

Юрий Вилунас

# Рыдающее дыхание излечивает диабет без лекарств



 ПИТЕР®

Юрий Вилунас

**Рыдающее дыхание излечивает  
диабет без лекарств**

«Питер»

2012

## **Вилунас Ю. Г.**

Рыдающее дыхание излечивает диабет без лекарств /  
Ю. Г. Вилунас — «Питер», 2012

Юрий Вилунас представляет уникальную методику оздоровления – рыдающее дыхание. Именно рыдающее дыхание лежит в основе сенсационного успеха автора в излечении сахарного диабета: без применения инсулина, сахароснижающих лекарств и диеты. Это настоящий революционный прорыв в лечении диабета! Овладение природными механизмами здоровья позволило автору всего лишь за один месяц излечиться от сахарного диабета самому и исцелить немало других людей от этой «неизлечимой» болезни. По мнению больных, Юрий Георгиевич Вилунас достоин присуждения ему Нобелевской премии за выдающийся вклад в обеспечение здоровья людей без применения лекарственных средств.

© Вилунас Ю. Г., 2012

© Питер, 2012

## Содержание

Предисловие. Как мне удалось победить сахарный диабет	6
Часть I Теоретические основы излечения сахарного диабета	11
Глава 1. Ключ к разгадке тайны инсулинонезависимого диабета – в дыхании	11
Глава 2. Анализ особенностей инсулинозависимого диабета с позиций естественной медицины	15
Глава 3. Восстановление правильного носового дыхания – условие полного излечения сахарного диабета	23
Часть II Методика излечения сахарного диабета природными механизмами естественной саморегуляции	27
Глава 1. Общие положения, которые должны знать все больные диабетом	27
Глава 2. Рыдающее дыхание – важнейший механизм восстановления функции поджелудочной железы по выработке инсулина	30
Учитесь правильно дышать	30
Конец ознакомительного фрагмента.	31

# **Юрий Георгиевич Вилунас**

## **Рыдающее дыхание излечивает диабет без лекарств**

Сенсационный успех автора в излечении сахарного диабета на фоне полного бессилия врачей, объявляющих эту болезнь неизлечимой, объясняется весьма просто. За последние 30 лет Юрий Вилунас открыл важнейшие механизмы здоровья, заложенные Природой в каждом человеке. Это прежде всего рыдающее дыхание, импульсный самомассаж, естественный ночной отдых и естественное питание. Овладение природными механизмами здоровья позволило автору всего лишь за один месяц излечиться от сахарного диабета самому и излечить немало других больных этой тяжелой болезнью.

Совершен поистине революционный прорыв в лечении сахарного диабета, позволяющий впервые встать на путь оздоровления десяткам миллионов людей во всем мире. За выдающиеся достижения в оздоровлении людей всей планеты Юрий Георгиевич Вилунас достоин присуждения ему Нобелевской премии.

Каждый читатель этой книги найдет в ней конкретные практические советы, позволяющие избавиться от своего якобы неизлечимого недуга.

## **Предисловие. Как мне удалось победить сахарный диабет**

Двенадцать лет тому назад вышла моя книга «Рыдающее дыхание против диабета» с подзаголовком «Полная нормализация без лекарств и диеты» (СПб., 1999). В ней я впервые рассказал о том, как мне удалось самостоятельно, без помощи врачей, излечиться от сахарного диабета.

В обстановке, когда традиционная медицина объявляет сахарный диабет неизлечимой болезнью, появление противоположной точки зрения, утверждающей возможность излечения этой тяжелой болезни на основе использования открытых мной природных механизмов естественной саморегуляции (рыдающего дыхания, импульсного самомассажа, естественного ночного отдыха и др.), произвело настоящий шок. Однако официальная медицина использовала «фигуру умолчания» и сделала вид, что ничего, в сущности, особенного не произошло. Кто-то (к тому же даже не врач) говорит о совершенно немыслимых вещах, и потому стоит ли обращать на это серьезное внимание. Ведь во всем мире нет ни одного человека, который бы излечился от диабета, даже в самых развитых странах.

Но совершенно другой была реакция тысяч больных, в том числе – больных врачей, которые с большой заинтересованностью и надеждой восприняли идею о возможности своего полного выздоровления. К исцеляющим методам естественной медицины все больше и больше обращаются не только россияне, но и граждане как СНГ, так и стран дальнего зарубежья (Германии, США, Израиля и др.). И все они на своем собственном опыте убеждаются в правоте новых идей, нового направления в познании человека – природной естественной медицины. Уже 33 года, официально считаясь больным сахарным диабетом, я живу без инсулина и других лекарств, а также диеты. Мой образ жизни внешне практически мало чем отличается от образа жизни здоровых людей: не зная, что врачи давно приговорили меня к диабету, немногие в это поверят. Действительно, ведь я не колюсь инсулином и не принимаю сахароснижающие таблетки манинила или диабетона, ем не по часам 5-6 раз в день и не соблюдаю диету, ем сахара сколько хочу, веду здоровый образ жизни, не болею никакими неизбежными при диабете осложнениями.

Как же это мне удается?

Прежде всего, с помощью открытого мною в марте 1978 года рыдающего дыхания. Оказалось, что все больные сахарным диабетом дышат неправильно. А это и обуславливает хроническое нарушение у них углеводного обмена: без кислорода органы и мышцы просто не в состоянии взять из крови столь необходимый им сахар. И не только сахар, но и все так необходимые для организма питательные вещества – жиры, белки, витамины, минеральные элементы, воду и т. п. Будучи не в состоянии попасть по своему прямому назначению, сахар застаивается в крови, концентрация его значительно повышается – и нам объявляют, что мы больны диабетом.

Вывод отсюда однозначный. Если неправильное дыхание является причиной высокого сахара в крови, то решить проблему нарушения углеводного обмена можно лишь одним, самым простым способом – начать правильно дышать. Я так и сделал – и уже более четверти века не имею никаких проблем с сахарным диабетом.

Одновременно исчезли и все другие мои проблемы со здоровьем – ишемия, гипертония, пародонтоз, кардиосклероз. Правильное дыхание нормализовало не только сахарный, но и жировой, белковый, водный обмен, питательные вещества попали в соответствующие органы и оздоровили их. Иными словами, правильное дыхание позволило полностью нормализовать,

наконец, все нарушенные обменные процессы, и все недуги сами собой исчезли без применения каких-либо лекарств.

Но это не все. Оказалось, что Природа дала человеку еще один важнейший механизм регуляции всех обменных процессов – импульсный самомассаж, открытый мной в 1981 году, использование которого для здоровья также обязательно, как и рыдающего дыхания. Пока же врачи не знают ни того ни другого. Поэтому и результаты борьбы с диабетом весьма неэффективны.

Конечно, чтобы действительно регулировать в организме углеводный, жировой, белковый и другие обменные процессы, необходимо знать и использовать помимо рыдающего дыхания и импульсного самомассажа и все прочие природные механизмы естественной саморегуляции. К ним, в частности, относятся: естественный ночной отдых, естественное питание, естественное голодание, естественные движения. Только их комплексное использование позволяет постоянно и в оптимальном режиме контролировать сахар в крови. Более подробно о том, как все это надо делать, я и рассказываю в своей книге.

Открытие природных механизмов здоровья впервые позволило на порядок глубже и точнее понять те физиологические процессы, которые происходят в организме больного. Много из того, что до сих пор для врачей остается неясным и необъяснимым, вполне поддается пониманию, если учитывать такой фактор, как характерный для больных дефицит кислорода. Например, неведь откуда возникающее явление «резистентности» клеток к инсулину, когда клетки вдруг «отказываются» брать сахар из крови, объясняется недостатком кислорода. Вот почему обоснование тезиса о возможности реального излечения сахарного диабета и причинах неудачи врачей я осуществляю весьма простым и доступным для понимания каждого способом. Во-первых, показывая, что только познав и использовав рыдающее дыхание, импульсный самомассаж и другие природные механизмы оздоровления, о которых современная медицина не имеет ни малейшего представления, можно добиться успеха.

Во-вторых, прослеживаю вслед за врачами всю цепочку даваемого ими анализа причин сбоя углеводного обмена веществ и с качественно новых позиций показываю, где же здесь допущена неточность или даже ошибка, не позволяющая сделать правильные выводы.

А всем читателям хочу дать такой совет. Запомните, лекарства не лечат. Все болезни лечит сам организм и только одним способом – поставкой необходимого питания во все органы, мышцы, физиологические системы. Вот почему ни инсулин, ни другие лекарства, ни диета ни в коем случае не могут излечить сахарный диабет. Сделать это можете лишь вы сами, используя данные нам Природой естественные механизмы здоровья.

Сам я не врач, всю свою жизнь занимаюсь общественными науками. А поэтому большой интерес вызывает у читателей вопрос, как мне удалось найти способы излечения сахарного диабета. Постараюсь сейчас поподробнее рассказать об этом удивительном феномене.

Сейчас мне 74 года. Последние 33 года я не пользуюсь никакими лекарствами. Хочу подчеркнуть: ни из трав, ни из химии. К тому же не принимаю никакие биодобавки и другие рекомендуемые чудесные снадобья.

Результаты такой безлекарственной жизни говорят сами за себя.

Когда мне было 40 лет, врачи определили настоящий «букет» разных болезней: сахарный диабет, ишемия, гипертония, пародонтоз, кардиосклероз. При этом интересно отметить, что этот «букет» появился после того, как на протяжении трех десятилетий я старательно выполнял все врачебные рекомендации по здоровому образу жизни (каждый день физическая зарядка, соответствующее питание, отдых). Когда заболел, принимал все необходимые лекарства.

Вначале мне казалось, что, пунктуально выполняя все советы специалистов, я надолго сохраню свое здоровье. К моему удивлению, все получалось наоборот: чем тщательнее выполнялись указания врачей, чем больше я принимал лекарств, тем хуже мне становилось, пока

мне не объявили, что я заболел сахарным диабетом и надежды на спасение больше нет, так как болезнь неизлечима.

В этот самый тяжелый момент жизни впервые пришлось по-настоящему задуматься над тем, что делать дальше. Перспективы были катастрофическими. Дальше, как сразу и открыто сказали врачи, возможно только ухудшение, а как варианты – потеря зрения, ампутация ног, заболевания внутренних органов и т. д.

Для меня это было своего рода открытием – я впервые столкнулся с полным бессилием врачей, их беспомощностью и неспособностью оказать больному помощь. Стало ясно, что в таких условиях оставаться как прежде на попечении медицинских работников – значит заведомо обречь себя на неизбежную инвалидность уже в недалеком будущем. *Оставался единственный выход – попытаться самому найти путь к своему исцелению.*

Именно к такому кардинальному выводу, означавшему полный поворот в моей жизни, я пришел, будучи на излечении в кардиологическом санатории в Репино (январь 1978 года). Лечение в санатории, куда я попал в предынфарктном состоянии, еще раз показало, насколько неэффективно и несовершенно стремление врачей всякие проблемы со здоровьем решать в основном с помощью лекарств. Меня снабдили множеством разных таблеток, которые я должен был принимать при том или ином ухудшении состояния организма. Да, положительное действие было, но временно. Как только кончалось действие этих лекарств, все проблемы возникали снова – и даже в еще более угрожающем виде.

Наблюдая это явление изо дня в день, я пришел к следующему выводу: *лекарства в действительности ничего не лечат, они только загоняют нашу болезнь внутрь.* Следовательно, *все болезни излечивает сам организм.* Но как он это делает?

Так постепенно моя мысль стала работать в таком направлении: возможно, сама Природа при рождении человека закладывает в его организм какие-то механизмы здоровья. Если мы познаем эти механизмы и научимся их использовать, то решим сразу две взаимосвязанные проблемы:

- 1) откажемся от лекарств – за их ненужностью и вредностью (прежде всего от химии);
- 2) сами обеспечим свое здоровье постоянно имеющимися в нашем организме необходимыми средствами.

Возникший в моей голове проект представлялся мне весьма заманчивым, я даже условно назвал его «Спасение человека от губительных для его здоровья и жизни лекарств». Поэтому я немедленно приступил к его осуществлению.

В поисках природных механизмов здоровья я решил начать с наших «меньших братьев» из животного мира. Ведь все они и в домашних, и особенно в диких условиях многими годами сами поддерживают свое здоровье без всяких лекарств. Естественно, у меня была надежда подсмотреть кое-что у них, а затем попытаться использовать это для себя.

Однако, сколько я ни наблюдал, так ничего и не обнаружил. Забегая вперед, хочу сказать, что в действительности все природные механизмы здоровья у людей и животных одинаковы. Но это стало понятно, когда все эти механизмы я обнаружил у самого себя.

Шло время, и поставленная мной задача все больше представлялась практически невыполнимой и даже фантастической. Возникали вопросы: а что, если никаких природных механизмов здоровья вообще не существует и мои поиски совершенно бессмысленны? Как выглядят и на что похожи эти, скорее всего мифические, механизмы здоровья? Не похоже ли это на сказку: «пойди туда, не знаю куда, принеси то, не знаю что»?

И все-таки в конечном счете мне повезло. Через полтора месяца после возвращения из санатория мне удалось, наконец, открыть первый и, как оказалось в дальнейшем, важнейший, данный нам Природой механизм здоровья – рыдающее дыхание. Так как читатели обычно интересуются, как произошло это открытие, расскажу об этом поподробнее.



Если в санатории при постоянном приеме множества лекарств и проведении процедур состояние мое как будто улучшилось, то после возвращения домой оно быстро вновь стало ухудшаться. Особенно донимала появившаяся сильнейшая физическая слабость (она характерна для больных диабетом). По утрам ощущение было такое, будто совсем не спал, а всю ночь работал: молотил, вез воз. Во всем теле возникала непроходящая «вековая» усталость, трудно было не только выйти на улицу, но даже ходить по комнате, я мог буквально часами сидеть, не вставая.

Пожаловался на подобное состояние своему врачу, в ответ услышал: принимайте все прописанные вам лекарства, а еще добавьте аспирин («по одной таблетке вечером, и так всю жизнь»). И хотя мои родные сразу запротестовали («тебе же еще только 40 лет, ты же отравишь себя химией»), я решил в последний раз довериться врачу и честно весь месяц принимал аспирин.

Но так как состояние еще больше ухудшилось, то я снова пошел к врачу уточнить срок приема лекарства, выяснить, не ослышался ли я. И когда врач подтвердила то, что она сказала раньше («принимать аспирин всю оставшуюся жизнь»), подчеркнув при этом, что это весьма щадящий режим («американцы уже принимают по две таблетки в день, утром и вечером»), я пришел домой и все таблетки выбросил в урну.

Но что делать дальше? Ведь никаких природных механизмов здоровья я так и не обнаружил, состояние мое ухудшается... И тогда я решил снова обратиться к физической зарядке.

Надо сказать, что в санатории врачи запретили мне не только заниматься по утрам физической зарядкой («слишком слабое сердце, может не выдержать»), но даже быстро ходить. В соответствии с рекомендацией лечащего врача я мог только не спеша гулять по указанной мне дорожке в парке санатория. Вернувшись домой, я так и не рискнул нарушить этот запрет.

Итак, 18 марта 1978 года – день открытия рыдающего дыхания. Тогда впервые за много месяцев я вновь решил попробовать сделать физическую зарядку и... не смог! После сна в организме была такая слабость, что я просто оказался не в состоянии даже поднимать руки при выполнении физических упражнений (руки налились неимоверной тяжестью, стали как пудовые). Такого со мной раньше не бывало.

В расстроенных чувствах и полном отчаянии я вынужден был сесть на стоявший рядом стул и почти зарыдал. Но удивительное дело: слез при этом не было, а пошли длинные выдохи ртом, как при плаче. Такое дыхание продолжалось 2-3 минуты, а потом прекратилось, но я сразу почувствовал, что мне стало заметно лучше.

Это улучшение я немедленно связал с указанным дыханием, напоминающим плач. В сознании пронеслась масса вопросов: что это за такое целебное дыхание? Как оно появилось? Почему вдруг исчезло? И что надо сделать, чтобы оно появилось вновь?

Тогда я встал и попытался вновь сделать очередное физическое упражнение, при этом внимательно следя за состоянием своего дыхания. После нескольких движений почувствовал, что похожее дыхание снова появилось. Это стало для меня сигналом сразу сесть и снова «подышать», делая продолжительные выдохи ртом. Мое самочувствие снова улучшилось. А когда я закончил физическую зарядку полностью, мой организм чудесным образом преобразился, появилась бодрость, энергия, хорошее настроение и даже захотелось бежать. И я рискнул: несмотря на все запреты врачей и предостережение беречь свое слабое сердце от каких-либо значительных нагрузок, я вышел на улицу и с большим удовольствием пробежал примерно сто метров в одну сторону, а затем бегом проделал такое же расстояние обратно домой. Сердце работало ровно, самочувствие было отличное, я был на небесах от счастья.

Теперь каждый день по утрам я стал делать не просто обычную физическую зарядку – каждое упражнение я выполнял обязательно в сочетании с появлявшимся при этом дыханием плача (позднее врачи называли это дыхание «рыдающим»). И с каждым днем состояние организма неизменно улучшалось. А через месяц все мои болезни и проблемы со здоровьем бес-

следно исчезли, все пришло в норму, и я снова стал здоровым человеком. И с тех пор уже 30 лет не принимаю никаких лекарств.

Показал рыдающее дыхание нескольким врачам. Они сказали, что видят такое дыхание впервые. Знакомство со специальной литературой подтвердило – это дыхание в мире неизвестно. Значит, действительно сделано открытие. За три десятилетия уже тысячи людей оздоровились с помощью рыдающего дыхания, в том числе помогло оно и многим врачам, когда лекарства стали бессильны.

Вслед за рыдающим дыханием постепенно были открыты другие природные механизмы здоровья – импульсный самомассаж, естественный ночной отдых. Природа не сразу, а постепенно, шаг за шагом, как бы все шире открывала передо мной двери в сокровищницу своих тайн, которые очень долго были надежно спрятаны от людей.

А ведь когда-то, очень давно, на заре своего существования, первые люди, будучи неразрывной органической частью окружающего их мира, великолепно владели совместно с этим миром всеми природными механизмами здоровья. Однако с развитием цивилизации они все дальше и дальше отдалялись от Природы, пока не потеряли эту органическую связь, не растеряли свои навыки и знания, которые превратились в сокрытую Природой тайну.

И вот теперь эти могучие силы, скрытые веками и тысячелетиями от человека, снова возвращаются всем людям, неся им радость здоровья и долгой счастливой жизни.

Это хороший урок всем нам, ныне живущим на Земле: нельзя относиться свысока и пренебрежительно к окружающей нас Природе. Ведь в ней еще скрыты огромные неизведанные тайны. Поэтому Природу надо не просто любить и охранять, ее надо прежде всего постоянно изучать. Только тогда она щедро откроет перед людьми свои несметные кладовые и свои до сих пор еще не познанные тайны, в том числе – это совсем не исключено – тайну вечной молодости и жизни.

Известно, что в священном писании упоминаются личности, жившие, согласно преданию, 500-600 лет. С уверенностью можно сказать, что если были такие долгожители, то именно они хорошо знали законы Природы и жили в соответствии с ними. В этой связи понятно, что поиски в этом направлении, которые ведут в настоящее время специалисты от медицины (я имею в виду разработку чудодейственных лекарств, а то и замены отдельных органов, превращающие человека в робота), совершенно бессмысленны и бесперспективны. Лекарства сами по себе полностью противоречат законам Природы. Ведь Природа, создавая человека, дала ему все необходимое для долгой и здоровой жизни и не рассчитывала на лекарства, тем более на современную химию.

Единственный верный путь – познать те законы Природы, которые мы еще просто не знаем. Только тогда перед нами откроются все секреты здоровья, молодости и долголетия без лекарств.

Величайший мыслитель Древнего мира Гиппократ говорил: «Мудрость заключается в том, чтобы познавать все то, что создано Природой». Эти слова знаменитого ученого остаются актуальными по сей день.

## **Часть I Теоретические основы излечения сахарного диабета**

### **Глава 1. Ключ к разгадке тайны инсулинонезависимого диабета – в дыхании**

Попытки врачей излечить сахарный диабет неизменно оканчиваются неудачей. Поэтому болезнь объявлена неизлечимой. Причина неудач традиционной медицины заключается в незнании того, что главным источником заболевания является неправильное дыхание.

Впервые возможность понять этот факт представилась с возникновением естественной медицины и, прежде всего, с открытием рыдающего дыхания. Стало очевидно, что одни люди дышат правильно, а другие – неправильно. Наличие же разных типов дыхания определяется силой мышечной системы легких: слабые мышцы определяют наличие неправильного дыхания (когда выдох короче вдоха), а сильные – правильного дыхания (когда выдох продолжительнее вдоха). Хотя разница в продолжительности правильного и неправильного выдоха может быть весьма небольшой (до 0,1-0,2 секунды) и практически совершенно незаметной при внешнем наблюдении, но этого оказывается вполне достаточно для существенной коррекции соотношения углекислого газа и кислорода в кровеносной системе. Правильный продолжительный выдох определяет оптимальный газообмен, когда углекислого газа оказывается примерно в 3 раза больше, чем кислорода.

Именно такой газообмен обеспечивает оптимальную сцепку молекул кислорода с гемоглобином, который разносит кислород по всем органам и мышцам. Куда бы гемоглобин ни принес кислород – все органы и мышцы без каких-либо проблем получают его в точном соответствии со своими потребностями, что создает условия для максимального потребления ими сахара, жиров, белков и других питательных веществ. В этом случае обеспечивается оптимальное протекание в организме всех обменных процессов, здоровье как каждого отдельного органа, так и всего организма в целом.

Однако может возникнуть и другой вариант в условиях неправильного дыхания и образующегося неправильного газообмена в кровеносной системе. В этом случае молекулы кислорода слишком прочно соединяются с гемоглобином и, хотя кислорода в крови много, все органы и мышцы испытывают кислородное голодание. Не получая кислорода, они не могут взять из крови так необходимые им сахар и жиры. Это имеет двойной результат: с одной стороны, не получая питания, органы заболевают, а мышцы худеют; с другой стороны, сахар и жиры застаиваются в крови, их концентрация резко поднимается значительно выше допустимой нормы.

Вот почему для людей с неправильным дыханием характерны две крайности: они или слишком полные, или излишне худые. Дело в том, что у склонных к худобе людей нет жирового слоя. Поэтому сахар, жиры и другие питательные вещества, не попавшие по назначению в органы и мышцы, просто выбрасываются из организма, так как для здоровья опасно их длительное нахождение в крови. В этом случае человек худеет, теряет вес.

Однако у людей, имеющих жировой слой, все, что не попадает по назначению в органы и мышцы из-за дефицита кислорода, отправляется в жировой запасник – тогда человек полнеет, набирает лишний вес.

Таким образом, особенностью людей с неправильным дыханием является характерная для них тенденция к повышенной концентрации сахара, жиров, белков и всех других питательных веществ в кровеносной системе. Если сахар долго держится высоким, превышающим установленную врачами норму (5-6,5 ммоль/л), может быть сделан вывод, что человек заболел

сахарным диабетом. Кстати, именно такой вариант возникает при определении врачами диабета II типа – инсулинонезависимого, которым страдает подавляющее количество всех больных – 85 %.

При этом интересно отметить, что у этих больных нормально работает поджелудочная железа, достаточно вырабатывается инсулина и нет ничего, что свидетельствовало бы о каком-либо серьезном заболевании, кроме повышенного сахара и, как правило, большой полноты.

Однако с позиций традиционной медицины невозможно понять, что высокий сахар в крови – это результат нарушения обменных процессов в организме из-за неправильного дыхания (точно так же, как и излишняя полнота). Поэтому врачи ошибочно связывают эти отклонения от нормы прежде всего с нарушениями функции инсулина. Хотя в объяснении этого процесса у них явно не сходятся концы с концами.

Приведем для примера распространенное объяснение врачами причин возникновения сахарного диабета II типа (инсулинонезависимого).

«Здесь... собственного инсулина у человека вполне достаточно, но инсулинозависимые клетки не распознают его, и он поэтому не может доставлять им питательные вещества. Протекает он легче первого (инсулинозависимого) диабета, так как в организме имеется собственный инсулин, и если врачу и больному удастся с помощью диеты или специальных сахаропонижающих таблеток вновь «научить» клетки распознавать инсулин, то все проявления болезни исчезают» (Долженкова Н. Диабет. Книга для пациентов и их близких. СПб., 2003, с. 22).

Как видим, врачам, которые не имеют представления о неправильном дыхании, действительно, весьма трудно объяснить, почему же при здоровой поджелудочной железе и достаточном инсулине в крови вдруг происходит неожиданное повышение сахара. Ведь прямой связи с заболеванием поджелудочной железы и дефицитом инсулина здесь при всем желании не просматривается. Но как-то объяснять такую нестыковку приходится. И тогда вынужденно применяется довольно натянутый аргумент: выдвигается идея о том, что клетки почему-то перестают «распознавать» инсулин, а поэтому сахар никак не может попасть по своему назначению в органы и мышцы. Но что самое удивительное: оказывается, можно с помощью диеты и сахароснижающих лекарств эти же клетки «научить» распознавать инсулин.

Имеются и несколько иные вариации: «Инсулина при этом типе диабета у пациента чаще всего хватает, его даже бывает слишком много. Этот парадокс вызван нарушением рецепторной связи инсулина с клетками. Одной из причин может быть лишний вес. В ответ на энергетическое голодание клеток организм дает команду поджелудочной железе вырабатывать инсулин сверх нормы. Так развивается гиперинсулинемия – избыток инсулина, который способствует увеличению массы тела и прогрессированию атеросклероза. Но повышенный уровень инсулина не может компенсировать избыточный сахар крови из-за невосприимчивости организма к инсулину» (Швец В. Диабет под контролем. СПб., 2003, с. 7).

На самом деле проблема высокого сахара при инсулинонезависимом диабете связана *не с инсулином, а с дефицитом кислорода* в органах и мышцах. Без кислорода они не могут брать сахар из крови – это и есть подлинная причина возникающего энергетического голодания.

Если больной начинает правильно дышать, используя рыдающее дыхание, происходит естественная полная нормализация всех обменных процессов: углеводного, жирового, белкового и т. д. Органы и мышцы, получив кислород, начинают потреблять сахар по своим потребностям, и его уровень в крови сразу снижается. Как видим, инсулин здесь совершенно не причем.

И совсем другое дело, когда больной продолжает неправильно дышать. Вот в этом случае и возникает неразрешимая для организма проблема энергетического голодания в клетках. В ответ на соответствующие запросы головной мозг отвечает обычным образом: дает сигнал на увеличение производства инсулина, хотя в этом нет никакой необходимости. В результате хронического дефицита кислорода и происходит гиперинсулинемия, образуется значительный

избыток инсулина в организме с последующими неизбежными отрицательными последствиями для здоровья.

Естественно, от даваемой трактовки причин, почему сахар никак не может попасть в клетки, прямо зависят и предлагаемые способы лечения: или предложить больным начать правильно дышать; или предложить принимать лекарства для понижения уровня сахара, или даже, в некоторых случаях, при осложнении диабета II типа рекомендуется принимать инсулин, а также соблюдать диету.

Если пациент начинает использовать правильное рыдающее дыхание, то есть как раз то, что требуется сейчас организму, то он продолжает оставаться здоровым, самостоятельно нормализуя сахар в крови.

Если же пациент посажен врачами на диету и лекарства, в чем он сейчас совершенно не нуждается, то неизбежно превращается в больного с непредсказуемыми для здоровья результатами такого лечения, причем на всю последующую жизнь.

Все это наглядно показывает, как отсутствие знания о возможности наличия у больного неправильного дыхания не позволяет специалистам правильно оценивать реальное состояние пациента и принимать правильное решение. Цена этого – тысячи практически здоровых людей без весомых на то оснований превращаются в неизлечимых больных.

В этой связи необходимо еще раз подчеркнуть, что нарушение не только углеводного обмена, но и белкового, жирового, водного, витаминов, минеральных элементов и других при сахарном диабете II типа связано *не с инсулином*, а опять-таки, *с дефицитом кислорода*. В этом и заключается основная причина нарушения всех обменных процессов в организме больного инсулинонезависимым диабетом с неизбежным заболеванием вследствие этого многих органов (сердца, почек, печени), появлением высокого или низкого давления, полноты или худобы и т. д.

Вот что пишет, например, Н. Долженкова в уже цитированной нами книге:

«Половина людей, потерявших зрение, – это больные, потерявшие его из-за сахарного диабета.

Одна треть всех ампутаций ног из-за развившейся гангрены проводится опять же у больных диабетом.

Большая часть пациентов, находящихся на аппарате „искусственная почка“, – больные с выраженным нарушением функции почек, развившимся по причине сахарного диабета.

У больных диабетом риск развития инфаркта миокарда и инсульта вдвое больше, чем у людей, не страдающих этим заболеванием.

А среди причин ухода из жизни сахарный диабет занимает третье место после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний» (с. 8).

Причем все эти нарушения неправомерно связываются исключительно с инсулином. «Понятно, почему при сахарном диабете нарушаются все виды обмена. Ведь инсулин является проводником не только глюкозы, но и белков и жиров. Поэтому его называют анаболическим, то есть созидующим, гормоном. Если этого гормона нет или недостаточно, то все нормальные процессы в организме останавливаются и начинается разрушение. Например, больной начинает худеть, хотя ест за двоих» (с. 13).

Как видим, делается упор только на инсулин, а о значении кислорода в этих процессах даже не упоминается.

Однако, как показала многолетняя практика, как только больные диабетом начинают использовать правильное рыдающее дыхание, у них быстро начинает приходить в норму сахар в крови, нормализуется работа разных органов, приходит в норму давление, нормализуется постепенно вес и исчезают многие другие негативные симптомы.

Предлагаемые врачами методы лечения диабета второго типа являются неэффективными. Не будучи в состоянии найти подлинную причину опасного повышения сахара в орга-

низме, они встали на путь использования чисто механистических методов борьбы с высоким сахаром, для чего предлагаются сахароснижающие лекарства и диета с ограничением потребления продуктов, прежде всего сахара. В условиях продолжающегося неправильного дыхания больных эти методы не способны радикально нормализовать хронически высокий сахар, и болезнь оказывается неизлечимой.

#### Выводы

Открытие рыдающего дыхания позволило понять главное: неизлечимость сахарного диабета II типа (инсулинонезависимого) объясняется тем, что специалисты неправильно определили причины появления высокого сахара в крови у больных. За исходную предпосылку был взят инсулин, тогда как таковой в действительности является кислород. Ошибка в определении причин этой болезни предопределила в свою очередь, неверные методы лечения и, как результат – невозможность излечения этого заболевания.

Однако инсулинонезависимый сахарный диабет эффективно излечивается нормализацией углеводного и всех других обменных процессов с помощью правильного рыдающего дыхания.

Можно дать такое определение болезни сахарного диабета II типа.

*Инсулинонезависимый диабет – это спровоцированное неправильным дыханием нарушение углеводного и всех других обменных процессов, приводящее к заболеванию разных органов, за исключением поджелудочной железы.*

## Глава 2. Анализ особенностей инсулинозависимого диабета с позиций естественной медицины

Итак, мы установили, что основной причиной инсулинонезависимого диабета II типа является неправильное дыхание больных. Высокий сахар в крови у них ни в коем случае не связан с появлением некой невосприимчивости («резистентности») клеток к инсулину, а является следствием возникновения в организме дефицита кислорода. Хроническое кислородное голодание в органах и мышцах не позволяет им брать из крови требуемый сахар, что и приводит к постоянно повышенному уровню сахара. Обратной стороной этого нарушения углеводного, а также жирового, белкового и других обменных процессов являются заболевания многих органов.

С позиций естественной медицины впервые представляется возможность подойти по-новому также и к проблеме инсулинозависимого диабета, то есть диабета I типа. И прежде всего понять, каковы основные причины его неизлечимости методами традиционной медицины.

Прежде всего необходимо отметить, что *общим* для диабета I типа и диабета II типа является нарушение углеводного и всех других обменных процессов из-за неправильного дыхания. Однако если в условиях инсулинонезависимого диабета нарушение обмена веществ может быть причиной заболевания любого органа (сердца, почек, печени и т. д.), за исключением поджелудочной железы, то в условиях инсулинозависимого диабета заболевает в первую очередь именно поджелудочная железа. Как следствие этого сокращается или даже полностью прекращается выработка инсулина.

Без инсулина организм нормально функционировать не может. Н. Долженкова так описывает роль инсулина и опасность его полного исчезновения при сахарном диабете:

«Инсулин – это „ключик“, который открывает «двери» в оболочках клеток некоторых тканей для того, чтобы через них внутрь клеток попали питательные вещества, в том числе и сахар. Все наши скелетные мышцы и жир являются инсулинозависимыми тканями. Иначе говоря, сахар может проникнуть в них исключительно с помощью инсулина. Без инсулина клетки начинают голодать. Быстро уничтожаются запасы гликогена в печени. Потом начинают распадаться мышечные белки, из которых образуется сахар; ради обеспечения организма энергией разрушаются и жиры.

Таким образом, при отсутствии или дефиците инсулина сахара в крови больше, чем обычно. А после каждого приема пищи количество его еще и увеличивается, потому что в клетки он так и не попадает. Больной худеет и худеет. Мышечные белки и жиры тратятся и тратятся, но все тщетно» (с. 15, 16).

Следовательно, тот факт, что при диабете I типа нарушение обмена веществ вследствие дефицита кислорода дополняется еще и дефицитом инсулина, значительно усиливает разрушительное воздействие этого заболевания на здоровье больного.

Однако с позиций традиционной медицины эта очень важная для понимания природы сахарного диабета связка: «инсулин – кислород» совершенно не просматривается по существу, в лучшем случае только формально.

Конечно, если бы врачи знали о том, что все больные диабетом дышат неправильно, они кардинально изменили бы свои подходы к лечению этой болезни. Но этого не произошло. И главная причина подобного сбоя заключается в предположении, что все люди дышат от природы правильно. А значит, все органы и клетки без каких-либо проблем все время получают необходимый для обмена веществ кислород.

Конечно, инсулин открывает «двери» в клетки, чтобы питательные вещества попали в ткани. Но это лишь первое условие. Дальше все зависит от наличия кислорода. Если он имеется

в достаточном количестве, клетка возьмет сахар и другие питательные вещества, если кислорода нет – сахар, жиры, белки и др. так и останутся в крови и концентрация их соответственно повысится.

Иначе говоря, в связке «кислород – инсулин» специалисты неправомерно исследуют лишь одну составляющую – инсулин, одновременно упуская из виду вторую составляющую – кислород. И в таком подходе заключается самая большая ошибка, так как именно кислород является главным, основным элементом. Ведь от наличия в организме прежде всего кислорода зависит эффективность функционирования поджелудочной железы по выработке инсулина: есть кислород – есть инсулин, нет кислорода – нет инсулина в крови. Есть кислород в клетках – тогда «срабатывает» и инсулин: сахар пошел внутрь клетки; нет кислорода в клетках – инсулин «не срабатывает» и сахар так и не попал в клетку, а остался в крови.

Следовательно, инсулин – это производное от кислорода. Наличие или отсутствие кислорода – определяет наличие или отсутствие инсулина в крови, а также его возможность осуществлять или не осуществлять свою роль проводника сахара и других питательных веществ в клетки.

Здесь мы имеем дело с удивительным парадоксом сахарного диабета. Он заключается в том, что важный, но не основной элемент – инсулин – специалисты ошибочно принимают за главный, а действительно основной элемент – кислород – и его роль в развитии сахарного диабета упускаются из виду, так как считается, что он всегда имеется в клетках в необходимом количестве.

В результате *изначально неверного подхода* общей для всех специалистов стала установка видеть основную причину нарушения обменных процессов и высокого сахара в крови исключительно в дефиците только инсулина. Так сложился *неправомерный односторонний инсулиновый подход к проблеме диабета*. Тогда как на самом деле именно факт дефицита кислорода из-за неправильного дыхания оказался главным, основным, без учета которого сахарный диабет излечить невозможно.

Кстати, подобный односторонний подход нередко ставит врачей в тупик. Бывают случаи, когда сахар большой, но увеличение дозы инсулина не приводит к снижению его уровня в крови. Врачи в растерянности разводят руками. А все дело, оказывается, совсем даже не в инсулине, а в дефиците кислорода из-за неправильного дыхания. Когда больной начинает использовать рыдающее дыхание, сахар наконец уменьшается, опять-таки к немалому удивлению врачей.

Итак, исследователи пошли ложным и бесперспективным путем, сосредоточив свое внимание при исследовании причин нарушения углеводного и других обменных процессов только на одной составляющей – инсулине. Одновременно проигнорировав возможность сбоя в поставках кислорода в органы и мышцы, специалисты практически вывели из своих исследований именно ту сферу, ту составляющую, в которой только и можно было получить положительные результаты.

Возможно, врачей сбивало то, что внешне такой односторонний инсулиновый подход как будто действительно соответствовал происходящим в организме процессам:

- поджелудочная железа сокращала или вообще переставала вырабатывать инсулин;
- уровень сахара в крови поднимался выше нормы, что опять-таки внешне правильно трактовалось как следствие уменьшения инсулина в крови (ведь без инсулина клетки не могут получить сахар);
- отсюда естественный вывод: чтобы снизить уровень сахара в крови, необходимо давать больному дополнительный инсулин в виде инъекций.

Естественно, на таком фоне определяющая роль кислорода в нормализации углеводного и других обменов веществ в организме, нормализации функции поджелудочной железы и увеличении выработки инсулина оказалась скрытой для исследователей. Понятно, что неправиль-



ные исходные предпосылки предопределили неправильные способы лечения сахарного диабета, его неизлечимость.

Последовательность этапов заболевания сахарным диабетом можно представить таким образом:

а) из-за неправильного дыхания в органах и мышцах возникает дефицит кислорода, в том числе в поджелудочной железе;

б) испытывая кислородное голодание, клетки не могут брать из крови требуемый им сахар (а также жиры, белки...);

в) как следствие, концентрация сахара (жиров, белков...) в крови поднимается выше нормы;

г) происходит нарушение углеводного и других обменных процессов, что является основной причиной заболевания разных органов, но в первую очередь поджелудочной железы (как самого слабого органа в силу соответствующей наследственности);

д) клетки поджелудочной железы не получают необходимого питания и снижают свою функцию по выработке инсулина или даже полностью ее прекращают;

е) так как инсулин оказывает прямое воздействие на усвоение сахара, жиров, белков и других питательных веществ органами и мышцами, то возникающий дефицит инсулина наряду с имеющимся хроническим дефицитом кислорода оказывает особо сильное разрушительное воздействие на все обменные процессы;

ж) происходит постоянное ухудшение состояния больного как результат усиления опасного для здоровья взаимодействия дефицита кислорода и дефицита инсулина. Когда кислородное голодание приводит к дальнейшему нарушению всех обменных процессов и снижению функции поджелудочной железы по выработке инсулина, а сокращение инсулина, в свою очередь, также еще более нарушает обменные процессы. В результате такого взаимодействия дыхание больного может все более нарушаться.

Причем каждый такой виток взаимного негативного воздействия дефицита кислорода и дефицита инсулина существенно снижает жизненные силы организма вплоть до летального исхода. В таком варианте обратного пути к оздоровлению нет и быть не может, то есть болезнь оказывается неизлечимой.

В этой связи понятно, что применяемые врачами методы лечения (инсулин, сахароснижающие лекарства, диета) имеют временный паллиативный характер и не способны изменить в принципе негативное развитие болезни. В лучшем случае можно замедлить ухудшение состояния больного и хотя бы немного продлить его жизнь.

Действительно, чтобы справиться с болезнью, необходимо решить две задачи:

1) нормализовать сахар в крови;

2) восстановить функцию поджелудочной железы по выработке инсулина.

Рекомендуя больным инсулиновые инъекции, врачи решают только первую задачу – помогают больному снижать высокий сахар в крови.

Однако вторая задача оказывается в таком случае совершенно невыполнимой, так как инъекции искусственного инсулина атрофируют, подавляют функцию поджелудочной железы по выработке собственного инсулина, выводят ее из строя на всю жизнь.

Сделав укол инсулина по рекомендации врача, больной, конечно, добьется снижения уровня сахара. Но когда кончается действие введенной дозы инсулина, сахар снова повышается (поджелудочная железа подавлена этим инсулином), и так без конца. В результате больной оказывается посаженным на всю жизнь на инсулиновую иглу без всякой надежды на выздоровление.

Нетрудно в этой связи понять, что сахароснижающие лекарства также ни в коем случае не лечат болезнь, а лишь дают временное облегчение больному. Такова же и роль диеты с запрещением употреблять сахар в чистом виде (не говоря уже о том, что диета еще более ухудшает

состояние больного, лишая органы и мышцы необходимого питания, что ускоряет процесс их заболевания).

Но отсюда также становится ясно, что болезнь вполне можно повернуть вспять и начать оздоровление больного, если использовать методы естественной медицины, и прежде всего – рыдающее дыхание. Если больной начинает правильно дышать, то исчезает первопричина нарушения всех обменных процессов – дефицит кислорода. В результате все органы, в том числе поджелудочная железа, начинают оздоравливаться, увеличивается выработка инсулина. Причем этот процесс положительного взаимодействия кислорода и инсулина поворачивает вспять болезнь, и с каждым витком такого взаимного действия уровень жизненных сил организма повышается вплоть до полного выздоровления.

В этой связи важно еще раз подчеркнуть, что *главная проблема в излечении диабета – совсем не инсулин (как считают специалисты), а именно кислород*.

Действительно, больному всю жизнь колют инсулин, и он не имеет никаких шансов на выздоровление. Но если больной решает проблему с кислородом (начав использовать правильное рыдающее дыхание), то он быстро решает и все свои проблемы со здоровьем.

Можно таким образом представить *этапы излечения сахарного диабета*:

- а) правильное дыхание обеспечивает все органы и мышцы необходимым кислородом;
- б) клетки, получив кислород, получают наконец возможность брать сахар, жиры, белки из крови в точном соответствии со своими потребностями;
- в) как следствие, концентрация сахара, белков, жиров постепенно снижается до оптимального уровня;
- г) происходит нормализация углеводного, жирового, белкового и других обменных процессов;
- д) больные органы восстанавливают свои функции, в том числе восстанавливает свои функции по выработке собственного инсулина и поджелудочная железа;
- е) с появлением в крови инсулина усиливается нормализация всех обменных процессов, которая началась сразу с ликвидацией дефицита кислорода;
- ж) это положительное взаимодействие связки «кислород – инсулин» с каждым новым витком оказывает все более положительное воздействие на увеличение жизненных сил организма и укрепление здоровья;
- з) болезнь пошла вспять, а процесс выздоровления все более набирает силу, пока не завершается полным излечением сахарного диабета. Больной выздоравливает.

Таким образом, для того чтобы излечить диабет, необходимо отказаться от неверных исходных установок, которые практикуются традиционной медициной. Больным нужен не инсулин, а кислород. Больным нужна не диета с инсулином, а нормальное питание, опять-таки с использованием рыдающего дыхания, обеспечивающего организм и все органы достаточным количеством кислорода.

Применяемые врачами методы лечения не обеспечивают ни одного из этих условий. Делая упор исключительно на инсулин, сахароснижающие лекарства и диету, врачи залечивают больного, делают его пожизненным больным без надежды на выздоровление.

Интересно при этом отметить, что так как все теоретические обоснования методов лечения сахарного диабета врачи строят на неверных исходных предпосылках, то они, сами не осознавая этого, фактически провоцируют дальнейшие нарушения всех обменных процессов в организме. А затем борются с этими вызванными их неправомерными действиями нарушениями и их негативными последствиями для здоровья больного.

Можно сказать даже так: врачи исследуют только аномальный вариант развития физиологических процессов при сахарном диабете, который обязательно возникает, если не учитывать характер дыхания больных.

Взять, к примеру, проблему сорбита. Н. Долженкова пишет: «После еды естественным образом повышается содержание сахара в крови. Организм должен срочно привести его количество к норме. Однако из-за недостатка инсулина излишки сахара не усваиваются ответственными за его хранение инсулинозависимыми тканями, то есть мышцами и печенью. Эти излишки циркулируют в кровяном русле. И наконец, поглощенные „гостеприимными“ клетками инсулинонезависимых тканей, распадаются, выделяя чрезмерное количество сорбита. Сорбит же удерживает воду. Инсулинонезависимые ткани от избытка воды набухают. В них нарушается кровообращение, а в конце концов – сбивается функционирование.

Какие же органы и ткани человеческого организма способны накапливать сорбит? Это, прежде всего, нервная ткань, хрусталик глаза, половые железы, внутренняя стенка сосудов и, соответственно, все органы, богатые сосудами. Вот почему наиболее частым осложнением при диабете является ухудшение, а нередко и полная потеря зрения. Возникают серьезные заболевания почек. Ухудшается кровоснабжение ног, нарушается их иннервация, что может привести к гангрене и необходимости операции. Снижается память, ухудшается нервная деятельность в целом. Снижение половой функции тоже может быть следствием сахарного диабета. И всему этому виной исключительно излишки сорбита» (с. 19).

И так выстраивается целая цепочка ужасных для организма больных нарушений – и всему этому виновником оказывается все тот же инсулин, так как именно его дефицит не позволяет клеткам брать сахар из крови, что и приводит к многократному недопустимому увеличению сорбита в организме.

Давайте теперь рассмотрим этот же процесс с учетом характера дыхания. Если больной начинает использовать правильное рыдающее дыхание, то клетки, получив кислород, немедленно начинают брать сахар из крови по своим потребностям.

Как следствие, восстанавливается функция поджелудочной железы по выработке инсулина. В результате этих процессов в организме ликвидируются все «излишки» сахара, которые могли бы быть поглощены инсулинонезависимыми тканями, а уровень сорбита остается в норме. В этом случае, понятно, не появятся и те многочисленные осложнения, о которых говорят врачи.

Однако такой нормальный физиологический процесс просто недоступен для анализа специалистов по сахарному диабету.

Или взять другой пример – так называемый «медовый месяц» диабетика. Опять читаем у Н. Долженко-вой: «Представим себе ребенка или юношу, заболевшего сахарным диабетом I типа. Диагноз поставлен, начато лечение. Постепенно уровень сахара в крови нормализуется, исчезают болезненные симптомы этой болезни. Врач подбирает необходимую больному дозу инсулина, и вдруг, спустя какое-то время, уровень сахара в крови почему-то начинает снижаться. Иногда настолько, что может вызвать гипогликемию. Врач вынужден постепенно снижать дозы инсулина, иногда вплоть до полной его отмены. Но... диабет никуда не исчез, никуда не делся. Он просто временно отступил под натиском проведенного лечения. Тогда отчего же уровень сахара в крови нормализуется без инъекций инсулина? Об этом следует поговорить отдельно.

Чаще всего это происходит потому, что воспаление, протекающее в поджелудочной железе, затрагивает поначалу не все клетки, продуцирующие инсулин, а какую-то их часть. Как только начинается лечение инсулином, обменные процессы в организме, в том числе и в уцелевших клетках, ответственных за образование инсулина, нормализуются. Функция их со временем восстанавливается, и они вновь начинают вырабатывать инсулин.

Некоторым больным в таком случае хватает собственного инсулина. Другим приходится вводить совсем немного чужого. Это может длиться месяц, полгода, год – у каждого по-разному. Но так или иначе однажды наступит день, когда поджелудочная железа полностью пере-

станет вырабатывать инсулин. Печально, но ничего не поделаешь. Обычно такое случается через пять лет после начала заболевания» (с. 32).

Теперь давайте посмотрим на эти же процессы с позиций естественной медицины. Вводимый больному искусственный инсулин на самом деле помогает усвоению сахара клетками и в этом плане как будто действительно помогает восстанавливать функцию поджелудочной железы. Но это лишь внешняя видимая сторона физиологического процесса, которую исследователи принимают за истину.

Однако главный процесс (кстати, связанный как раз не с инсулином, а с кислородом) снова оказывается скрытым и выпадает из поля зрения врачей. А все дело в том, что искусственный инсулин является для организма стрессовым фактором, вызывающим ответную стрессовую реакцию. В результате в кровь через кору надпочечников вбрасывается адреналин, который активизирует работу постоянно функционирующей мышцы легких – диафрагмы. Как следствие, дыхание больного тоже активизируется, в клетки поступает больше кислорода, что и позволяет им увеличить потребление сахара. Именно появившийся дополнительный кислород позволяет нормализовать сахар в крови.

Как видим, дело снова не в инсулине, а в кислороде. Но в данном случае получается так, что инъекции инсулина не прямо, а через вызываемую ими стрессовую реакцию содействуют увеличению количества кислорода в крови.

Однако вот эту скрытую, но самую основную суть оздоровительного воздействия лечения больного инсулином специалисты и не видят. А отсюда, естественно, делается вывод, что будто инсулин помог выздороветь, хотя на самом деле причина оздоровления – в появившемся кислороде.

Понятно, что ошибочная оценка подлинной роли инсулина в оздоровлении больного порождает неизбежно и ошибочное решение в определении эффективного средства лечения сахарного диабета: таковым однозначно считается только инсулин. Но такой вариант лечения в действительности противоречит потребностям организма – ведь искусственный инсулин подавляет поджелудочную железу, выводит ее из строя.

Тем не менее, уже сделав вывод о полезности инсулина для здоровья больного и продолжая поэтому рекомендовать снова и снова инсулин, врачи закономерно добиваются обратного результата: поджелудочная железа обычно через 5 лет после начала заболевания полностью перестает вырабатывать инсулин. Это и есть логичное следствие неправильного определения как причины «медового месяца», так и методов лечения.

Таким образом, вся современная врачебная практика по сахарному диабету осуществляется в рамках совершенно бесперспективного и тупикового направления. Не сумев оценить правильно значение кислорода в возникновении и развитии диабета, специалисты пошли по пути исследования аномального, неестественного процесса. Поэтому созданная традиционной медициной теория сахарного диабета – это теория тех нарушений, тех отклонений от нормы, которые неизбежны при использовании неестественных, противных для организма методов лечения и полного незнания природных механизмов здоровья (рыдающего дыхания, импульсного самомассажа и др.).

Вот почему нет никакого смысла рассматривать здесь конкретно разнообразные методики и рекомендации врачей, в которых говорится, как, сколько и когда надо больному колоть себе инсулин; как, сколько и когда принимать еду с обязательным после приема пищи подкалыванием инсулина; как рассчитывать калорийность 5-6-разового питания в сутки; от каких продуктов полностью отказываться и т. д. и т. п. Все эти рекомендации неизбежно вытекают из того аномального болезненного процесса, которым занимаются врачи. К излечению сахарного диабета все эти рекомендации не имеют ни малейшего отношения. Все эти рекомендации сами по себе также аномальны и неизбежно имеют один единственный результат – постоянное ухудшение состояния больного вплоть до летального исхода в конечном счете.

В этой связи необходимо отметить, что фактически все поиски исследователей в настоящее время идут в направлении развития и углубления этого аномального, неестественного для организма варианта лечения. Вот, например, как представляет себе перспективу борьбы с сахарным диабетом М. Ахманов:

«Что ожидает нас в будущем? Возможно, очередной революцией в лечении диабета станет пероральный инсулин, защищенный от разложения в желудке, который можно будет глотать. Это положит конец инсулиновым инъекциям и сделает ненужными шприцы и шприц-ручки. Ученые трудятся над этой проблемой... Что еще? Возможно, в скором времени мы получим глюкометр, для которого не требуется кровь – достаточно коснуться его пальцем. Возможно, будет найдена вакцина для прививок от диабетической болезни.

Что же касается полного излечения от диабета, то медики прогнозируют это событие на 2015-2020 годы... Сейчас еще трудно сказать, на каком пути нас ждет полная победа, но ясно, что таких дорог несколько. Во-первых, совершенствование ИБК и создание электронного протеза, полностью заменяющего бета-клетки; во-вторых, трансплантация здоровой железы или здоровых бета-клеток; в-третьих, восстановление функции собственных бета-клеток, то ли с помощью генетической инженерии, то ли другим способом, который сейчас может показаться чистой фантастикой» (Ахманов М. Стратегия жизни при диабете. СПб., 2002, с. 171).

В апреле 2004 года по центральному телевидению было передано сообщение о проведенной в России уникальной операции по пересадке поджелудочной железы. Было сказано, что такая операция проведена впервые в мире. Донором явилась больная сахарным диабетом. Причем комментарий был выдержан в таком смысле, что вот теперь больная станет наконец полностью здоровым человеком, а подобными операциями можно излечивать и всех других, пораженных этим тяжелым недугом.

С позиций естественной медицины, такая операция не имеет никакого смысла и абсолютно бесполезна. Дело в том, что пересаженная часть поджелудочной железы также не будет работать, как и своя собственная, так как больная дышит неправильно. Жалко только тетю-донора, которая совершенно напрасно потеряла часть собственной поджелудочной железы.

Как видим, направления поисков врачей по излечению диабета идут по-прежнему в русле идей, не позволяющих ни на йоту вырваться из плена неверных представлений

о природе диабета и способах его излечения. Это или новые лекарства, или трансплантация, или вмешательство в гены, или даже замена бета-клеток протезами, а то еще даже вакцина для прививок от диабетической болезни! Можно с уверенностью сказать, что с таким набором идей проблему диабета не решить никогда.

#### Выводы

Не сумев оценить правильно значение кислорода при возникновении и развитии сахарного диабета I типа (инсулинозависимого), специалисты пошли по пути исследования аномального процесса, связав его исключительно с наличием или отсутствием инсулина.

Неверные исходные предпосылки предопределили выбор неправильных методов лечения (инсулин, сахароснижающие лекарства, диета) и, как следствие, – неизлечимость диабета.

Чтобы излечить сахарный диабет, необходимо отказаться от неверных исходных установок, которые практикуются традиционной медициной. Не дефицит инсулина, а дефицит кислорода из-за неправильного дыхания – вот причина инсулинозависимого диабета.

Использование методов естественной медицины, и прежде всего рыдающего дыхания, приводит к ликвидации кислородного голодания во всех органах и организме в целом, нормализации углеводного и всех других обменных процессов, восстановлению функции поджелудочной железы по выработке инсулина и в конечном итоге – излечению сахарного диабета.

Можно дать такое определение болезни сахарного диабета I типа.

*Инсулинозависимый диабет – это спровоцированное неправильным дыханием нарушение углеводного и всех других обменных процессов, приводящее к заболеванию прежде всего поджелудочной железы и появлению дефицита инсулина, что, в свою очередь, на порядок увеличивает разрушительное воздействие болезни на организм и здоровье больного.*

### **Глава 3. Восстановление правильного носового дыхания – условие полного излечения сахарного диабета**

Как уже отмечалось выше, все больные диабетом дышат неправильно. Поэтому у всех них хронически нарушены все обменные процессы: углеводный, жировой, белковый, обмен витаминов, минеральных элементов, воды и т. п. Причина одна: дефицит кислорода не позволяет органам и мышцам получать требуемое им для нормального функционирования питание; в результате сахар и жиры, белки и другие питательные вещества застаиваются в крови и концентрация их значительно повышается выше нормы. Не получая питания, органы и мышцы снижают свои функции, выходят из строя, заболевают.

К болезням, причиной которых является нарушение обмена веществ в организме из-за неправильного дыхания, относятся: сердечно-сосудистые (ишемия, стенокардия, аритмия, мерцательная аритмия), гипертония и гипотония, сахарный диабет, бронхиальная астма, бронхиты, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, аллергия, артриты, артрозы, болезни сосудов, стрессы, депрессии и т. д. и т. п. Излечить все эти болезни можно лишь нормализуя обмен веществ с помощью рыдающего дыхания. Получив столь необходимый им кислород, органы и мышцы берут по своим потребностям сахар и жиры из крови и восстанавливают свои функции, выздоравливают.

С этих позиций особенно очевидно, что лекарства против *болезней нарушенных обменных процессов* практически бесполезны. В лучшем случае лекарства могут дать временное облегчение (снять давление, боль и т. д.). Но с прекращением действия лекарства все эти негативные явления могут снова и снова повторяться, причем даже с еще большей силой. И так без конца – всю жизнь.

Причина неэффективности лекарств заключается в том, что каждое лекарство предназначено для какого-то одного органа (сердца, или почки, или печени...) и нормализует только его работу, не затрагивая при этом работу других органов (за исключением разве побочного отрицательного воздействия). Предположим, чтобы снять боль в сердце, больной принял валидол или нитроглицерин – эффект достигнут, и боль исчезла. Но эта нормализация достигнута не естественным, а искусственным путем: под воздействием принятого лекарства произошло расширение кровеносных сосудов, и сердечная мышца получила больше кислорода за счет увеличившегося прилива крови. Но когда заканчивается действие лекарств, кровеносные сосуды снова принимают свой обычный нормальный объем, приток крови сокращается и, следовательно, сокращается приток кислорода в сердечную мышцу – и снова может возникнуть боль.

С позиций естественной медицины появляется возможность понять сущность происходящего здесь физиологического процесса. Так как больной дышит неправильно, то кислород слишком прочно соединяется с гемоглобином в условиях возникающего неправильного газообмена (в норме соотношение углекислого газа и кислорода в кровеносной системе должно быть в пропорции 3:1). Вот почему возникает кислородное голодание в сердечной мышце, – без кислорода она не может брать из крови необходимые ей сахар и жиры и подает сигнал боли. Если больной начинает использовать рыдающее дыхание, то в кровеносной системе всего организма сразу возникает правильный газообмен и кислород легко отделяется от гемоглобина и активно поступает в сердечную мышцу. А это создает необходимые условия для поступления в мышцу питательных веществ и нормализации ее работы – и боль сразу исчезает.

На этом простом примере нетрудно видеть кардинальную разницу между искусственной и естественной нормализацией работы сердца. Лекарства позволяют *механистически* неестественным путем, за счет искусственного расширения кровеносных сосудов и увеличения таким образом объема поставляемой к сердцу крови снять появившуюся боль. Но это положительное

действие является, во-первых, локальным (ограничено только сердцем) и, во-вторых, кратковременным.

Если же больной использует правильное рыдающее дыхание, то он сразу создает правильный газообмен во всей кровеносной системе и тем самым ликвидирует кислородное голодание не только в мышцах сердца, но и в почках, печени, головном мозге и во всех других органах. В результате сахар и жиры начинают поступать не только в сердечную мышцу, но и во все другие органы. Как следствие, происходит оздоровление не только сердца, но и всех других органов и всего организма в целом. Именно так действует *созданная Природой естественная система оздоровления*.

Нетрудно заметить, что при *искусственной системе оздоровления с помощью лекарств, созданной человеком*, может происходить лишь частичное неполное оздоровление отдельных органов при одновременном успешном развитии болезненных процессов во многих других органах и физиологических системах организма. И наоборот, при использовании природной естественной системы оздоровления выздоровление одного органа происходит в неразрывной связи с одновременным выздоровлением всех других органов и всего организма в целом. Другими словами, оздоровление одного органа является обязательным условием одновременного оздоровления и всех других органов. И наоборот, оздоровление всех органов неизбежно создает благоприятные условия для излечения любого отдельного больного органа.

Наиболее ярко неэффективность искусственной системы оздоровления с помощью лекарств видна при заболевании сахарным диабетом. В этом случае в организме до крайности нарушены все обменные процессы из-за неправильного дыхания, болезнь поражает многие органы. В условиях, когда лечение диабета осуществляется опасным для здоровья инсулином, а болезней сердца, почек, печени, бронхиальной астмы, давления – многочисленными лекарствами, становится состояние организма исключительно тяжелым. В то же время использование рыдающего дыхания позволяет в самый короткий срок (нередко в течение одного месяца) избавиться от многих проблем со здоровьем и начать действенное оздоровление организма и излечение диабета.

Причем важно отметить, что, если больной диабетом использует рыдающее дыхание, то отпадает необходимость:

- во-первых, в ежедневных инъекциях инсулина;
- во-вторых, в постоянных измерениях уровня сахара в крови;
- в-третьих, в ограничении употребления сахара (допустимая норма сахара устанавливается значительно выше, чем норма для здоровых людей: не 5-6,5 ммоль/л, а от 10 до 15 ммоль/л).

Состояние больного в каждый данный момент определяется исключительно по самочувствию.

Повышенный уровень сахара в крови определяется природой этих людей, дышащих неправильно. Конечно, когда они используют рыдающее дыхание, то уровень сахара у них *естественным путем* может снизиться до уровня здоровых людей с правильным дыханием (5-6,5 ммоль/л). В этот момент все органы и мышцы получают необходимое им питание, оздоравливаются и восстанавливают свои функции, осуществляется профилактика возможных при диабете осложнений. Но когда больные снова переходят на неправильное носовое дыхание, то вследствие образующегося дефицита кислорода в органах и мышцах сахар в крови снова повышается. Причем, как показала многолетняя практика, при условии использования рыдающего дыхания совершенно безопасным для здоровья больного является уровень сахара от 10 до 15 ммоль/л.

С этих позиций представляется совершенно ненужным и неоправданным стремление врачей держать сахар в крови больного на не свойственном его природе уровне с помощью исключительно лекарств и диеты (5-6,5 ммоль/л).



Если больной ежедневно использует рыдающее дыхание, то он может успешно, без лекарств и диеты держать под контролем сахар в крови, оздоравливая свои органы и весь свой организм. В таком случае диабетик почти сразу начинает чувствовать себя вполне здоровым человеком. Действительно, он не делает инсулиновые инъекции и не измеряет сахар в крови, не принимает сахароснижающие лекарства, не придерживается никакой диеты, чувствует себя хорошо.

Однако разница со здоровым человеком все же имеется – прежде всего в образе жизни.

Во-первых, больной диабетом должен ежедневно использовать рыдающее дыхание для своего оздоровления.

Во-вторых, проводить естественный ночной отдых с использованием рыдающего дыхания и импульсного самомассажа.

В-третьих, уметь использовать и все другие природные механизмы естественной саморегуляции – естественное питание, естественное голодание, естественные движения и т. д., – и все это опять-таки в сочетании с рыдающим дыханием.

Вместе с тем неизбежно встает вопрос: означает ли, что для эффективного контроля над диабетом надо всю свою жизнь использовать рыдающее дыхание? Ведь дыхание не носом, а ртом – это важнейшее видимое различие в поведении диабетика и здорового человека.

Сама практика дала искомый ответ. Оказалось, что в процессе использования рыдающего дыхания происходит оздоровление всех органов и укрепление мышечной системы всего организма, в том числе мышц легких. В результате носовой выдох постепенно становится правильным (то есть продолжительнее вдоха) и в конечном счете организм переходит на правильное носовое дыхание и отказывается от рыдающего дыхания.

Следовательно, сама Природа дала человеку уникальное средство самооздоровления – рыдающее дыхание. Человек может использовать это средство как на уровне инстинкта, так и на уровне сознания. В любом варианте результат оказывается одинаковым: происходит полное выздоровление всех больных органов и организм человека переходит в режим саморегуляции, после чего потребность в рыдающем дыхании естественным образом прекращается.

В условиях саморегуляции все органы и мышцы без каких-либо проблем получают необходимый кислород, а следовательно, и требуемые им сахар и жиры из крови. Фактически в автономном и автоматическом режиме *сам организм поддерживает в норме все обменные процессы и здоровье всех своих органов. Достижение такого состояния и означает полное излечение сахарного диабета.*

Важно подчеркнуть, что в условиях режима саморегуляции организм не нуждается ни в каких лекарствах. Тот факт, что лично я уже 30 лет не принимаю лекарств и не чувствую в них никакой потребности (а среди моих последователей немало людей, также отказавшихся от лекарств за их ненужностью), подтверждает реальную возможность достижения такого состояния каждым человеком, если он начинает использовать рыдающее дыхание и другие природные механизмы естественной саморегуляции для поддержания своего здоровья.

В заключение хотелось бы обратить внимание на то, что разные типы сахарного диабета определяются, во-первых, наличием неправильного дыхания и, во-вторых, наличием наследственной предрасположенности.

Если неправильное дыхание – врожденное, а диабетом болели старшие родственники (бабушка или дедушка, отец или мать), это в решающей мере может предопределить у кого-либо из детей заболевание поджелудочной железы и возникновение инсулинозависимого диабета

I типа. Для излечения этого диабета требуется более длительное время, так как это связано с необходимостью не просто нормализовать углеводный и другие обменные процессы, но и обеспечить обязательное выздоровление поджелудочной железы и восстановление ее функции по выработке инсулина.

Если же неправильное дыхание является не врожденным, а приобретенным в процессе жизнедеятельности, то чаще всего это будет инсулинонезависимый диабет II типа. Для излечения этого диабета не требуется длительного времени, так как использование рыдающего дыхания достаточно быстро приводит к нормализации нарушенных обменных процессов и сахара в крови, к восстановлению правильного носового дыхания.

## **Часть II Методика излечения сахарного диабета природными механизмами естественной саморегуляции**

### **Глава 1. Общие положения, которые должны знать все больные диабетом**

У вас обнаружили высокий сахар, и врачи дали свое заключение: сахарный диабет. Какими правилами вы должны теперь руководствоваться?

Прежде всего четко знать, что применяемые современной медициной способы лечения (инсулин, сахароснижающие лекарства, диета) не просто неэффективны, но и опасны для здоровья. Их применение дает только один результат: болезнь становится неизлечимой. Зачем их тогда применять?

*Вопрос:* Но если не эти бесполезные средства – что тогда взамен?

*Ответ:* Все средства, необходимые для излечения сахарного диабета, даны нам Природой. Сюда относятся: рыдающее дыхание, импульсный самомассаж, естественный ночной отдых, естественное питание и некоторые другие.

*Вопрос:* С чего начинать?

*Ответ:* Прежде всего надо научиться правильно дышать. А для этого необходимо овладеть рыдающим дыханием.

Независимо от того, какой у вас диабет – I типа, инсулинозависимый, или II типа, инсулинонезависимый, – правильное рыдающее дыхание нужно всем больным. Оно обеспечивает все органы и мышцы необходимым кислородом и создает условия для поставки сахара (а также жиров, белков, минеральных элементов, витаминов, воды и др.) во все клетки. Тем самым нормализуется обмен веществ, сахар в крови снижается до нормы, происходит оздоровление всех органов, в том числе поджелудочной железы, которая начинает вырабатывать необходимый организму инсулин.

У всех больных диабетом из-за неправильного дыхания сахар постоянно повышенный по сравнению со здоровыми людьми. Если у человека от рождения правильное носовое дыхание, то сахар постоянно в норме, определенной врачами (5,0-6,5 ммоль/л). Однако у человека с неправильным дыханием его норма значительно выше: от 10 до 15 ммоль/л.

Врачи об этом не знают и неправомерно пытаются всеми средствами снизить уровень сахара у больных диабетом с неправильным дыханием до нормы людей с правильным дыханием. Естественно, это у них не получается (ведь нельзя даже насильно изменить природу человека), и пациент на всю жизнь садится на инсулиновую иглу.

Итак, если сахар у вас, к примеру, поднялся до 14-15 ммоль/л, в этом ничего страшного нет при условии использования рыдающего дыхания. И совершенно незачем стараться снизить сахар до несвойственной для вас нормы в 5,0-6,5 ммоль/л.

Когда больной использует рыдающее дыхание, сахар может понизиться до нормы людей с правильным дыханием. Но рыдающее дыхание ртом может продолжаться всего несколько минут, а потом вы все равно должны будете перейти на обычное носовое дыхание. Так как оно у вас неправильное, то концентрация сахара снова повысится до «своей» повышенной нормы. Это соответствует природе вашего организма, а поэтому представляет нормальный, естественный процесс.

Самое опасное при сахарном диабете – это осложнения: больные слепнут, возникает гангрена ног, заболевают почки, печень, сердце, повышается давление и т. д. и т. п. Причина всех этих отклонений – неправильное дыхание. Но если вы используете рыдающее дыхание хотя бы 4-5 раз в день по несколько минут, то успешно предотвращаете эти осложнения и остаетесь здоровым человеком.

Запомните также, что состояние вашего здоровья определяется не по уровню сахара в крови, а по вашему самочувствию. Какое вам дело, что сахар поднялся до 10-12 ммоль/л: главное, что вы чувствуете себя хорошо, нет никаких болей, физическая и умственная работоспособность высокие. А уровень сахара постоянно меняется – в зависимости от характера дыхания, приема пищи, физической нагрузки и многих других факторов. Стоит ли обращать на это внимание?

Единственный вариант для беспокойства – когда сахар в крови поднялся, к примеру, до 20 ммоль/л. Вы почувствовали себя плохо, а рыдающему дыханию еще не научились и не можете использовать его для своего оздоровления и снижения сахара естественным путем.

Здесь в виде исключения можно сделать инъекцию одной-двух единиц инсулина. Почему так мало? Потому, что вам надо снизить сахар не до 5,0-6,5 ммоль/л, а до вашей нормы – 15 ммоль/л. А главное, как можно быстрее использовать рыдающее дыхание. Это позволит быстро устранить дефицит кислорода в организме и нормализовать сахар без применения лекарств и диеты. Таким образом, инсулин можно использовать лишь в крайнем случае как разовую инъекцию. На постоянной основе инсулин категорически не использовать! Не следует также постоянно, каждый день измерять сахар в крови.

Питание должно быть естественным, никакой диеты. Высокий сахар определяется не тем, что вы едите сахар или продукты, содержащие глюкозу в большом количестве, а потому, что вы неправильно дышите.

Больные диабетом по рекомендации врачей держат строгую диету, стараются не есть сахар в чистом виде, и все же сахар в крови у них нередко весьма высокий.

Итак, никакой диеты. Можете есть все, в том числе и сахар в чистом виде (он необходим, особенно для головного мозга). Никаких ограничений ни в еде, ни в потреблении жидкости.

Если появляется жажда, выпейте, сколько вам хочется, в этом – потребность вашего организма. Так же как в мочеиспускании: так часто, как в этом возникает естественная потребность.

Запомните: естественный ночной отдых – центральное звено в оздоровлении поджелудочной железы и других больных органов. Именно в процессе такого отдыха активно используются рыдающее дыхание, импульсный самомассаж и другие природные механизмы естественной саморегуляции. Поэтому постарайтесь максимально использовать эту возможность для излечения сахарного диабета и всех других своих болезней.

Научитесь слушать свой организм. Он постоянно дает соответствующие сигналы о своем состоянии и своих потребностях в каждый данный момент. Искусство управления здоровьем и преодоления сахарного диабета заключается прежде всего в умении дать адекватный ответ на возникающую естественную потребность вашего организма.

Такая возможность появляется по мере овладения всеми механизмами здоровья, данными нам Природой. Методика управления этими механизмами изложена в нижеследующих главах.

Отказывайтесь постепенно от привычки по каждому, даже весьма незначительному поводу обращаться к лекарствам. Появилась боль (головная, сердечная и любая другая) – сразу используйте рыдающее дыхание. Если боль прошла – зачем тогда лекарства?

На первых порах при необходимости можно применять наряду с рыдающим дыханием и лекарства, постепенно от них отказываясь (к примеру, при хорошем самочувствии снижая ежедневно прием прописанных вам лекарств на 0,25 таблетки; точно так же снимая инсулин на 1-2 единицы в сутки).

Не вдавайтесь сразу в панику, если сахар вдруг значительно повысился в крови (к примеру, с 8,5 до 14,0 ммоль/л). Спокойно проанализируйте возникшую ситуацию.

Во-первых, даже повышенный в данном примере сахар все еще остается на приемлемом уровне, а поэтому для какого-либо беспокойства нет причин.

Во-вторых, этот скачок, возможно, связан с приемом пищи: тем более волноваться не о чем.

В-третьих, используйте рыдающее дыхание, и сахар упадет до более низкого уровня.

Главное в любой ситуации – ваше личное самочувствие. Если у вас хорошее состояние, вы бодры, энергичны, ничего не болит – значит, все в порядке. А в процессе дневных занятий (ходьба, физическая работа и т. п.) уровень сахара в крови будет снижаться естественным путем по мере его расходования на потребности организма.

Поэтому даже если сахар поднялся до 20,0 ммоль/л – не торопитесь принимать инсулин и сахароснижающие лекарства. В таком варианте лучше всего спокойно выждать и дать самому организму поработать над своим состоянием, помогая ему в этом рыдающим дыханием,

импульсным самомассажем и другими природными механизмами здоровья.

Так постепенно вы научитесь самостоятельно управлять своим здоровьем при сахарном диабете без применения инсулина и других лекарственных препаратов, а также диеты.

## **Глава 2. Рыдающее дыхание – важнейший механизм восстановления функции поджелудочной железы по выработке инсулина**

### **Учитесь правильно дышать**

Основная причина заболевания поджелудочной железы – в неправильном дыхании больных диабетом. Испытывая дефицит кислорода, бета-клетки не могут брать из крови необходимые им для нормального функционирования сахар и жиры. Как следствие, они снижают свою функцию по выработке инсулина вплоть до полного прекращения.

Этот процесс имеет далеко идущие негативные результаты. Заболевание поджелудочной железы и прекращение ее функционирования приводят к возникновению дефицита инсулина, без которого клетки мышц не могут потреблять сахар из крови на свое питание; происходит нарушение углеводного обмена и концентрация сахара в крови поднимается выше нормы.

Но это не все. Дефицит кислорода в организме из-за неправильного дыхания больного приводит не только к поражению поджелудочной железы и появлению дефицита инсулина, но и к поражению многих других органов. Не получая кислорода, органы и мышцы не могут брать сахар и жиры из крови на свое питание, ведь обменный процесс – окислительный. Это приводит к нарушению не только углеводного, но и всех других обменных процессов: жирового, белкового, водного, минеральных элементов и др.

Таким образом, неправильное дыхание является причиной появления *двойного дефицита*: и кислорода, и инсулина, что ставит организм в исключительно тяжелое положение. Выйти из него можно только путем восстановления правильного дыхания, функцию которого для больных диабетом выполняет созданный Природой механизм рыдающего дыхания.

Как только больной начинает использовать рыдающее дыхание, сразу во все органы и мышцы поступает кислород, а следовательно, и сахар, и жиры, и все другие питательные вещества, что означает нормализацию всех обменных процессов. Получив кислород и питание, клетки поджелудочной железы сами начинают снова вырабатывать необходимый организму инсулин. Одновременно с оздоровлением поджелудочной железы происходит оздоровление и всех других органов и физиологических систем.

## **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.