

Александр Кородецкий

Естественное очищение сосудов и крови по Малахову

- Очищение с помощью пиявок
- Очищение с помощью питания
- Сосудистая гимнастика
- Очищающие ванны
- Очищение травами
- Очищение медом
- Ароматерапия



ПИТЕР

Александр Кородецкий

**Естественное очищение
сосудов и крови по Малахову**

«Питер»

2010

Кородецкий А. В.

Естественное очищение сосудов и крови по Малахову /
А. В. Кородецкий — «Питер», 2010

Известный петербургский фитоэнергетик и автор популярных книг Александр Владимирович Кородецкий долгие годы изучал методы нетрадиционной медицины и секреты фитотерапии у знаменитых травников. Благодаря этому он стал экспертом программы «Малахов +». Об очищении сосудов написано уже много книг, но этот труд А. В. Кородецкого по-своему уникален. Многие рекомендации Геннадия Малахова и советы участников передачи «Малахов +» удачно дополняют методику фитолечения и естественного очищения сосудов и крови Александра Кородецкого. В книге даны подробные рецепты естественного очищения сосудов для людей, страдающих разными недугами, – от фитотерапии до знаменитых залмановских ванн – и даны подробные рекомендации по их использованию. Каждый, кто болен, или, как говорит Александр Кородецкий, зашлакован, найдет свой способ очищения или комплекс восстанавливающих здоровье мер, который принесет ему наибольшую пользу.

© Кородецкий А. В., 2010

© Питер, 2010

Содержание

Предисловие	5
Как происходит отравление	8
Всегда ли «виноваты» шлаки?	9
Что же делать, лечиться или очищаться?	10
Глава 1	11
Как работает сердце	12
Какие бывают сосуды	13
Система кровообращения	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Александр Кородецкий

Естественное очищение сосудов и крови по Малахову

Предисловие

Я болен? Нет, я зашлакован!



Организм человека – удивительная система, основанная на саморегуляции. Она является самой совершенной системой, придуманной Природой. Поэтому болезни – это нечто чуждое человеческой природе. Так почему же тогда мы болеем? Причем всю жизнь. И чем старше становимся, тем больше болячек носим с собой, как тяжелый, но неизбежный груз. Но так ли этот груз неизбежен? И вообще, откуда он берется в нашей жизни?

На эти вопросы следует дать обстоятельные и понятные ответы. Однако нетрудно догадаться, что наше тяжелое бремя, которое мы с годами так и не можем с себя сбросить, – банальные шлаки. Шлаки – это вредные вещества, поступающие в организм и не выводящиеся из него, а также продукты переработки, которые тоже остаются лежать в складках кишечника, засоряют желчный пузырь и печень, скапливаются наростами и холестериновыми бляшками на стенках сосудов. Они создают заторы в сосудах, не давая крови свободно и ритмично двигаться к органам и доставлять им питательные вещества. Шлаки накапливаются в организме, как ненужный хлам у нерадивой хозяйки. Они сначала засоряют, а потом поражают органы.

Но почему же организм сам не справляется со шлаками, если он задуман природой как совершенная система? Это самый простой вопрос. Цивилизованный мир придумал столько

отравляющих веществ, что мы теперь живем в царстве Синтетики, которую едим, которой дышим, на которой спим. Матушка-природа не представляла себе, в каком «раю» окажется ее самое дивное творение – венец создания, Человек. Поэтому она и придумала такой организм, который успешно справляется со многими вредными веществами и терпит до поры до времени. Например, все знают, что печень принимает на себя всю «грязь», спасая организм от отравления, если мы случайно съедем что-нибудь не то. Для этого печень снабжена специальными механизмами детоксикации. Почки тоже неустанно трудятся, чтобы выводить отработанные продукты вместе с мочой. Через кожу выделяется пот, а вместе с ним и шлаки из крови. Легкие обеспечены механизмом очистки воздуха от углекислого газа, который они выводят из организма с каждым выдохом. Так что весь организм трудится, выводя шлаки. Но это такое мизерное количество по сравнению с тем, что остается внутри...

Вспомните, что мы едим, чем дышим, что пьем, и вам станет ясно, что все это невозможно переработать и выделить одними почками, одной печенью и одними легкими. Ведь наша вода совсем не родниковая, наша еда – не свежее парное мясо и не экологически чистая деревенская картошка, а наш воздух – не воздух полей и лесов, где обитали наши предки, да и не воздух вообще, а смесь выхлопных газов с испарениями бетона и асфальта. Поэтому наш организм отравляется давно и постоянно, начиная с того безмятежного периода, когда мы находились еще в материнской утробе. Но если организм отравлять постоянно и долго, то системы саморегуляции не выдержат и выйдут из строя. Вот это и произошло с современным человеком. Вот почему мы болеем.

Иначе говоря, природное равновесие нарушилось, и человек сам должен помочь себе вернуть его на место. То есть функцию самоочищения, задуманную природой, придется восстанавливать своими руками. А как? Для этого есть много способов, начиная от банальной клизмы и заканчивая методами иглорефлексотерапии.

Обо всех этих методах я постараюсь рассказать в данной книге.

А пока немного пугающей статистики. Зафиксированы случаи, когда из кишечника при очищении выходило до 15 кг каловых камней! Но никакими килограммами не измерить то хоть и небольшое количество опасных токсических веществ, которые носит в себе человек: соли тяжелых металлов, нитриты и нитраты, радиоактивные вещества, диоксиды, остатки лекарственных препаратов и другие химические вещества. Все они поступают в организм извне, потому что эти вещества в огромных количествах находятся в атмосфере, воде, в продуктах питания, в лекарствах. С продуктами питания к нам попадают антибиотики, гормоны и стимуляторы роста, которые используются в животноводстве и растениеводстве. С водой из-под крана – хлор, который в соединении с органическими веществами образует диоксиды – страшные яды для организма. С лекарствами – вещества, которые оказывают побочное действие на организм. Ведь нет безвредных лекарств: излечивая одно, мы калечим другое. Это уже стало банальной истиной.

Конечно, частично все эти вредные вещества нейтрализуются, иначе человек просто не выдержал бы такого натиска опасных веществ, но и в организме их остается предостаточно. К тому же, когда мы болеем, то в результате воспалительных процессов и нарушения обмена веществ количество шлаков лишь увеличивается. Каждое заболевание несет в себе новый процесс шлакообразования.

Однако самое страшное начинается тогда, когда вредные вещества препятствуют нормальному протеканию окислительно-восстановительных реакций, в результате чего образуются антигены. Это происходит в том случае, если вредные вещества осаждают здоровые клетки, а те отказываются их принимать. И тогда организм вступает с «пришельцами» в «последний и решительный бой» – иммунная система образует антитела против своих же клеток, и у человека развиваются аутоиммунные заболевания. Последней стадией зашлакованности организма являются онкологические заболевания.

По определению Всемирной организации здравоохранения существует семь степеней зашлакованности организма:

I степень – общая утомляемость организма.

II степень – общее недомогание, в том числе головные боли, возможна ломота в суставах.

III степень – частые простудные заболевания, высыпания на теле, различные болевые ощущения.

IV степень – избыточный вес, образования в почках, желчном пузыре, различные опухоли, миомы, кисты, фибромиомы, аденомы, простатиты, отложения солей, остеохондроз, артрозы, артриты, полиартриты, отеки, инфекционные и вирусные заболевания.

V степень – различные деформации в суставах, позвоночнике, резкое снижение или повышение веса тела.

VI степень – атония кишечника, мочевого пузыря, острые нарушения мозгового кровообращения, инфаркт миокарда, тромбозы, все вышеперечисленные заболевания.

VII степень – онкологические заболевания.

Но не буду пугать моего читателя дальше, ведь если вовремя взяться за дело, то можно не только не допустить развития опасных и просто неприятных болезней, но и излечиться от многих из них. Однако прежде чем приступать к очищению организма, нужно понять, что происходит при зашлакованности организма, то есть как именно наш организм отравляется.

Как происходит отравление

Отравление происходит часто незаметно для человека. Потому что этот процесс медленный и внутренний. Мы ведь не видим, как работают желудок, печень, почки, но зато ощущаем, когда нас беспокоят почечные колики или гастрит, то есть когда в организме что-то не в порядке.

Узнать о том, что организм зашлакован, можно по определенным симптомам, о которых я напишу далее. А пока поговорим о том, что происходит в организме, когда он начинает наполняться шлаками. В первую очередь, нарушается обмен веществ, а именно – синтез белков, ферментов и других регуляторов функций организма. В результате этих нарушений питательные вещества, особенно витамины и микроэлементы, всасываются в кровь не так интенсивно, как необходимо. Организм испытывает недостаток витаминов и микроэлементов, но ему не поможет употребление полезных продуктов, фруктов и овощей, а тем более синтетических витаминов. Ведь процесс усвояемости нарушен!

Второе испытание для организма, связанное с отложением шлаков, касается нарушения клеточного дыхания. Третье – ослабление иммунитета. А дальше начинается замкнутый круг, потому что при ослабленном иммунитете, дефиците витаминов и недостатке клеточного дыхания организм начинает болеть. А мы – глотать таблетки. Но и лекарства плохо усваиваются при плохом обмене веществ. Значит, нужны более сильные препараты, а это уже новые шлаки... и новое ослабление иммунитета. Вот почему люди болеют хроническими заболеваниями и никак не могут порвать порочный круг. Им мешают шлаки.

Ну а теперь пришла пора поговорить о симптомах шлакового отравления. К ним относятся головные боли, слабость, потливость, нарушение сна, неприятный запах изо рта, горечь во рту, обложенный язык, кровоточивость десен. Сильная зашлакованность может проявляться в форме различных заболеваний кожи и слизистых оболочек, в форме аллергических реакций и соматических нарушений.

Особенно опасны сосудистые отложения. Они приводят к скачкам артериального давления, которое трудно нормализовать, а впоследствии – к гипертонической или гипотонической болезни, варикозному расширению вен, тромбофлебитах, атеросклерозу и другим сердечно-сосудистым заболеваниям.

Всегда ли «виноваты» шлаки?

Это очень уместный вопрос. Действительно, когда у человека ангина, ему лечат горло. Если болит живот, дают лекарства от поноса или запора. А при болезни почек стараются вылечить этот орган. Но через некоторое время болезнь чаще всего возвращается, если не эта, то другая. И вновь лекарства, микстуры, таблетки, уколы.

Наконец, в определенном возрасте наступает пора хронических недугов, и врачи прописывают вам таблетки уже пожизненно. А почему? Потому что и в последней, и в первой болезни виноваты шлаки. Если у ребенка случился насморк, значит, ему надо не капли капать, а носоглотку от слизи промывать. Если у молодого человека начался геморрой, то ему срочно надо чистить сосуды, а не мазью натираться. Ну а если старика замучил варикоз, то лечить эту болезнь нужно обязательно, но одновременно проведя щадящее очищение сосудов. Чем старше мы становимся, тем труднее поддаются лечению наши заболевания. А все потому, что именно шлаки держат наши болезни и не отпускают их.

В нормальном состоянии очищение организма (детоксикация) происходит через почки, печень, кишечник, кожу, легкие, бронхи и железы внутренней секреции. Но если один из этих органов болен или плохо справляется со своей нагрузкой, то организм ищет другие пути освобождения от токсинов. Например, выделяет их через кожу. В результате появляется токсико-аллергическая сыпь. Пока это лишь временное явление, свидетельствующее о том, что печень не справляется с повышенным количеством вредных веществ, поступающих в организм. Однако данное явление может перерасти в болезнь, если наш организм будет поставлен в условия повышенной нагрузки при переработке шлаков и токсинов. Любое заболевание свидетельствует о том, что организм зашлакован.

Что же делать, лечиться или очищаться?

Если вы уже заболели, то лечиться надо обязательно, но вместе с очищением. На практике давно доказано, что эффективность лечения гораздо выше и эффект достигается быстрее, если больной совместно с лечением основного заболевания проводит очистку организма. Очищение организма позволяет даже снижать дозы препаратов и заменять их менее сильнодействующими, то есть более щадящими для организма.

При всех хронических вялотекущих процессах очистка просто необходима. Иногда только очистка с последующим назначением фототерапии и гомеопатических препаратов способна заменить многие виды лечения. Практически невозможно вылечить без очистки аллергии, кожные болезни, болезни иммунной системы, которые в настоящее время распространяются с необыкновенной скоростью. Очистка необходима при заболеваниях сердца и сосудов, болезнях легких, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта, печени и желчного пузыря, почек и мочевого пузыря, поджелудочной железы, желез внутренней секреции, при гинекологических заболеваниях, импотенции и фригидности и многих других.

Но возможен такой вариант. Вы нашли у себя множество симптомов зашлакованности, в том числе таких, как повышенное давление, рвота, тошнота. Но к врачу идти не хотите, а начинаете очищение, причем тоже не согласованное с врачом. Быстро ли вы достигнете желаемого результата? Думаю, нет. Скорее, наоборот, вы получите результат, совершенно противоположный ожидаемому, потому что при серьезном нарушении работы внутренних органов, например при гастрите или язве (о которых могут свидетельствовать тошнота и рвота), при гипертонии (высокое давление), проводить очищение сосудов нужно только после снятия острых симптомов болезни. Иногда при повышенном до определенных значений давлении (до 180 – верхнее) можно рекомендовать мягкое очищение травами, но при этом помните: всегда в первую очередь нужно обратиться к врачу. А вдруг у вас предынфарктное состояние, а вы собираетесь очищаться? Или язва желудка такой глубины, что слизистая вот-вот прорвется и начнется прободение с кровотечением? Чистка только усугубит этот процесс.

Поэтому при болезненных симптомах, которые свидетельствуют о серьезном заболевании, сначала обследуйтесь и начните назначенное врачом лечение. А уж потом (либо параллельно с лечением, если ваше состояние стабилизируется) начинайте очищение.

В других случаях, когда сильной опасности для здоровья нет или вы уже знаете о своих хронических болячках, спокойно начинайте очищение, следуя любой из выбранных вами методик. Причем желательно все-таки согласовать этот вид очищения сосудов с врачом. Например, возьмем фитотерапию. Не все травы одинаково хорошо переносят сердечники. Гипотоникам я рекомендую для очищения один фитосбор, гипертоникам – другой. Ведь вместе с очищением вы получаете дополнительный терапевтический эффект. Поэтому внимательно читайте аннотации к рецептам. И относитесь бережно к своему здоровью.

Глава 1

Роль сосудов в организме

Трудно выделить в организме самый важный орган, а вот самый длинный – легко. Это сосуды. Они имеют протяженность более 1000 метров. Но главное – именно сосуды связывают все органы нашего тела с сердцем – жизненным мотором. Сосуды пронизывают все наше тело вдоль и поперек, разнося вместе с кровью питание всем органам и системам. Но сосуды тоже страдают от токсинов и шлаков, которые мешают им выполнять жизненно важную функцию. Впрочем, обо всем по порядку.

Как работает сердце

Сердце – это мышечный насос, который обеспечивает непрерывное движение крови по сосудам, снабжая кровью все органы. Ни печень, ни почки, ни желудок, ни легкие, ни другие органы не будут работать без этого питания. Значит, сердце – это центральное звено организма. А сердечно-сосудистая система – центральная система, которая функционирует бесперебойно и четко, как часы. Любое нарушение в этом движении крови по сосудам является сердечно-сосудистым заболеванием.

Сердце состоит из двух половинок: правой и левой. В правой половине сердца находится правое предсердие и правый желудочек. В левой половине – левое предсердие и левый желудочек. Каждая половина сердца обеспечивает свой круг кровообращения, и для того чтобы кровь не смешивалась, обе половинки разделены перегородкой.

У предсердий и желудочков разные функции. Когда кровь поступает в сердце, то она сначала попадает в предсердия и там накапливается. Когда объем этой крови становится достаточным, она проталкивается в желудочки. А желудочки уже проталкивают кровь в артерии, по которым она движется по всему организму. У желудочков самая высокая нагрузка, поэтому они снабжены более толстым мышечным слоем, чем предсердия.

Предсердия и желудочки с каждой стороны сердца соединяются предсердно-желудочковым отверстием. Кровь через сердце движется только в одном направлении. По большому кругу кровообращения – из левой части сердца (левого предсердия и левого желудочка) в правую, по малому – из правой в левую. Правильное направление обеспечивает клапанный аппарат сердца, который состоит из четырех клапанов: трехстворчатого, легочного, митрального и аортального. Они открываются в нужный момент и закрываются, препятствуя кровотоку в обратном направлении.

В среднем сердце перекачивает 5-6 литров крови в минуту. А если человек активно движется, работает или занимается спортом, то этот объем увеличивается. Во время отдыха он уменьшается.

Сердечный ритм очень четкий, он состоит из циклов. Каждый цикл длится всего 0,8 секунд и представляет собой три фазы. Первая фаза: сокращаются предсердия – на это уходит всего 0,1 секунды. Затем наступает вторая фаза: сокращаются желудочки – еще 0,3 секунды. После этого сердце расслабляется в течение 0,4 секунд. И вновь повторяется все сначала. Сокращаясь, желудочки и предсердия, подобно насосу, создают давление и нагнетают кровь в кровеносные сосуды, а затем гонят ее по всей системе кровообращения.

Сердце покрыто тонкой и плотной оболочкой, образующей замкнутый мешок – околосердечную сумку. Между сердцем и околосердечной сумкой находится жидкость, увлажняющая сердце и снижающая трение при его сокращениях.

Сердце функционирует автоматически и постоянно. За счет чего же происходят сердечные сокращения? Это работает сердечная мышца, которая называется миокардом. А ее, в свою очередь, запускает электрический импульс, который возникает в верхней части правого предсердия в особом узле и распространяется по всей проводящей системе сердца, достигая каждого мышечного волокна.

Сердце весит около 300 граммов, у спортсменов размеры сердца больше, чем у тех, кто спортом не занимается.

Какие бывают сосуды

Сердечно-сосудистая система состоит не только из сердца и кровеносных сосудов. В ее состав также входит лимфатическая система сосудов. Кровеносные сосуды – это артерии, капилляры и вены. Артерии – самые крупные и важные сосуды. Именно они несут кровь от сердца к тканям. Артерии похожи на толстые стволы деревьев, которые переходят в ветки – вены, а те – в систему тончайших сосуликов-капилляров. Мелкие вены постепенно сливаются между собой и превращаются в крупные. По крупным венам кровь возвращается к сердцу.

Сосуды постоянно несут кровь, насыщенную полезными веществами. Они выполняют транспортную функцию, не только доставляя к тканям питательные вещества, гормоны, ферменты и кислород, но и унося обратно продукты обмена и углекислый газ. При засорении сосудов в них застревает весь непереработанный «мусор» – лишние жиры, канцерогены, токсины и т. д. Однако перейдем к конкретной работе сосудов, которые представляют собой целую систему кровообращения.

Система кровообращения

Система кровообращения замкнутая. В центре системы находится сердце, откуда берут начало большой и малый круги кровообращения.

Большой круг кровообращения обеспечивает приток крови ко всем органам, и от них, обратно в сердце, поэтому он называется телесным. Это происходит так. Большой круг кровообращения начинается самым крупным артериальным сосудом – аортой, который выходит из левого желудочка. Оттуда кровь движется сначала по аорте, затем по крупным и мелким артериям, артериолам, капиллярам. В капиллярах кровь отдает кислород и другие необходимые организму вещества в органы и ткани, а оттуда забирает углекислый газ и продукты обмена. После этого кровь из артериальной превращается в венозную и вновь начинает движение к сердцу: сначала по венам, затем по более мелким и крупным венам. Эта кровь уже бедна кислородом и богата углекислым газом. Через нижнюю и верхнюю полые вены кровь снова попадает в сердце, только уже в правое предсердие. На этом заканчивается большой круг кровообращения. Кровь совершает полный кругооборот всего за одну минуту.

Малый круг кровообращения обеспечивает движение венозной крови из правого желудочка сердца в систему легочных капилляров, где она отдает углекислый газ и насыщается кислородом, превращаясь из венозной в артериальную. От легких обогащенная кислородом кровь возвращается в сердце, в его левое предсердие.

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.