

ПОЧЕМУ ВОДА ЯВЛЯЕТСЯ
САМЫМ УДИВИТЕЛЬНЫМ
ЛЕКАРСТВОМ В ПРИРОДЕ —
ПРОСТЫМ, БЕЗОПАСНЫМ
И ЭФФЕКТИВНЫМ

РУКОВОДСТВО
ПО ЕСТЕСТВЕННОМУ
ОЗДОРОВЛЕНИЮ



ВОДА
ДЛЯ
ЗДОРОВЬЯ

Ф. БАТМАНГХЕЛИДЖ

Здоровье и альтернативная медицина (Попурри)

Фирейдон Батмангхелидж

Вода для здоровья

«Попурри»

2003

Батмангхелидж Ф.

Вода для здоровья / Ф. Батмангхелидж — «Попурри»,
2003 — (Здоровье и альтернативная медицина (Попурри))

Получивший всемирное признание врач и автор бестселлеров утверждает, что элементарное упорядочение воды и соли в ежедневном рационе способно вернуть вам прекрасное здоровье и самочувствие. Отказавшись от дорогостоящих лекарств и научившись распознавать первые признаки обезвоживания организма, вы избавитесь от астмы, аллергии, гипертонии, диабета, мигрени, артрита, остеопороза, желудочно-кишечных и других серьезных заболеваний.

© Батмангхелидж Ф., 2003

© Попурри, 2003

Содержание

Поверните кран и пожните плоды одного из величайших открытий в области здравоохранения всех времен!	6
Благодарность	7
Авторское примечание	8
Предисловие	9
Глава 1	10
В чем ошибка современной медицины?	10
Новый уровень мышления в медицине	13
Рождение новой научной истины в медицине	14
Этапы становления сегодняшней медицины	16
Глава 2	17
Вода – такая непостижимая и простая	17
Мы по-прежнему зависим от воды	18
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Фирейдон Батмангхелидж

Вода для здоровья

Эта книга не предназначена служить заменой квалифицированной медицинской помощи. Читатели должны регулярно консультироваться у врача по всем вопросам, связанным с их здоровьем, и в особенности по поводу любых симптомов, которые могут потребовать постановки диагноза или медицинского ухода.

Перевёл с английского О. Г. Белошеев по изданию:
WATER: FOR HEALTH, FOR HEALING, FOR LIFE (You're Not Sick, You're Thirsty!) by
F. Batmanghelidj, M. D. – N. Y.: «An AOL Time Warner Company», 2003.

© 2003 Fereydoon Batmanghelidj, M. D.

Поверните кран и пожните плоды одного из величайших открытий в области здравоохранения всех времен!

*Посвящается нашему Создателю с благоговением, покорностью,
верой и любовью*

*А также всем, кто испытал страдания из-за ограниченности
наших медицинских познаний в прошлом.*

Вот список заболеваний, от которых вы сможете избавиться с помощью воды: вода предотвращает закупорку сосудов; сердечно-сосудистые заболевания;

РАЗЛИЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ – вода повышает сопротивляемость организма инфекциям и возникновению раковых клеток;

ДЕПРЕССИЯ – вода помогает телу естественным образом восполнять запасы нейротрансмиттера серотонина;

РАССТРОЙСТВО СНА – вода необходима для производства натурального регулятора сна, мелатонина;

НЕХВАТКА ЭНЕРГИИ – вода генерирует электрическую и магнитную энергию в каждой клетке тела, обеспечивая естественный прилив сил;

ПАГУБНЫЕ ПРИВЫЧКИ – вода может помочь избавиться от пристрастия к кофеину, алкоголю и некоторым наркотикам;

ОСТЕОПОРОЗ – вода укрепляет костную систему;

ЛЕЙКЕМИЯ И ЛИМФОМА – вода нормализует работу кроветворных систем, которые могут помочь предотвратить многие формы рака;

ДЕФИЦИТ ВНИМАНИЯ – хорошо насыщенный водой мозг получает достаточно энергии, чтобы постоянно вносить новую информацию в свой банк памяти.

Самый страшный грех по отношению к нашим близким не в ненависти к ним, а в равнодушии; в этом суть бесчеловечности.
Джордж Бернард Шоу, 1897

Альтруизм и эгоизм – это два главных средства и два механизма самозащиты. Эгоистические побуждения заставляют нас потворствовать своим желаниям за счет других. Если общество строится в основном на таких людях, то в нем неизбежен хаос. С другой стороны, альтруизм – это свойство и продукт доброжелательности, побуждающей к поступкам, которые приносят пользу обществу и человечеству, чье выживание и прогресс в свою очередь приносят пользу альтруисту.

Цель этой книги – служить обществу и всем достойным людям, которые способствуют его сохранению, развитию, здоровью, богатству и процветанию.

Благодарность

Самому независимому человеку в медицине, заслуженному профессору Йельского университета в отставке Говарду Спиро. Он был первым ученым, который признал ценность моих клинических исследований и представил их западной медицине. В июне 1983 года он опубликовал мою статью «Новый и естественный метод лечения язвенной болезни» в своем журнале «Clinical Gastroenterology» Его интерес и поддержка и сегодня помогают мне продолжать свои исследования, результатом которых стала информация, предлагаемая вашему вниманию.

Авторское примечание

Информация и рекомендации по употреблению воды, представленные в этой книге, основаны на профессиональных знаниях, личном опыте, всесторонних исследованиях и других публикациях автора на тему роли воды в человеческом организме. Автор данной книги не берет на себя смелость давать медицинские советы и выписывать рецепты на использование или отказ от использования каких-либо лекарственных препаратов без консультации с врачом. Намерение автора заключается только в том, чтобы, опираясь на самые последние знания в области микроанатомии и молекулярной физиологии, предложить вашему вниманию свои взгляды на значение воды для здоровья и проинформировать широкую общественность о разрушительном воздействии обезвоживания на человеческий организм – с юных лет до преклонного возраста. Эта книга никоим образом не может служить заменой квалифицированной медицинской помощи. Напротив, обмен представленной тут информацией с лечащим врачом в высшей степени желателен. Ответственность за использование содержащейся в данной книге информации и рекомендаций целиком и полностью ложится на самого читателя. Применять эту информацию следует только в строгом соответствии с представленными инструкциями. Никому из читателей, и особенно тем, кто в прошлом перенес серьезные заболевания и находится под профессиональным наблюдением или страдает тяжелыми заболеваниями почек, не следует использовать предлагаемую далее информацию без предварительной консультации с лечащим врачом.

Предисловие

Открытие новой эры в медицине

Только когда у вас появляются проблемы со здоровьем, способные в конечном итоге преждевременно оборвать вашу жизнь, вы бросаетесь повсюду искать объяснения и пути выхода из создавшейся ситуации. До этого момента вы просто не в силах оценить мощь того эмоционального воздействия, которое производит на жизнь и душу человека визит врача и его заключение. Будем надеяться, что ни вам, ни кому-либо из близких вам людей никогда не придется столкнуться с подобной ситуацией, в которой ежедневно оказываются тысячи людей. Причина сегодняшнего кризиса здравоохранения в Америке заключается в том, что многочисленные болезни преждевременно разрушают организм и убивают миллионы людей. В то же самое время кризис здравоохранения обошелся нам примерно в 1,2 триллиона долларов в 2001 году, и, по прогнозам, эта сумма будет увеличиваться на 11 процентов ежегодно.

Всем известно, что в научном отношении мы самая высокоразвитая страна в мире, которая каждый год тратит миллиарды долларов на медицинские исследования. Если вы пролистаете любой из недавно изданных медицинских справочников, то увидите, что в нем страница за страницей следуют описания смертельно опасных болезней, однако как только авторы этих книг доходят до объяснения причин того или иного заболевания, они признаются: «Этиология неизвестна». Это означает, что большинство врачей не знают истинных причин основных болезней человеческого организма, тем не менее, общество выдало им лицензию назначать различные виды лечения, которые часто не приносят пациентам никакой пользы, а только медленно и преждевременно убивают их. Хорошая новость заключается в том, что эту лицензию у них скоро отберут.

То, с чем вам предстоит познакомиться, – это совершенно новая отрасль знаний, открывающая новые перспективы в рамках физиологической науки – не той науки, которую поставили себе на службу производители медикаментов, а науки, объясняющей естественные способы функционирования живых тканей и органов. В данной книге рассмотрен ряд серьезных проблем со здоровьем, их причины и способы естественного устранения. Когда причина и способ лечения болезни ясны, необходимость в лишних словах и непонятных медицинских терминах отпадает. Все, что вы здесь прочтете, основано на результатах всесторонних и глубоких клинических и научных исследований. На исследования, изучение и публикацию информации, содержащейся в этой книге, у меня ушло более двадцати двух лет, не считая времени, потраченного на медицинское образование, которое началось в 1950-х годах, когда я поступил в медицинскую школу при больнице святой Марии в Лондонском университете.

Тема, которую я собираюсь рассмотреть, – это физиологические последствия и метаболические осложнения хронического непреднамеренного обезвоживания как главной причины многих тяжелых заболеваний. Есть мнение, что это настоящий переворот в современной медицине.

Это доступное пониманию каждого человека описание некоторых из наших сегодняшних проблем со здоровьем – всего лишь первый шаг к неизбежной, основанной на науке и логике, трансформации мировой медицины. Работая над книгой, я в первую очередь думал о потребностях людей, нуждающихся в ежедневных инъекциях, и в особенности – о 15 миллионах детей-астматиков, чьим родителям необходимо как можно быстрее понять причину этой болезни, узнать о простых и не требующих затрат способах ее предотвращения и спасения жизни своих чад.

Глава 1

В чем ошибка современной медицины?

Величайшей трагедией в истории медицины, на мой взгляд, стала теория, согласно которой сухость во рту – это единственный признак потребности организма в воде. На основании этой ложной предпосылки современная медицина совершила еще три непростительные ошибки, которые дорого обошлись обществу. Давайте рассмотрим все четыре ошибочных предположения.

1. Вся структура современной медицины построена на той достойной сожаления неверной предпосылке, что сухость во рту – это единственный признак обезвоживания. Данное мнение повлекло за собой непонимание сущности различных мучительных проблем со здоровьем, вызывающих преждевременную смерть миллионов людей. Причина страданий этих людей заключается в незнании того, что они испытывают сильную жажду. Современная «основанная на достижениях науки» медицина, по сути дела, базируется на элементарной ошибке, совершенной много лет назад. В 1764 году немецкий врач Альбрехт фон Халлер впервые объявил сухость во рту признаком жажды. В 1918 году английский врач Уолтер Брэдфорд Кэннон поддержал теорию Халлера, а так как Кэннон был влиятельным человеком, то его точка зрения стала модной и до сих пор продолжает доминировать в научной литературе. Однако еще в 1867 году француз Мориц Шифф заявил, что чувство жажды – это всего лишь общее ощущение: «Это такое же локальное ощущение, как чувство голода». Теперь мы знаем, что Халлер и Кэннон были неправы, но, после того как их мнение укоренилось в инфраструктуре медицины, эти ошибочные взгляды и по сей день внушаются всем новым поколениям студентов-медиков. Этот традиционный просчет в научном понимании механизма водной регуляции человеческого организма сбил медицину с верного пути. Шифф разбирался в природе человеческого тела гораздо лучше. Собственно говоря, сухость во рту – это не тот признак, на который следует полагаться. Человеческое тело использует другую логику: чтобы обеспечить способность пережевывать и проглатывать пищу, а также производить смазку, необходимую для осуществления этой функции, вырабатывается обильное количество слюны, даже если организм испытывает острую нехватку воды для выполнения остальных жизненных функций. В любом случае вода слишком важна для тела, чтобы сигнализировать о ее нехватке только с помощью ощущения сухости во рту. Человеческое тело располагает большим количеством других сложных механизмов, способных служить индикаторами нехватки воды. Человек может страдать от сильной дегидратации, не испытывая ощущения сухости во рту. Обезвоживание проявляется в разных тяжелых формах, включая угрожающие жизни кризы. Современная медицина неправильно воспринимает эти симптомы внутренней локализованной физиологической засухи и связывает их с другими болезнями. В результате, вместо того чтобы бороться с обезвоживанием, пациентам прописывают токсичные лекарства для лечения «болезней».

Сухость во рту – это один из самых последних признаков обезвоживания организма. К тому времени как сухость во рту сигнализирует о нехватке воды, организм успевает подготовиться к полному отказу от некоторых иных функций. Именно так развивается процесс старения – путем сокращения количества ферментативных функций. Обезвоженный организм утрачивает гибкость и изобретательность. Пример – юношеский диабет, когда в борьбе с устойчивым обезвоживанием организм жертвует клетками поджелудочной железы, ответственными за производство инсулина.

2. Вторая трагическая ошибка традиционной медицинской науки состоит в том, что вода считается субстанцией, которая только растворяет и разносит по телу различные вещества. Но

это не просто инертная субстанция. Она выполняет в организме две важнейшие функции. Первая функция – поддержание жизни. Вторая, еще более важная роль воды заключается в том, что она является источником жизни. Современная медицина признает только первую функцию. Вот почему непреднамеренное обезвоживание изначально не включено в число опасных для жизни процессов. Лишь осознание и понимание важности этого процесса позволит вам сбереечь здоровье и сохранить жизнь – естественным образом.

3. Третьей серьезной ошибкой медицины является предположение, согласно которому человеческий организм может регулировать эффективность поступления воды в течение всей жизни людей. С возрастом люди перестают адекватно оценивать чувство жажды и начинают пить все меньше воды, пока клетки жизненно важных органов не превратятся из сочных слив в сморщенный чернослив и не смогут больше поддерживать жизнь. Для того чтобы не доводить процесс обезвоживания до необратимой стадии, нам необходимо научиться распознавать его симптомы в самом начале.

4. Четвертой ошибкой сегодняшней медицины стала теория, утверждающая, что потребность тела в воде можно удовлетворить с помощью любой другой жидкости. В этом одна из главных проблем нашего времени. Некоторые из искусственных напитков, получивших повсеместное распространение, ведут себя в теле человека иначе, чем простая вода. Узнав о причинах, по которым некоторые растения вырабатывают кофеин или даже кокаин, вы поймете, в чем суть проблемы.

Эта книга расскажет вам об одном из величайших открытий в мировой науке о здоровье и прольет свет на одну из главных трагедий в истории медицины – ошибочную теорию, утверждающую, что состояние сухости во рту – это единственный признак потребности организма в воде. Говоря проще, новое научное понимание проблемы заключается в том, что хроническое непреднамеренное обезвоживание человеческого организма может заявлять о себе таким количеством способов, которое в точности соответствует количеству изобретенных медицинской болезней. Мы создали все возможности для процветания индустрии лекарств и породили в современной системе здравоохранения модель «Заболел – будем лечить», существующую за счет драгоценной жизни и благосостояния человека. Система «Заболел – будем лечить» развивается и процветает только в том случае, если люди болеют постоянно. Именно это и происходит с нами сейчас.

Как это ни печально, но поставленные на коммерческие рельсы системы здравоохранения большинства стран не спешат довести до простых людей сведения о прорыве в медицине, который связан с тем, что именно обезвоживанием вызваны большинство проблем со здоровьем, – поскольку это привело бы к быстрому вымиранию этих систем. Однако нет ни одного разумного основания для того, чтобы подвергать десятки миллионов людей медикаментозному лечению, когда единственная причина их недугов – обезвоживание.

Заявления во вступительной главе этой книги сделаны не для того, чтобы очернить специалистов, которые работают в системе «Заболел – будем лечить» по призванию и отдают все силы для облегчения участи несчастных больных. Они не виноваты в фундаментальных ошибках стандартных лечебных процедур современной медицины. Мои обвинения адресованы профессиональным медикам, занимающим влиятельные посты, и национальным учреждениям здравоохранения, которые обладают властью, необходимой для решения проблемы, но демонстрируют полное нежелание что-либо менять.

Приверженцы основного направления в медицине из числа мастеров проводить кампании по сбору средств никогда по своей воле не откажутся от медикаментозных способов лечения. Почему? Они не допустят, чтобы естественные пути решения проблем со здоровьем получили известность и стали достоянием общества. Цель данной книги – переломить эту тен-

денцию, которая приносит выгоду коммерческим системам здравоохранения за счет простого народа.

На сегодняшний день совершенно ясно, что у человеческого организма есть множество способов заявить о своих общих или локальных потребностях в воде. Эти проявления все еще принято считать признаками тех или иных болезненных состояний. Основываясь на таком невежестве и находясь под защитой и опекой фармацевтической индустрии, академическая медицина занимается возведением различных последствий обезвоживания в ранг «болезней». В результате доверчивые американцы, лишённые необходимых знаний, вынуждены покрывать все возрастающие издержки здравоохранения за счет своего здоровья и денег.

Мы должны понять, что устойчивое обезвоживание влечет за собой постоянное изменение химического состава тела. Когда новый, вызванный обезвоживанием химический состав окончательно стабилизируется, он вызовет множество структурных изменений, в том числе генетических. Вот почему предотвращение обезвоживания имеет жизненно важное значение. Вот почему детские неинфекционные ушные боли и астма стали для меня главными проблемами. Такая степень обезвоживания, которая вызывает у ребенка астму, в конечном итоге может привести к генетическим нарушениям, аутоиммунным болезням и даже к раку в зрелые годы.

Понимание природы хронического обезвоживания расчистит путь для развития бесконечно более гуманной системы здравоохранения. По моей оценке, мы сможем обеспечить радикальное улучшение здоровья и повышение продуктивности нации всего за 30 процентов от сегодняшней суммы расходов на здравоохранение. Как видите, я не рекламирую товар, на котором можно заработать деньги. Я всего лишь рассказываю об уникальном медицинском открытии и о результатах своих многолетних исследований, которые помогут профессиональным медикам и простым людям понять главную причину столь многочисленных болезненных состояний.

Даже в XXI веке видимые проявления локального обезвоживания остаются непонятыми нашими медиками. Для любых проблем со здоровьем мы всегда искали медикаментозные решения. В результате мы не уменьшали количество проблем, а, скорее, постоянно увеличивали их и бросали на борьбу с ними еще большее количество лекарств. Во имя современной медицины мы создали баснословно дорогой хаос, которому не видно конца. Перед нами встали серьезные проблемы, которые требуют срочного решения. Как заметил Альберт Эйнштейн, «существующие серьезные проблемы нельзя решить на том уровне мышления, на котором мы их создали». Чтобы решить наши проблемы со здоровьем, явно необходим новый подход к медицинской науке.

Решение современных, созданных человеком и защищаемых фармацевтической промышленностью проблем со здоровьем может базироваться только на физиологическом подходе. Понимание молекулярной физиологии обезвоживания позволит изменить структуру будущей клинической медицины. Оно вызовет фундаментальное изменение парадигмы медицинской науки. Усиление природных лечебных способностей тела в рамках физиологии приведет к полной замене фармацевтического подхода к решению современных проблем со здоровьем. Главным приоритетом медицины станет предотвращение болезней, которое займет место дорогостоящих инвазивных способов лечения.

Новый уровень мышления в медицине

Что такое парадигма и как ее можно изменить в клинической медицине? Парадигма – это базовая информационная инфраструктура, предположения или концепции, на основании которых развивается знание в рамках определенной научной дисциплины. Например, все географические карты и модели создаются на базе фундаментального понимания того, что Земля – шар. Такая концепция – это базовая парадигма дизайна всех географических карт. Знаменательные изменения, вызванные осознанием того факта, что Земля не является плоской, как предполагалось в древности, произвели революцию в знаниях о структуре Вселенной, которыми мы обладаем сегодня. Когда парадигма заводит какую-то научную мысль в тупик (как в случае с плоской Землей), у тех, кто способен отступить на шаг и объективно переоценить инфраструктуру данной области знаний, часто появляется новая парадигма. Для этого нужно только одно – идея или установленный факт, способный пробудить научную мысль.

Когда появляется новая обоснованная парадигма, служащая основой для конкретной науки, она освещает путь к новой обширной области знаний подобно вспышке молнии в ночи. Новая парадигма снимает все запреты и барьеры, делая возможным дальнейший прогресс мысли в рамках данной дисциплины.

Процесс рождения новой парадигмы значительно облегчается, когда возникает конкретная потребность в решении. Решение признается значимым, только после того как получит признание явная потребность в таком решении. Следующая история поможет пояснить мою мысль.

Нобелевский лауреат, сэр Александр Флеминг, получил признание как изобретатель пенициллина. В 1950-е годы, когда я был студентом медицинской школы при больнице св. Марии, этот шотландский ученый работал в институте Райта – Флеминга в том же Лондонском университете. Многие студенты-медики испытывают неудержимое стремление стать первооткрывателями. Я не был исключением. С самого детства мне хотелось изучать медицину и стать человеком, который смог бы оказать позитивное влияние на жизнь людей.

В ходе вводного курса по бактериологии студентов разбили на мелкие группы и прикрепили к разным кураторам. Мне повезло попасть в группу к сэру Александру. Это был человек исключительной культуры и скромности. В конце курса я набрался храбрости и задал ему вопрос, ответ на который определил всю мою последующую жизнь.

Я спросил его: «Сэр Александр, существует ли какой-то особый способ стать первооткрывателем в медицине?» Он посмотрел на меня, задумался над моим наивным вопросом и после длительной паузы ответил с сильным шотландским акцентом: «Потребность и решительность». Затем он пояснил, что широкое внедрение хирургических процедур в медицинскую практику привело к увеличению процента летальных септических осложнений. Поиск средства, способного остановить развитие бактериальных инфекций в человеческом организме, превратился в насущную потребность, которая придала решительность и смелость тем, кто занимался бактериальными исследованиями. Потребность стала толчком к изобретению пенициллина, а решительность – толчком к его применению в медицине.

Рождение новой научной истины в медицине

История свидетельствует, что время от времени фундаментальные открытия в сфере прикладных естественных наук создают возможности для грандиозных скачков прогресса. Благодаря случайностям и озарениям человечество разгадало множество тайн своего происхождения.

Один из таких случаев произошел в 1979 году. В ходе исламской революции в Иране я стал политическим заключенным и оказался в числе узников тегеранской тюрьмы «Эвин». Ожидая возможного смертного приговора, однажды ночью я открыл, что два стакана воды способны облегчить даже самые сильные желудочные боли, вызванные язвой желудка и двенадцатиперстной кишки.

Одному из заключенных потребовалась медицинская помощь, чтобы облегчить мучительную боль, которая согнула его пополам и лишила возможности самостоятельно передвигаться. При ходьбе его постоянно поддерживали двое друзей. Охранники не реагировали на его непрерывные мольбы о переводе в тюремную больницу. Когда его привели ко мне, был уже двенадцатый час ночи. Я сам был таким же заключенным, и у меня не было никаких лекарств, чтобы дать этому человеку, который испытывал ужасные муки. Я объяснил, что ничего не могу ему дать, и тогда его лицо исказили еще большие страдания. Вместо лекарства я дал ему выпить два стакана воды. Через пару минут боль стала менее мучительной, а через восемь минут прошла совсем. Для меня это стало подтверждением способности воды снимать боль при болезненном состоянии. (Перед этим я сам снимал боль в желудке водой, когда на несколько дней объявил голодовку.) Одного за другим я убедил остальных заключенных, которые испытывали те же самые классические боли, принимать воду вместо лекарств, которые иногда удавалось достать.

За два с половиной года моего заключения я успешно снял более трех тысяч болевых приступов, связанных с обострением язвенной болезни одной лишь водой из-под крана. Мне стало совершенно ясно, что единственной реальной причиной страданий всех этих людей была жажда. Обезвоживание проявлялось у них в форме болевого криза, который у нас, профессиональных медиков, принято называть «болезненным» состоянием. В качестве последнего аргумента защиты на суде – после пятнадцати месяцев заключения – я представил подготовленную к публикации научную статью. Я попросил судью не потерять эту статью, даже если он приговорит меня к расстрелу. «Это величайшее медицинское открытие в истории», – сказал я. К тому времени я уже успешно лечил несколько сотен моих товарищей-заключенных.

В перерыве судья подошел ко мне и сказал: «Вы совершили потрясающее открытие; я желаю вам удачи в будущем». Его слова стали первым признаком того, что у меня будет будущее и я смогу продолжить работу.

В знак признания моего открытия меня не казнили, а приговорили к трем годам лишения свободы. Мою жизнь спасло открытие, которое я сделал в тюремных стенах. Однако все мое имущество было конфисковано. После двадцати трех месяцев заключения начальник тюрьмы сообщил мне, что власти «пришли к выводу, что я не такой плохой человек, каким меня считали» и что они рассматривают возможность моего досрочного освобождения. Я поблагодарил его, но сказал, что хочу остаться в тюрьме еще немного, так как нахожусь на самом важном этапе клинических наблюдений за эффектом применения воды как средства лечения различных вызванных стрессом заболеваний, включая язву желудка и двенадцатиперстной кишки. Я объяснил ему, что тюрьма «Эвин» – это уникальная лаборатория стресса. Сказать, что начальник тюрьмы был удивлен, значит, не сказать ничего. Он думал, что оказывает мне великую милость, предлагая выйти на свободу раньше окончания моего срока. И все же он согласился, что моя работа была чрезвычайно важной и что мне нужно дать возможность завершить то,

чем я занимался. Какое-то время я верил, что заключение в тюрьму было не случайным событием в моей жизни. Именно там судьба предназначила мне сделать открытие и доказать, что у организма есть способ сообщить человеку о крайней потребности в воде в условиях стресса и обезвоживания. Я пробыл в тюрьме еще четыре месяца и пришел к ряду конкретных клинических выводов, которые теперь требовали научного объяснения. Когда после двух лет и семи месяцев заключения меня выпустили на свободу, мое открытие уже получило официальное признание.

За время, проведенное в тюрьме, я многое понял о физиологической роли воды и ее воздействии на лечение многих заболеваний. Все началось с желудочных болей. Первое сообщение о своем открытии я опубликовал в журнале Медицинской ассоциации Ирана, еще находясь в заключении. Перевод статьи переслали в Америку, где его отредактировали и в июне 1983 года опубликовали как редакционную статью в журнале «Journal of Clinical Gastroenterology».

Этапы становления современной медицины

Объяснения, которые предлагаются дальше, основаны на клинических наблюдениях, проводившихся в суровых условиях одной из самых страшных стрессовых лабораторий на свете. Эти наблюдения стали основанием для нового физиологического подхода к возникновению болезней. Мои находки уже были представлены на нескольких международных научных форумах. Детальные научные объяснения, подтверждающие мое открытие, тоже были опубликованы.

Не нужно обладать глубокими познаниями в науке, чтобы понять, что воду можно и нужно использовать для профилактики и лечения определенных заболеваний, вызванных обезвоживанием. К тому же использование воды в качестве лекарства не нуждается в одобрении Управления по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов. Вода – главный источник жизни, и об этом знает каждый, но все же существует постыдное невежество в вопросах обезвоживания. Но, слава Богу, человеческий организм, в отличие от академической медицины, сам понимает роль воды в поддержании физиологического и физического благополучия. Похоже, что врачи плохо информированы о различных функциональных свойствах воды. Как ни парадоксально, но мы до сих пор не можем понять, когда нашему телу действительно нужна вода и не понимаем, что происходит, когда организм регулярно не получает воду в достаточном количестве.

Сегодня лечение основано на применении фармацевтических препаратов. В медицинских колледжах на изучение их отводится больше шестисот часов, в то время как вопросам диеты и употребления пищевых продуктов посвящается всего несколько лекций. Похоже, что преподаватели медицины пытаются силой навязывать подход к избавлению от большинства болезненных состояний.

Проблема заключается в том, что фармацевтические, или химические, продукты не вылечивают большинство болезненных состояний. Кроме того, длительное использование многих этих продуктов небезопасно. Они только временно маскируют внешние проявления проблемы. Независимо от того, насколько научно обоснованными, изощренными и привлекательными могут показаться оправдания необходимости использовать эти препараты, часто они просто не в силах устранить медицинскую проблему – за исключением случаев применения антибиотиков для борьбы с инфекциями. Люди с повышенным кровяным давлением, начинающие принимать мочегонные средства или другие химикаты, не излечиваются. Им говорят, что эти лекарства придется применять до конца жизни. Людей с ревматоидным артритом не может окончательно излечить ни один из множества предлагаемых современной фармацевтикой анальгетиков. Не излечиваются диабет, злокачественная миастения и мышечная дистрофия. Как случилось, что, несмотря на обширные исследования, не нашлось лекарства ни от одного из таких распространенных недугов, как изжога, диспепсия (расстройство пищеварения), боль в пояснице, ревматоидный артрит, мигрень и астма?

В конечном итоге обезвоживание приводит к потере некоторых функций и наносит организму серьезный ущерб. Различные сигналы или симптомы, проявляющиеся в результате сильного и длительного обезвоживания, врачи часто принимают за заболевания неизвестного происхождения. На самом деле они указывают на нехватку воды, что в свою очередь вызывает местные повреждения организма. Но так как врачи не признают хроническое обезвоживание основной причиной таких повреждений, то «болезни» получают самые разнообразные названия и ярлыки, а их причины объявляются неизвестными. В этом состоит главная ошибка, которая искажает истину в медицине и приводит в отчаяние людей, нуждающихся в профессиональном совете и лечении. Это пропасть, в которую провалились все прошлые исследования причин некоторых заболеваний.

Глава 2

Вода, вода была везде, но мы все равно пили мало. Вода, вода была везде, но тело все равно морщилось и усыхало.

Вода – такая непостижимая и простая

Человеческий организм примерно на 75 процентов состоит из воды. Считается, что мозг состоит из воды на 85 процентов и отличается исключительной чувствительностью к обезвоживанию. Мозг постоянно омывается соленой спинномозговой жидкостью.

Химическая точка зрения на человеческий организм привела к тому, что почти все внимание исследователей привлекают детальный молекулярный состав и незначительные изменения концентрации твердых веществ в организме. В результате сформировался химический, или фармацевтический, подход к человеческому организму, давший начало развитию медико-индустриальной системы. Приверженность теории, по которой твердые компоненты организма играют решающую роль в управлении его функциями, породила массу неверной информации и привела к сегодняшнему хаосу в медицине.

Недостаток вышеупомянутого подхода к пониманию функционирования организма заключается в том, что даже при всех собранных нами знаниях, он остается почти неизученной структурой. Нам известно не больше 10 процентов того, что необходимо знать о его функциях и химическом составе.

Сегодняшняя клиническая медицина приносит пользу только производственным и коммерческим структурам системы здравоохранения. Основанное на невежестве и приносящее огромные прибыли увлечение растворенными веществами строго охраняется и насильственно насаждается – к выгоде торговцев лекарствами. Несмотря на большие успехи в изучении физиологии человеческого организма, практика клинической медицины не получает никакой пользы от прогресса в этой области.

Мы по-прежнему зависим от воды

Роль воды для всех живых существ не изменилась с того самого момента, как в ней зародилась жизнь.

Когда живые существа начали перебираться на сушу – и испытали невообразимый стресс, оказавшись на значительном удалении от источников воды, – возникла необходимость в создании и постоянном совершенствовании системы сохранения воды в организме. Другими словами, он начал адаптироваться к постоянному обезвоживанию. Со временем этот процесс борьбы с физиологической засухой стал перманентным – и продолжается по сей день.

Даже сегодня, когда люди подвергаются стрессу, это немедленно сказывается на процессе водного обмена. Как будто ничего не изменилось с того самого дня, когда обитавшие в воде виды осмелились выползти на сушу. Рационирование водных запасов ввиду ограниченных возможностей их восполнения в будущем – это основная забота сложной системы организма. Данный процесс распределения воды продолжается до тех пор, пока организм не получит однозначного сигнала о том, что у него снова есть доступ к источнику достаточного количества воды.

Одной из неизбежных особенностей процесса рационирования воды является безжалостность, с которой организм распоряжается своими функциями. Ни одна структура не получает воды больше, чем ей полагается. Мозг в данном случае пользуется абсолютным приоритетом.

Мнение о том, что чай, кофе, алкоголь и искусственные напитки способны удовлетворить потребности организма в чистой натуральной воде, – элементарная ошибка, особенно в ситуации, когда организм испытывает стресс ежедневных проблем. Все эти напитки действительно содержат воду, но в большинстве из них содержится еще и обезвоживающие вещества, такие как кофеин. Они выводят из организма воду, а также какое-то количество воды из его запасов. Когда вы пьете кофе, чай или даже пиво, ваш организм освобождается от большего количества воды, чем содержится в напитке. Измерив объем мочи, выведенной организмом после приема напитка, вы увидите, что он превысит количество выпитого. Другой путь выведения воды после употребления горячих напитков – это повышенное потоотделение с целью охладить организм, разогретый изнутри.

Экономические законы организма и общества совершенно одинаковы. Закон спроса и предложения тут и там имеет безоговорочную власть. Сигналы тревоги организма, свидетельствующие о недостатке воды, очень похожи на световой сигнал, загорающийся, когда в вашем автомобиле кончается бензин или масло. Запасы воды нормируются и используются там, где нужнее. В конечном счете работа всех механизмов организма зависит от наличия воды.

Когда организм только начинает подвергаться обезвоживанию, до какого-то момента нарушения его функций не происходит, потому что в нем заложена резервная способность к выживанию. Но по мере того как степень обезвоживания возрастает, организм приближается к порогу, за которым система регулирования уже не может выполнять определенные функции. В зависимости от степени потребности каждый орган начинает подавать свои собственные сигналы тревоги.

В то время как эти сигналы являются симптомами локальной жажды и потери воды и их можно снять простым увеличением потребления воды, их часто начинают заглушать, принимая внутрь сильнодействующие фармацевтические препараты. Так как многие врачи не умеют распознавать симптомы обезвоживания и не понимают значения жидкости в организме, они часто диагностируют возникшую проблему неправильно. Многие терапевты путают обезвоживание с теми или иными заболеваниями и лечат симптомы лекарствами, а не водой. Результат: фармацевтические компании богатеют, пациенты продолжают болеть, а врачи разводят руками, не в силах справиться с повторяющимися проявлениями болезненных состояний.

Попытки заглушить различные сигнальные системы нехватки воды с помощью лекарственных препаратов тут же сказываются на состоянии клеток организма, включая его генетический аппарат. Следовательно, хроническое обезвоживание чревато необратимыми последствиями для потомства человека. Хотя выживание человеческого организма целиком и полностью зависит от множества сложных функций, поддерживаемых с помощью воды, в нем не существует системы накопления воды, подобной системе накопления жира. Вызванная обезвоживанием потеря работоспособности организма и постепенная утрата химических функций может сказаться на последующих поколениях. Если изначальной причиной болезни является обезвоживание, то те же неэффективные сенсорные системы, которые позволили довести до такого состояния организм родителя, могут затем перейти по наследству к его потомкам. Вот почему астма, аллергия и гастрит – это очень серьезные заболевания, которые во всех случаях следует предотвращать с помощью насыщения тела водой. Исключительно важная задача поэтому – изучить значение воды для организма людей всех возрастов. Только так можно будет предотвратить заболевания у отдельных людей и их потомков.

Мы должны научиться распознавать симптомы обезвоживания и понимать, что в таких случаях единственное лекарство – это простая вода. Она – ключ к нашему здоровью.

20 сентября 1984 года доктор Пэдди Филлипс и восемь ее коллег опубликовали в журнале «New England Journal of Medicine» результаты эксперимента, который показал, что пожилые люди сильно уступают молодым в способности распознавать жажду. При обезвоживании пожилые люди реже выказывали признаки жажды. Даже когда анализы крови однозначно указывали на недостаток воды, а источник воды находился под рукой, некоторые из испытуемых совсем не хотели пить. Их тела оставались обезвоженными. В редакционной статье журнала «Lancet» от 3 ноября 1984 года, посвященной обсуждению экспериментальных результатов доктора Филлипс и ее коллег, упоминались и другие открытия, подтверждающие вывод о том, что в пожилом возрасте механизм жажды постепенно начинает работать все хуже. В номере того же журнала от 3 ноября 1985 года доктора Стин, Лундгрэн и Айзексон сообщили, что в ходе длительных наблюдений они установили значительную потерю воды в теле пожилых людей – примерно от 3,5 до 6 литров за 10 лет. Это говорит о больших потерях жидкости главным образом на клеточном уровне.

В числе дальнейших научных доводов в пользу новой парадигмы упомяну лишь об одном, самом важном моменте научной работы Качальского-Катцира из Вейсмановского института. Далеко идущим последствием данного открытия стал вывод о том, что белки и ферменты функционируют более эффективно в растворах пониженной вязкости. Для усиления «диффузных» функций они должны быть окружены достаточным количеством воды. Другими словами, в растворах повышенной вязкости, образующихся в результате потери воды внутри клеток, работоспособность внутриклеточной ферментативной системы уменьшается. В качестве аналогии подумайте, сможет ли пловец высокого класса тренироваться в бассейне, где полно детишек? Разумеется, нет. Та же самая логика, похоже, применима и к ферментам в клетках тела, которым для получения желаемого результата необходимо «плавать во внутриклеточной воде» и вступать в реакцию со своими химическими партнерами.

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.