны вредить нашему телу, своему дому! Вот именно за этим и следит наш иммунитет. Он напоминает полицейского, который ходит по коридорам этого многоквартирного дома и контролирует соблюдение порядка: чтобы все жили в своих квартирах и не пытались занять чужие. И если кто-то начинает усиленно размножаться и пытаться занять чужие квартиры, он реагирует и утихомиривает захватчика, заставляя вернуться в свою территорию. Примерно так все устроено.

Из этого следует важный вывод: нельзя без необходимости выселять кого-либо из жильцов! Ибо освободившееся место сразу захватит кто-нибудь другой, что позволит ему размножиться, стать сильнее и уже не подчиняться полицейскому – иммунитету. Именно поэтому лечение антибиотиками или противоглистными, противовирусными препаратами целесообразно проводить лишь тогда, когда действительно имеется их избыток, когда они начинают захватывать чужие квартиры. Просто так, для профилактики, их применять нельзя ни в коем случае! Вы вызовете активацию других микроорганизмов.

Так что же такое иммунитет, где он находится и как работает? Реализуется иммунный ответ нашего тела через иммунные клетки – тех самых полицейских, которые при необходимости вступают в схватку с распоясывающимися микроорганизмами.

Медицина выделяет два вида иммунитета: тканевой и гуморальный. Это одни и те же типы клеток, но расположенные в разных местах. Поскольку инфекция у нас может быть везде, то, соответственно, это иммунные клетки в тканях (тканевой иммунитет) и такие же иммунные клетки в крови (гуморальный иммунитет). Когда полицейские в тканях не справляются с размножающимися там микроорганизмами, к ним на помощь бросаются гуморальные полицейские – увеличивается приток крови к нужному месту.

Реализуется этот процесс с помощью воспаления. Воспаление – универсальная реакция нашего тела в ответ на любое запредельное внешнее воздействие: на инфекцию, травму, ожог, обморожение и т. д. Поскольку наше тело, как и все во Вселенной, основано на законе сохранения энергии, то и реакция на разные воздействия одна и та же – воспаление. Самый правильный путь – наименее энергозатратный. И смысл воспалительной реакции как раз и состоит в том, чтобы помочь местному тканевому иммунитету за счет притока гуморальной помощи справиться с опасными чужаками. Поэтому и реализуется воспаление всегда через пять факторов: отек, красноту, боль, увеличение количества лейкоцитов в этом месте и выход форменных элементов из крови в ткани. Краснота вызывается рефлекторным расширением сосудов для увеличения притока крови (гуморального иммунитета). Экссудация и пролиферация вызывают отек, смысл которого в том, чтобы затруднить проникновение к проблемному месту других чужаков, ограничить очаг инфекции. А отек, раздражая болевые рецепторы оболочек, дает боль. Вот так развивается воспаление.

Иммунные клетки, составляющие собой тканевой и гуморальный иммунитет, вырабатываются в специальных органах нашего тела. Основным таким органом является красный костный мозг, располагающийся во всех губчатых костях тела: в груди, костях таза, позвонках, ребрах. Именно там растут и развиваются иммунные клетки. Участвуют в работе иммунитета и такие органы, как селезенка, печень, лимфатические узлы и железы. А управляет всеми

иммунными процессами организма вилочковая железа – тимус. Именно от ее работы зависят сила и качество работы иммунной системы.

Современная медицина считает, что вилочковая железа есть только у маленьких детей, что якобы она ко взрослому возрасту полностью редуцируется. Это не так. Так почему она уменьшается? Чтобы это понять, нужно заглянуть в современный роддом.

Сразу после того как женщина родила, акушеры перерезают пуповину. При этом половина крови находится в ребенке, а половина остается в плаценте в матке женщины. И после отхождения плаценты вместе с ней используется в фармацевтической или косметической промышленности в качестве очень дорогого и ценного материала. А ребенок, получивший лишь половину своей крови, остается ослабленным и с низким иммунитетом. Именно поэтому практически все дети до школы постоянно болеют. Раньше же, когда бабка-повитуха принимала роды, она сразу после рождения ребенка, не трогая пуповину, клала его на живот матери. И он лежал там до тех пор, пока не начинала отслаиваться плацента. Тогда ему не доставало кислорода, он делал первый вздох и кричал. И только тогда повитуха уже обрезала пуповину. Таким образом, вся кровь оставалась в ребенке. И дети практически не болели.

Примером пользы позднего перерезания пуповины может служить рассказ одной моей пациентки, у которой трое детей. Первых двух она родила в роддоме. И они до школы постоянно болели. А третьего, так получилось, она родила дома, потому что скорая помощь ехала к ней почти три часа. И ребенку пуповину никто не пережал и не обрезал до отхождения плаценты. Этот ребенок в детстве никогда не болел. Вот вам пример зависимости работы иммунитета от наличия достаточного количества крови у новорожденного ребенка.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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