

# **ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА ГЛАЗАМИ МАТЕРИ**

**МОЙ ШВЕДСКО-  
СИБИРСКИЙ ОПЫТ**

**АЛЕКСАНДРА АНДЕРССОН**

**НОВОЕ ИЗДАНИЕ 2024**

Александра Андерссон

**Здоровье ребенка глазами матери.  
Мой шведско-сибирский опыт**

«Автор»

2022

**Андерссон А.**

Здоровье ребенка глазами матери. Мой шведско-сибирский опыт /  
А. Андерссон — «Автор», 2022

ISBN 978-5-532-91927-3

Три здоровых беременности, суммарно шесть лет кормления грудью, воспитание жизнерадостных и крепких как тюленей детей - все это подтолкнуло меня написать эту книгу, поделиться как своими ошибками, так и наработками. Надеюсь, что мой шведско-сибирский опыт предоставит читателям некоторые шорткаты (короткие пути) к максимально успешному родительству! Без "воды" и неоднозначных утверждений, информация основана на фактах и научных утверждениях, официальных рекомендациях здравоохранения Швеции, натуропатическом подходе к медицине. Надеюсь, книга станет отличным вкладом в здоровье детей. Дополнительную информацию Вы найдете у меня на YouTube: Александра Андерссон.

ISBN 978-5-532-91927-3

© Андерссон А., 2022

© Автор, 2022

## Содержание

Введение	10
Аборт	12
Аллергия	23
Анемия	29
Антибиотики	32
Бабушки/дедушки против!	36
Беременность	39
Конец ознакомительного фрагмента.	44

## **Александра Андерссон**

### **Здоровье ребенка глазами матери.**

### **Мой шведско-сибирский опыт**

*Я не медицинский специалист, а профессионал в области промышленной экономики. Моя карьера связана с продажей оборудования для гидроэлектростанций и разработкой предложений по улучшению газовых турбин. Важно отметить, что я не имею медицинского, психологического или другого специализированного образования, и поэтому не могу предоставлять медицинские консультации, ставить диагнозы или назначать лечение и лекарства. Моя книга представляет собой личный опыт и рассматривает вопросы исключительно с моей точки зрения. Использовать мои рекомендации или нет – решение за вами. Мои советы предоставляются в информационных целях, и я не несу никакой ответственности за ваш выбор и его последствия.*

**Александра Андерссон, Швеция, 2024**

*Порой люди придерживаются глубоких и очень стойких убеждений. Когда они получают доказательства, которые противоречат их убеждению, они не способны принять новые факты. Это вызвало бы у них чувство крайнего неудобства, которое называется когнитивный диссонанс. И поскольку им так важно защитить свое глубокое убеждение, они будут рационализировать, игнорировать и даже отрицать все, что не согласовывается с этим убеждением.*

**Франц Фанон**

*Как врач, вышедший на пенсию, могу вам честно сказать, что ваши шансы дожить до почтенного возраста будут максимальными, если вы станете избегать врачей и больниц, при этом изучая лечебное питание, фитотерапию и другие формы природной медицины. Исключением являются лишь несчастные случаи с тяжкими последствиями. Если у вас есть доступ к услугам врача-натуропата – вам крупно повезло! Потому что практически все фармпрепараты токсичны, и предназначены они лишь для того, чтобы снимать симптомы, а не излечивать кого бы то ни было.*

**Доктор Алан Гринберг**

*Вам не нужно лечение. Температура, воспаление, кашель и т. д. есть процесс исцеления. Просто уйдите с их пути и позвольте им закончить свою работу. Не пытайтесь «помочь»; природа не нуждается в вашей ничтожной помощи – она только просит, чтобы вы прекратили вмешиваться.*

**Натуропат и веган, учёный Герберт Шелтон**









Youtube: <https://www.youtube.com/c/АлександраАндерссон>

Instagram: <https://www.instagram.com/alexandraromanova>

Телеграм: <https://t.me/alexandra1618>

Bastyon: <https://bastyon.com/anderssonalexandra>



Дзен: <https://zen.yandex.ru/alexandraandersson>

Rumble: <https://rumble.com/user/AlexandraAndersson>

Patreon: <https://www.patreon.com/alexandravegan>

PayPal: [alexandraanderson1222@gmail.com](mailto:alexandraanderson1222@gmail.com)

Tinkoff: <https://www.tinkoff.ru/rm/andersson.aleksandra1/07soP65685/>

ЮMoney: 410014303975429

Моя бесплатная книга «Веган для новичков»: <https://inlnk.ru/MjJRon>

## Введение

Количество здоровых детей в России не превышает 12 %<sup>1</sup>. В Швеции более чем каждый четвертый ребенок в возрасте от трех до пятнадцати лет страдает аллергией или другим хроническим заболеванием или регулярно принимает лекарства<sup>2</sup> – хотя это устаревшая статистика 2007 года, единственная такого плана, которую я смогла найти. Скорее поверю в то, что каждый четвертый ребенок в Швеции здоров – по-крайней мере это та картина, которую я наблюдаю здесь в реальной жизни, и это в лучшем случае. К примеру, диагнозов синдрома дефицита внимания и гиперактивности сегодня на 600 % больше, чем 15 лет назад. 27 ноября 2023-го крупнейшая шведская газета Dagens Nyheter написала о том, что “в некоторых регионах страны каждый десятый школьник теперь получает наркотические препараты от СДВГ.”<sup>3</sup> Сегодня примерно каждый третий школьник в Швеции страдает той или иной формой аллергии.<sup>4</sup> 54 % молодых людей в США хронически больны.<sup>5</sup> Короче, медицинская наука так прогрессирует, что вскоре здорового ребёнка днем с огнём не сыщешь. Он в принципе уже сейчас стал уникалом, натуральной контрольной группой в случайном исследовании, проводить которое истеблишмент не только не хочет, но и всеми силами пытается убрать из уравнения людей, не подвергшихся лечебному воздействию спасительной медицины. В общем, если вы следуете сегодняшним врачебным рекомендациям и придерживаетесь стандартного образа жизни, риск того, что ребенок будет больным в школьном возрасте, составит по меньшей мере 88 % для России. Если применить один из основных правовых принципов – незнание закона не освобождает от ответственности – к воспитанию детей, то непонимание опасности современных медицинских рекомендаций и вообще любых других советов насчет детского здоровья не оправдывает родителей, чьи дети болеют. Поэтому я не прислушиваюсь к медицинским советам от людей с медицинским образованием. Медицинская степень – это лицензия на продажу токсичных лекарств. Прописываемые лекарства крайне вредны для здоровья. Желаете, чтобы ваши дети росли здоровыми? Я предлагаю полагаться на собственный здравый смысл и интуицию. Если вы не волнуетесь из-за тревожной статистики в области детского здоровья, то, возможно, либо не внимательны, либо не обладаете необходимой информацией, которую я и предоставляю в своей книге. В основном она написана в русле “Как не дать доктору убить вашего ребёнка”, – в таком уж мире мы сейчас живем. Но не переживайте, затронута и позитивная сторона, не вечно же жить с позиции обороны!

Вопреки модным в наше время феминистским взглядам, воспитание крепких деток является первоочередной задачей матери. Так же, как родитель подходит к поиску подходящей коляски, следовало бы относиться и к любой другой сфере: питанию, разностороннему развитию, закаливанию, степени медицинского вмешательства со стороны. Да, это означает полное погружение в узкопрофильные темы, которые с таким рвением принято скидывать со своих плеч. Прошли те дни, когда вы могли слепо следовать рекомендациям своего врача или рассчитывать на то, что общественное здравоохранение или какое-то государственное учреждение поставит ваши интересы на первое место. В том, что касается наших детей, мы обязаны постоянно оставаться на передовой, чтобы принимать наилучшие решения. Мой родительский долг – всё исследовать и подвергать сомнению ради моих детей; не доверять слепо. Врачи мне

---

<sup>1</sup> Роспотребнадзор назвал число абсолютно здоровых детей в России. <https://ria.ru/20170913/1504653450.html>

<sup>2</sup> Здоровье детей, Шведское статистическое бюро. <https://goo.su/C0smtx>

<sup>3</sup> Есть ли в Швеции эпидемия СДВГ? <https://www.dn.se/sverige/fakta-i-fragan-har-vi-en-adhd-epidemi-i-sverige/>

<sup>4</sup> Ассоциация астмы и аллергии Швеции. <https://astmaoallergiforbundet.se/information-rad/skola-och-forskola/#:~:text=I dag har ungefär var,saknar ett generellt, förebyggande allergiarbete>

<sup>5</sup> Защита здоровья детей, США. <https://childrenshealthdefense.org/follow-the-science/54-of-us-youth-are-chronically-ill/>

не авторитет, учителя мне не авторитет, правительство мне не авторитет. У вида с повально больным потомством просто нет другого выхода, кроме как повернуться на 180 градусов и забрать ответственность за своих детей обратно. А поскольку в нашем обществе принято все усложнять, то такой диаметрально противоположный подход приведет к упрощению, несмотря на вновь приобретенную ответственность. Все говорят "больше, больше, больше", а моя книга о "меньше, меньше, меньше". Я не пишу это свысока, не пытаюсь напугать – я и сама наделала ошибок. Моя цель – поддержать родителей, успокоить, помочь осознать собственные силы. Чем больше мы берем на себя, тем мы удачливее! В наше время воспитание здоровых детей стало высшей мерой бунта в рамках больного и неблагополучного общества.

Текст структурирован по темам в алфавитном порядке. Рекламы продуктов и книг здесь нет, я просто упоминаю понравившиеся материалы/препараты. Источники и ссылки зачастую иностранные: при надобности рекомендую включить параметр «Предлагать перевод страниц, если их язык отличается от используемого в браузере», а также VPN, поскольку ссылки на некоторые сайты из России не откроются. В совершенстве владея четырьмя языками, я изучила сотни научных работ и статей авторов из разных стран. Я также использовала свой опыт воспитания троих детей. Надеюсь, изложение моего мнения в книге получилось строгим и одновременно непринужденным, основанным на четких фактах и в то же время с позиции эмоциональной, родительской. Изначально написанная в 2022 году, эта электронная книга быстро стала бест- и топселлером на платформе Литрес. В 2024 году я выпустила обновленное и значительно расширенное издание книги, актуализированное под последние события и научные данные. Призываю всех читателей делиться этой книгой с целью увеличения количества здоровых детей. Ваша поддержка и распространение этой информации могут помочь вытащить нас всех из лжемедицинских зыбучих песков и способствовать более здоровому и информированному обществу. Давайте работать вместе для того, чтобы сделать мир более ясным и безопасным для нас и наших детей. Несколько раз в год я заказываю сотни флаеров на разные актуальные темы, такие как опасность 5G и прививок, про пролайф и веганство. Распространяю их на работе, а также дети помогают разложить их в почтовые ящики соседей и в школе. Примитивно, но действенно!

## Аборт

*ТОТ ДЕНЬ, КОГДА ЛЮДИ ПЕРЕСТАНУТ БОЯТЬСЯ И  
СТОРОНИТЬСЯ АБОРТОВ, СТАНЕТ САМЫМ СТРАШНЫМ ДНЕМ ДЛЯ  
ВСЕГО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА.*

**ИТАЛЬЯНСКИЙ СВЯТОЙ ПАДРЕ ПИО**

*Я ЗАМЕТИЛ, ЧТО ВСЕ СТОРОННИКИ АБОРТОВ – ЭТО ЛЮДИ,  
КОТОРЫЕ УЖЕ УСПЕЛИ РОДИТЬСЯ.*

**РОНАЛЬД РЕЙГАН**

*ЖИЗНЬ СТОИТ ДЁШЕВО, И АБОРТ ДЕЛАЕТ ЕЁ ЕЩЕ ДЕШЕВЛЕ.*

**СТИВЕН КИНГ**

*АБОРТЫ И РАСИЗМ ЯВЛЯЮТСЯ СИМПТОМАМИ  
ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ОШИБКИ. ОШИБКА  
СОСТОИТ В ТОМ, ЧТО МЫ ДУМАЕМ, ЧТО КОГДА КТО-ТО СТОИТ НА  
ПУТИ НАШИХ ЖЕЛАНИЙ, МЫ МОЖЕМ ОПРАВДАТЬ ИСКЛЮЧЕНИЕ  
ЭТОГО ЧЕЛОВЕКА ИЗ НАШЕЙ ЖИЗНИ. АБОРТ И РАСИЗМ ИМЕЮТ  
ОДИН И ТОТ ЖЕ ЯДОВИТЫЙ КОРЕНЬ – ЭГОИЗМ.*

**ПЛЕМЯННИЦА МАРТИНА ЛЮТЕРА КИНГА, АЛЬВЕДА КИНГ**

Каждый год в мире проводится порядка 73 миллионов абортов. Для сравнения, смертей детей до пяти лет ежегодно 5 миллионов. Таким образом, целенаправленно убито в 15 раз больше детей, и их смерти по другим причинам стоят в сторонке по сравнению с киллером № 1. В Российской Федерации ежегодно совершается более 550 тысяч абортов<sup>6</sup> (речь именно об искусственном прерывании беременностей<sup>7</sup>, а не самопроизвольном, а то некоторые пытаются замутить воду, что якобы здесь включены и выкидыши), а рождается примерно полтора миллиона детей. То есть каждого четвертого ребёнка в России убьют в 2024-ом году. Именно СССР стал первой в мировой истории страной, легализовавшей аборты в 1920 году. Меня это не удивляет, ведь аборты являются частью «великой перезагрузки» (всемирного коммунизма), направленной на контроль над населением; их рьяно спонсируют миллиардеры, такие как Уоррен Баффетт<sup>8</sup>. За всю свою историю в Советском Союзе было зарегистрировано более 200 миллионов абортов.<sup>9</sup> Как правильно подметил священнослужитель грузинской православной церкви Рафаил Архимандрит, «Жертв от этой невидимой войны больше, чем от всех войн вместе взятых, от всех убийств и казней родители, решившиеся на убийство своего ребенка уже внесли в свой генетический фонд предрасположение к убийству, которое отяготит психику будущих детей, а иногда душевное свойство передается не прямо, а через поколение.» Думаю, эта практика убийства нерожденных детей – худшее преступление в истории моей страны. Как это вообще увязывается с тем, что большинство россиян – христиане, чья религия осуждает аборты как тяжкий грех? Хотя необязательно быть христианином, который верит, что душа человека возникает в момент зачатия, чтобы не убивать крошечных людей, – пролайф<sup>10</sup> и защита чело-

---

<sup>6</sup> Статистика абортов. [https://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_countries\\_by\\_abortion\\_statistics](https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_countries_by_abortion_statistics)

<sup>7</sup> В 2020 зафиксировали 553 000 случаев искусственного прерывания беременности. <https://journal.tinkoff.ru/abortion-stat/#:~:text=Официальных данных за 2021 и, делают около 400 000 абортов.>

<sup>8</sup> Большие деньги, стоящие за активизмом в отношении абортов. <https://www.theamericanconservative.com/296529/>

<sup>9</sup> Сводная информация о зарегистрированных и предполагаемых абортах в мире по декабрь 2018 г. <https://www.johnstonsarchive.net/policy/abortion/wrjp3318.html>

<sup>10</sup> Пролайф = антиабортное движение = движение «за жизнь» = противоположность прочойсу.

веческой жизни могут быть строго научными. С точки зрения современной генетики и эмбриологии жизнь человека как биологического индивидуума начинается с момента слияния ядер мужской и женской половых клеток и образования единого ядра, содержащего неповторимый генетический материал. В этот момент определяется, какими у конкретного человека будут группа крови, цвет волос и глаз. Именно с этого момента человек имеет право на жизнь. (А если вы не верите биологам, давайте руководствоваться сердцем: если человека констатируют мертвым, когда его сердце останавливается, почему его не констатируют живым, когда оно начинает биться? С конца 5 недели беременности у эмбриона начинает биться сердце...)

Кто дал нам право закончить эту жизнь? Задача здравоохранения состоит в том, чтобы лечить, а не убивать, в соответствии с 2400-летней клятвой Гиппократата, которая руководствуется принципом «прежде всего не навреди». Как может общество решить, что менее сформировавшийся человек заслуживает меньшей защиты? Заслуживает ли двухлетний ребенок меньшей защиты, чем подросток? Во многих странах законодательно нет различия между плодом и ребенком, его просто называют «нерожденным» (например, в Чили, Гондурасе, Перу, Бразилии, Филиппинах и др.). Венгрия и Словакия тоже предоставляют плоду конституционное право на жизнь. Конституция Норвегии предоставляет нерожденным королевским детям право наследования престола. Термины «плод», «малыш» и «подросток» просто соответствуют различным этапам человеческой жизни. Плод на латинском *fetus* означает «потомство».

Часто слышу от женщин что-то вроде: «До 12 недель должны быть разрешены аборт по желанию. Нельзя решать за женщину, что ей делать со своим телом». Так если женщина считает ребёнка своим телом, вопреки основам биологии и тому факту, что если бы не плацента, иммунная система идентифицировала бы ребёнка как чужеродного и избавилась от него, то почему она против аборта позже 12 недель? (В какой-то степени большинство выступает именно против аборт, так как очень немногие считают, что аборт должны быть разрешены вплоть до родов...) До этого срока ребенок – ее тело, а после какого-то количества недель – отдельный человек? Собственное тело, безусловно, является личной ответственностью женщины. Но тело внутри нее – не ее. Это тело другого человека. И этот крошечный человек имеет полное право посмотреть, куда приведет его жизнь. Ни один врач не может верить в то, что эмбрион является частью тела матери. Никакая часть тела не может иметь независимую кровеносную систему, кровь которой не смешивается с кровью матери и бывает иногда совсем другой группы. Если бы с точки зрения эмбриологии и существовала какая-либо неопределенность в этом вопросе и мы не были бы уверены, о ребенке речь или о комке с клетками, разве не стоило бы даже тогда встать на сторону предосторожности?.. Но в этом вопросе никакой неясности нет: у матери нет двух сердец, четырех рук и четырех ног. Так что нет, ваш ребенок не ваше тело. Аборт не дает женщине права решать, когда она станет матерью. Она мать с того самого момента, когда ее ребенок зачат. Аборт не стирает ее материнство; он только обрывает жизнь ее ребёнка.

Мы все знаем кого-то, кто сделал аборт. Возможно, такое решение вызвано отсутствием любви и семейного благополучия, поэтому наша задача как пролайферов – поддержать женщин. Когда девушка только узнает о том, что беременна, когда она напугана до смерти и не знает, что делать, аборт может показаться легким выходом из положения. Индустрия абортов охотится на таких женщин: «Смотрите, мы поможем вам с этим справиться!» Но в реальности аборт никогда ничего не решает. Девушки, которые избрали «легкий путь» и обратились в клинику для абортов, годами несут тяжесть в сердце. Поэтому наша задача – уберечь их от этой хищнической промышленности. Объяснить, что «выбор» на самом деле является эвфемизмом, обозначающим убийство 73 миллионов младенцев каждый год. Что их обманывают, заставляя поверить, что без этого «выбора» их стремления и достижения невозможны.

В России аборты включены в обязательную медицинскую страховку, в год на это уходит четыре миллиарда рублей из бюджета. Эти деньги можно было бы направить на поддержку



женщин и детей. Почему так много женщин за аборты? Потому что в противном случае им пришлось бы признать, что они убили своего ребёнка, забрали жизнь у своего собственного малыша. Это тяжкая ноша, ведь нет ничего сильнее материнской любви, женщина нутром чувствует, что идет против природы, поэтому легче отрицать жизнь в неродившемся человеке. Но подобное отрицание лишь маскирует черствость большинства современных женщин. Да, некоторые действительно становятся жертвами обстоятельств, но все больше девушек – не знаю, под влиянием ли какого-то демонического оцепенения – *радуются* аборту собственных детей. Мы нормализовали аборты, женщины их так часто делают, как именно это влияет на их душу? Каково осознавать, что ты убила так много собственных детей? 5–6–12 раз? Уверена, это что-то искажает в их душе и сознании.

*Существуют ли исключения, оправдывающие аборт?*

Когда дело доходит до аборта, меня не волнуют ситуации «что если». Важно то, что каждый ребенок заслуживает права на жизнь. Место смерти человека не делает внезапно преступление не убийством. Убийство совершается, когда ребёнка убивают в утробе матери. Аборт – это всегда неправильно, потому что жизнь всегда священна.

### **Если жизнь беременной в опасности?**

Декларация, принятая на Международном симпозиуме по охране материнского здоровья в Дублине в сентябре 2012 года, провозгласила, что аборт не является с медицинской точки зрения необходимым для спасения жизни женщины: «Как опытные практики и исследователи в области акушерства и гинекологии, мы утверждаем, что прямой аборт – преднамеренное лишение нерожденного ребёнка жизни – не является с медицинской точки зрения необходимым для спасения жизни женщины. Мы заявляем, что существует основополагающее различие между абортом и необходимым лечением, осуществляемым ради спасения жизни матери, даже если такое лечение приводит к гибели ее нерожденного ребёнка». Декларацию подписали более 1 000 врачей из разных стран, в том числе из России; среди подписантов – 245 акушеров-гинекологов, 82 профессора<sup>11</sup>. После аборта в 3,5 раза повышается риск преждевременной смерти от разных причин<sup>12</sup>, примерно 45 % абортов являются небезопасными сами по себе<sup>13</sup>, – о какой заботе о женщинах вообще речь?

Эверетт Куп, бывший генеральный хирург США, утверждал, что за 38 лет работы детским хирургом он никогда не был свидетелем случая аборта ради спасения жизни женщины. При внематочной беременности ребенок растет вне матки и не выживает. Затем требуется операция по удалению нерожденного ребёнка, чтобы спасти жизнь матери. Это не считается абортом. Направленное на спасение жизни беременной женщины лечение рака, в результате которого ребенок может не выжить, нельзя назвать абортом, потому что цель не в том, чтобы его убить. Это вторичный эффект лечения, направленного на спасение жизни женщины. Есть и такие женщины, которые, несмотря на лечение рака во время беременности, родили здоровых детей. Важно помнить, что подавляющее большинство абортов делается не по причинам спасения жизни женщины. Если в конце беременности возникают осложнения, экстренное родоразрешение или кесарево сечение могут в лучшем случае спасти обе жизни. Когда две жизни под угрозой, а спасти можно только одну, доктор всегда должен спасти эту жизнь. Как правило, это мать. До того как были введены бесплатные аборты, они были законными для спасения жизни матери и оставались бы законными, если бы аборты были запрещены. Там, где действуют ограничительные законы об абортах, право матери на жизнь никогда не игнориру-

---

<sup>11</sup> Дублинская декларация об охране материнского здоровья. <https://inlnk.ru/agmEY2>

<sup>12</sup> Общероссийское общественное движение «За жизнь». <https://rusprolife.ru/promomaterialyi/>

<sup>13</sup> ВОЗ об абортах. <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/abortion>

ется. Вопреки тому, что утверждают некоторые сторонники абортов, нет никакого риска того, что женщины, жизнь которых находится в опасности, не получают лечения, даже в трагической ситуации, когда такое лечение может привести к смерти нерожденного ребёнка<sup>14</sup>.

Одно из самых женоненавистнических утверждений, которые я когда-либо читала, заключается в том, что беременность как таковая опасна для женщин. Звучит примерно так: «Преэклампсии не было бы, если бы беременность была безопасной». Это все равно, что сказать: «Рак матки не возник бы, если бы матка была безопасной». Тот факт, что возникают осложнения, не делает здоровую биологию женщины опасной больше, чем наличие рака делает опасным наличие простаты, мозга, матки, груди или любой другой части тела.

### **Если беременность наступила в результате изнасилования?**

Женщине, пережившей сексуальное насилие, необходимо предоставить максимальную поддержку, помощь и защиту. По отношению к тем, кто пережил травму или трудности, следует проявить сострадание и сочувствие. Не следует использовать изнасилованных в качестве продвижения уничтожения невинной жизни в утробе матери. Каким образом убийство невинного третьего лица является сострадательным по отношению к женщине? Исцелит ли акт аборта и отменит ли уже совершенное насилие? Можно ли убить уже подросткового ребёнка, зачатого в насилии? Нет, конечно, он тут ни при чем, как и еще не родившийся малыш. Более того, аборт не исцелит самих жертв сексуального насилия. Вместо этого он добавляет еще больше насилия по отношению к невинному существу. Аборт после изнасилования – это двойное насилие. Нельзя исправить жестокость изнасилования жестокостью аборта. К тому же уровень самоубийств среди тех, кто сделал аборт, в шесть раз выше, чем у тех, кто родил<sup>15</sup>. Разве не следовало бы феминистским организациям направить все усилия на искоренение самих изнасилований, а не их результата? Проблема – это насильники, а не дети. Нет смертной казни для насильников, но их детей положено убить? Единственный, кому аборт на руку, – это насильник, и я не уверена, что это тот человек, по отношению к которому мы хотим проявить сострадание.

Есть люди, которые появились на свет в результате изнасилования. Они имеют право на жизнь, радуются ей и гордятся своими матерями, потому что те не сделали аборт. Один из самых известных примеров – американский юрист Ребекка Кисслинг, основавшая собственную организацию по защите жизни<sup>16</sup>. Она была зачата при изнасиловании, но считает, что так же достойна жизни, как и любой другой человек: «Пожалуйста, поймите, что всякий раз, когда вы делаете исключение для случаев изнасилования, вы на самом деле стоите передо мной, смотрите мне в глаза и говорите мне: “Я думаю, что твоя мать должна была сделать аборт”. Это все равно что сказать: “Если бы было по-моему, вы бы сейчас были мертвы”. Некоторые при этом говорят: “Ничего личного!” Ну, это влияет на меня – лично». У Ребекки сейчас пятеро детей – свои и приемные. В фильме на YouTube с русскими субтитрами «Зачатие изнасилованием и другие исключения» Кисслинг подробно раскрывает свое мнение, там представлены и другие подобные случаи<sup>17</sup>. Чтобы судить о таких «исключениях», необходимо ознакомиться с позицией тех, кто был в этой ситуации.

Или, допустим, вы узнали о том, что ваш близкий друг появился на свет в результате изнасилования. Это не повлияло бы на ваше отношение к нему, его человеческая ценность осталась бы прежней, не так ли? Хватит использовать жертв изнасилования в качестве аргумен-

---

<sup>14</sup> Шведская некоммерческая организация «Человеческое достоинство». <https://manniskovar.de/se/amnen/abort/vanligaste-fragorna-om-abortion/>

<sup>15</sup> О чем не предупреждает Минздрав. <http://www.odnako.org/blogs/o-chem-ne-preduprezhdaet-minzdrav/>

<sup>16</sup> <https://twitter.com/rebeccakiesslin>

<sup>17</sup> Conceived in Rape & Other Exceptions. <https://www.youtube.com/watch?v=IrYOj3iwskk>

тов в пользу аборта. Почему практика абортот как таковая обосновывается на примере одного процента женщин, прибегших к аборту потому, что они забеременели в результате изнасилования<sup>18</sup>? Когда кто-то говорит: «А как насчет абортов в случае изнасилования?» – спросите их, не возражают ли они против 97 % абортов, которые делаются из соображений удобства. Когда они ответят нет, потребуйте, чтобы они перестали использовать травму жертв сексуального насилия для оправдания своего экстремизма. Стыдно, что кто-то прикрывается пострадавшей девушкой, аргументируя желание убить ребёнка, это две совершенно разные темы! Независимо от проблемы убийство невинного ребёнка не решит ее. Женщина сильнее этого. Не надо говорить ей, что она должна избавиться от ребёнка, чтобы лучше себя чувствовать. Аборт – значит, женщину изнасиловали и она мама убитого ребёнка в придачу. Это всего лишь соль на рану. Женщины не должны соглашаться на аборт, чтобы забыть насилие. Их дети помогут им преодолеть эту боль.

### **Если ребенку в утробе ставится сложный пренатальный диагноз и он, вероятно, умрет при рождении или станет инвалидом?**

Если нерожденный ребенок умрет вскоре после появления на свет (по сравнению со многими из нас, кто умрет спустя десятилетия после рождения), мы, живущие дольше, не имеем права лишать жизни тех, кто живет меньше. Младенцы с неизлечимыми диагнозами могут быть доставлены в перинатальный хоспис<sup>19</sup>, там им создадут максимально комфортные условия жизни, они будут любимы, семья сможет прощаться с ребенком до его смерти. Убивать детей до рождения не сострадательно и не необходимо.

А по поводу диагнозов страшных болезней: во-первых, сколько их возникло в результате ятрогенных факторов (то есть было вызвано предыдущим медицинским вмешательством)? Во-вторых, дети-инвалиды тоже имеют право на жизнь, могут испытывать радость и доставлять ее своим родителям, добиваться успехов и жить полной и значимой жизнью. Я не верю, что аборт детей с каким-либо диагнозом должен быть «выбором» женщин по той же причине, по которой я не верю, что убийство детей-инвалидов должно быть законным. Меня шокируют те, кто считает гуманным аборттировать детей с особыми потребностями – они так же ценны, любимы и достойны, как и все остальные. В-третьих, не заинтересованы ли в некоторых случаях сами врачи в абортивном «материале»? В-четвертых, сколько женщин с якобы патологиями плода в итоге родили здоровых малышей?

- «Врачи вынуждали сделать аборт из-за пренатального диагноза, родители отказались, и их дочь родилась здоровой»<sup>20</sup>.
- «Больница неудачно сделала аборт, чтобы убить больного близнеца, вместо этого убивает здорового»<sup>21</sup>.
- «Врачи посоветовали маме “убрать” ее “мертвого” ребёнка, он родился здоровым»<sup>22</sup>.
- «Матери посоветовали аборттировать ребёнка в 20 недель из-за опасений, что он “будет парализован и потеряет качество жизни”, она рождает здорового сына»<sup>23</sup>.

---

<sup>18</sup> Причины, по которым женщины в США делают аборты. <https://inlnk.ru/voymD0>

<sup>19</sup> Служба перинатальной паллиативной помощи в Москве. <https://mayak.help/perinatal/>

<sup>20</sup> <https://www.liveaction.org/news/prenatal-diagnosis-pressure-abortion-born-healthy/>

<sup>21</sup> <https://www.liveaction.org/news/botched-abortion-sick-healthy-twin/>

<sup>22</sup> <https://www.lifenews.com/2015/05/29/doctors-advised-mom-to-remove-her-dead-unborn-baby-she-born-healthy/>

<sup>23</sup> <https://www.preciouslife.com/news/218/mother-told-to-abort-her-baby-at-20-weeks-over-fears-he-would-be-paralysed-and-have-no-quality-of-life-gives-birth-a-healthy-son/>

Кстати, замершая беременность – это не плановый аборт, пропущенный выкидыш, – ребенок мертв. А вот когда он жив, то уже с первого триместра воспринимает боль, на это указывают нейробиологические данные. Этот вывод основан на следующих данных: нервные пути для восприятия боли через корковую субпластину присутствуют уже на 12 неделе беременности, а через таламус – уже на 7–8 неделе беременности<sup>24</sup>. Меня корежит, когда эти понятия смешивают: аборт называют «искусственным выкидышем», а выкидыш – «самопроизвольным абортом». Выкидыш является абортом ровно настолько, насколько аневризма головного мозга является выстрелом в голову.

**Некоторые утверждают, что всегда будут женщины,  
которые выберут аборт, поэтому лучше всего сделать его  
легальным, чтобы он был «безопасным», но так ли это?**

1. Аборт никогда не безопасен для недоношенных детей – он их расчленяет, выскабливает или отравляет до смерти. Безопасного аборта не существует, – если вы не считаете убийство невинного человека «безопасным». В прошлый раз я проверяла, что убивать людей небезопасно. Складывается такое впечатление, что речь о чем-то вроде усыпления собаки. Абортисты (похоже на «оборотисты»), вернитесь в реальность! Из плодного пузыря длиной иглой откачивается 200 мл амниотической жидкости и на ее место вводится гипертонический солевой раствор. Плод умирает от гипернатриемии и дегидратации. Через 24–48 часов производится извлечение плода. В связи с тем, что при таком солевом аборте часто рождаются жизнеспособные дети, этот способ используется врачами реже, чем, например, хирургический аборт, сопровождающийся расчленением плода. Вам следует посмотреть вживую, как проводится аборт, прежде чем вы станете считать себя «сторонником выбора». Посмотрим, насколько вы «за выбор», после того как вы увидите, как расчленяют ребёнка. Такие официальные методы расчленения открыли дверь и для незаконного частичного аборта при рождении. При этом методе ребенок умирает от пореза на шее после того, как тело, за исключением головы, вытаскивают. Мозговое вещество отсасывается до завершения аборта. Некоторые из детей переживают аборт и впоследствии умирают (или их убивают).

2. Даже если бы можно было привести аргумент, что легальный аборт безопаснее для женщины: если аборт обрывает жизнь невинного человека, то неэтично легализовать убийство, чтобы сделать его якобы более безопасным для тех, кто в нем участвует.

3. Аборты, как законные, так и незаконные, сопряжены с риском негативных последствий для здоровья женщины.

• Когда она прерывает беременность, она травмирует себя. В этом нет ничего невинного. Речь идет о жизни, верите ли вы в то, что плод – жизнь, или нет. Вы не можете отрицать, что что-то создано и что это творение физически развивается. Часто травма может уйти в подсознание и никогда не всплывать на поверхность в течение всей жизни женщины. Но это не такое повседневное явление, как утверждают многие сторонники абортов. За это приходится платить психологическую цену. Это может быть чувство отчужденности, возможно, поврежденный материнский инстинкт. Что-то происходит глубоко в сознании женщины, когда она прерывает беременность. *«В психоанализе аборт рассматривается как убийство себя в будущем. Когда человек убивает себя, он прекращает себя в настоящем. А если убивает ребенка – то тем самым убивает себя будущего, так как ребенок – это продолжение нашей жизни тогда,*

<sup>24</sup> Боль плода в первом триместре. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/00243639211059245>

*когда нас уже не будет.*” – по мнению преподавателя-психолога Орловского государственного университета Надежды Есиповой.

- Еще одна тема для дискуссии – связь между абортom и раком молочной железы. То, что деторождение и грудное вскармливание являются защитными факторами против рака молочной железы, известно давно. При этом бездетность и аборты как факторы риска рака игнорируются. Исследователи, продемонстрировавшие негативные последствия абортов, поняли, что такие статьи трудно опубликовать, а когда они появляются в научных журналах, СМИ их часто игнорируют. Оральные контрацептивы, бездетность, рождение первого ребёнка в преклонном возрасте, рождение малого количества детей, отказ от ГВ, высокое потребление алкоголя, курение считаются факторами риска, а аборты – нет. В отчете Индии с соседними странами было установлено, что как аборт, так и выкидыш (но в меньшей степени, поскольку он не такой брутальный, как аборт, и клетки в груди не зависят в гиперактивном состоянии) увеличивают риск рака молочной железы, и он тем выше, чем больше совершается абортов<sup>25</sup>. Интересным примером является Индия, поскольку в последние годы эта страна стала более ориентирована на Запад, и в то же время увеличилось как количество абортов, так и число случаев рака молочной железы. Однако в Индии женщины по-прежнему рожают в более раннем возрасте, чем на Западе, и имеют больше детей, которых дольше кормят грудью. Употребление табака и алкоголя не так распространено, как в западном мире. Кроме того, в Индии гормональные противозачаточные средства не используются в такой степени, как на Западе. Все это в совокупности означает, что других факторов риска рака груди в Индии меньше, и связь между абортom и этим заболеванием легче установить.

- Финское исследование показало, что у некоторых женщин, сделавших аборт, увеличивается склонность к самоубийству. Исследование включало почти 600 000 смертей среди женщин детородного возраста в период с 1987 по 1994 год<sup>26</sup>. Свидетельства о смерти были сопоставлены с национальными медицинскими записями, чтобы получить истории беременности женщин, покончивших с собой. По мнению исследователей, без объединения регистров не было бы получено полной информации, так как только 11 процентов свидетельств о смерти содержали сведения об абортах. Согласно исследованию уровень самоубийств был самым высоким среди женщин, сделавших аборт, по сравнению с теми, у которых случился выкидыш, которые родили или среди женщин в целом. У рожавших женщин уровень самоубийств был самым низким.

- Законные аборты могут убить и женщину. Алёне Диксон из США было всего 24 года. 28 сентября 2022 года, когда большая часть мира отмечала «Всемирный день права на аборт», она умерла от осложнений после медикаментозного аборта. Она была на 8 неделе беременности, аборт был сделан в клинике планирования семьи. Через три дня после медикаментозного аборта Диксон почувствовала сильную боль в животе, и на следующий день она обратилась за помощью в больницу. Там взяли пробы, но Диксон отправили домой без медицинского осмотра и консультации гинеколога. На следующий день у нее началось сильное кровотечение, и она обратилась в отделение неотложной помощи другой больницы. Согласно медицинским записям врача, после этого у нее появились боли в животе, рвота и диарея. У нее было сильное обезвоживание, почечная недостаточность, затрудненное дыхание, сепсис и пульс 150 ударов в минуту. Медицинская бригада попыталась подключить её к аппарату искусственной вентиляции легких и усыпить. Однако во время этого процесса ее вырвало, и ее сердце остановилось. После попыток реанимации она была констатирована мертвой.<sup>27</sup> Диксон не един-

<sup>25</sup> <https://www.conservativewoman.co.uk/the-disturbing-link-between-abortion-and-breast-cancer-part-2/>

<sup>26</sup> Самоубийства после беременности в Финляндии, 1987–1994 годы: исследование связи регистров. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2352979/>

<sup>27</sup> Камала Харрис игнорирует смерть женщины в результате «безопасного и легального» аборта. <https://www.lifenews.com/2023/10/18/kamala-harris-ignores-womans-death-from-safe-legal-abortion/>



ственная, кто умер в результате легального и так называемого безопасного аборта. 32 случая смерти женщин были связаны с таблеткой для прерывания беременности мифепристоном с тех пор, как она была введена в употребление осенью 2000 года, а это означает 1–2 смерти в год в США.<sup>28</sup> Исследование Института Шарлотты Лозье показало, что число женщин, обращающихся за неотложной помощью после аборта, также увеличилось, поскольку медикаментозные аборты стали более распространенными. Согласно тому же исследованию, количество ошибочных кодировок также увеличивается, т. е. женщины, которые обращаются за неотложной помощью по поводу осложнений после аборта, ошибочно кодируются как обратившиеся за помощью в случае выкидыша.<sup>29</sup> Таким образом, данные об осложнениях после аборта занижены. Воистину “это болезненно, опасно, безнравственно и противозаконно”<sup>30</sup>.

4. Количество женщин, умерших от незаконных абортов, сильно завышено теми, кто лоббирует их легализацию, а смерти от узаконенных «безопасных» абортов замалчиваются. К примеру, СМИ часто пишут о том, что «в мире ежегодно умирает примерно 47 000 женщин от последствий небезопасного аборта». (Если вы сомневались – СМИ не на нашей стороне.) Судя по всему, это число взято из отчета ВОЗ за 2012 год, согласно которому в 2008 году в результате небезопасных абортов умерло 47 000 женщин. Это число, в свою очередь, позаимствовано из другого отчета ВОЗ (2011 года), которого нет на веб-сайте организации. В марте 2022 года ВОЗ выпустила новые рекомендации по прерыванию беременности. Там указано, что первоочередной задачей является искоренение небезопасных абортов, 97 % которых происходят в развивающихся странах и среди женщин, находящихся в уязвимом и маргинализованном положении. В отчете говорится, что 4,7–13,2 % процента всей материнской смертности приходится на небезопасные аборты, что, по данным ВОЗ, составляет от 13 865 до 38 940 смертей в год<sup>31</sup>. Однако ВОЗ использует только верхний процент, когда пишет на своем сайте, что 39 000 женщин ежегодно умирают из-за небезопасных абортов<sup>32</sup>. ВОЗ благодарит представителей организаций, бизнес-модель которых завязана на абортах, например Международную федерацию планируемого родительства. Итак, вы хотите искоренить небезопасные аборты или вы хотите поддержать индустрию абортов? По словам британского врача и исследователя абортов Калума Миллера, оценка смертности от небезопасных абортов совершенно неверная. В дополнение к преувеличенным цифрам также были включены случаи смерти от выкидышей и внематочной беременности, как, например, в Мексике. В феврале 2022 года британская ежедневная газета The Telegraph опубликовала исправление, поскольку распространяла информацию о том, что 12 000 женщин ежегодно умирают в Малави из-за небезопасных абортов. Было установлено, что общая материнская смертность в стране составляет 2 100 случаев и лишь небольшой процент из них связан с небезопасными абортами.

5. Если аборты станут незаконными, их будут производить с помощью медицинского оборудования, а не с помощью вешалок (вешалка для одежды является символом нелегального аборта). Поскольку большинство незаконных абортов, сделанных до легализации этой процедуры, были выполнены врачами, разумно предположить, что многие медики будут продол-

<sup>28</sup> Вопросы и ответы о мифепристоне для медикаментозного прерывания беременности на сроке до десяти недель. <https://www.fda.gov/drugs/postmarket-drug-safety-information-patients-and-providers/questions-and-answers-mifepristone-medical-termination-pregnancy-through-ten-weeks-gestation#Additional> Information

<sup>29</sup> Продольное когортное исследование использования отделений неотложной помощи после химических и хирургических абортов с мифепристоном, 1999–2015. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/23333928211053965>

<sup>30</sup> Ричард Йейтс: Пасхальный парад. <https://www.labirint.ru/books/191561/>

<sup>31</sup> ВОЗ: «Небезопасные аборты являются причиной от 4,7 % до 13,2 % всех случаев материнской смертности, то есть от 13 865 до 38 940 смертей ежегодно происходят из-за неспособности предоставления услуг безопасного прерывания беременности». <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/360837/9789240054967-rus.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

<sup>32</sup> ВОЗ: «Небезопасные аборты ежегодно приводят к 39 000 случаям смерти и госпитализации миллионов женщин с осложнениями». <https://www.who.int/ru/news/item/09-03-2022-access-to-safe-abortion-critical-for-health-of-women-and-girls>

жать предлагать аборт. Вешалки для одежды хорошо работают в качестве пропагандистского реквизита в кампаниях по либерализации абортов, но они не предоставляют правильной картины того, что произойдет, если аборт снова будет криминализирован<sup>33</sup>. Это было бы существенным шагом, поскольку общее отношение к абортам сильно связано с законодательством о них<sup>34</sup>. Исследование ноября 2023-го года также продемонстрировало, что запреты на аборт увеличили рождаемость: *“Наши первичные анализы указывают на то, что в первые шесть месяцев 2023 года рождаемость выросла на 2,3 процента в штатах, где действует полный запрет абортов, по сравнению с контрольной группой штатов, где права на аборт остались защищенными. Это привело к приблизительно 32 000 дополнительных новорожденных детей вследствие запретов на аборт.”* Хотя по стилю выражений в этом исследовании очевидно, что они за аборт, поскольку нельзя “защищать” убийство.<sup>35</sup> И, по сути, аборт уже незаконный – в силу международного законодательства о геноциде от 1948 года: все меры снижения рождаемости незаконны, если есть угроза сокращения численности населения.<sup>36</sup> Численность населения России может сократиться примерно на 3,2 млн человек к 2030 году в сравнении с 2023-м...<sup>37</sup>

Легализация абортов в отдельных странах – это катастрофическая неудача: социальная, политическая, юридическая и личная. В Швеции и в России не применяется смертная казнь к серьёзным преступникам, например, убийцам, но смертная казнь применяется к невинным малышам! Если верить официальной статистике, то я вхожу в 4 % россиян, которые считают это недопустимым ни при каких обстоятельствах. То есть, по официальным данным, 96 % людей вокруг вас не согласны с фразой “не убивайте детей”. У женщины нет «права» причинять вред другому человеку, поэтому у нее не должно быть права на аборт. Нельзя лишать человека жизни только потому, что ей так хочется. Здесь не может быть никаких компромиссов: речь идет о человеческой жизни, которую нельзя отнимать, независимо от обстоятельств. Когда вы начинаете играть в игру обстоятельств, вы заигрываете с их аргументом. «Что если ее парень убьет ее?», «Что если она не сможет содержать ребёнка?», «Что если этот ребенок будет подвержен насилию?» – мы слышали все это. Реальность такова: это человек, созданный Богом, независимо от обстоятельств, и каждый ребенок имеет право на жизнь. Исключений нет. Как только ты допускаешь исключение, ты сводишь на нет все аргументы. Компромисс не поможет. Некоторым трудно это понять, но люди со всех уголков мира, которые выступают за науку и против насилия, не верят, что прекращение жизни развивающегося в утробе сына или дочери облегчит женщине жизнь или пойдет в ногу со временем. Оно станет актом тирании и олицетворит варварство.

Думаю, все дело в неинформированности большинства. Многие люди были бы против абортов, если бы узнали, насколько те экстремальны и бесчеловечны, а не ограничивались односторонними статьями в СМИ. Я не знаю, как можно быть мамой и одновременно выступать за аборт. Мои дети – самая большая радость в моей жизни, как и для большинства женщин. Нерожденный ребенок – самый уязвимый член семьи и наименее защищенный. Отчаявшиеся мамы и папы, столкнувшиеся с незапланированной беременностью, верят лжи прочойсеров, выступающих за аборт (по факту это не прочойсеры, так как они отрицают любой выбор, который не является абортом), считая, что аборт безопасен и что он вовсе не убивает ребёнка, а только убирает беременность. Я считаю, что нерожденные дети имеют право на жизнь. Не я

<sup>33</sup> ЗА ЖИЗНЬ! Аборт: зло или благо? Рэнди Алькорн. <https://scriptura.ru/product/za-zhizn-abort-zlo-ili-bлаго-rendi-alkorn/>

<sup>34</sup> Исследование 1988-го об эффективности законов об аборте. <https://www.bokus.com/bok/9780275960612/abortion/>

<sup>35</sup> Влияние решения Доббса на рождаемость. <https://docs.iza.org/dp16608.pdf>

<sup>36</sup> Конвенция о предупреждении преступления геноцида и наказании за него. [https://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/genocide.shtml](https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/genocide.shtml)

<sup>37</sup> Росстат допустил сокращение населения России на 3 млн человек к 2030 году. <https://www.forbes.ru/society/498219-rosstat-dopustil-sokrasenie-naselenia-rossii-na-3-mln-people-k-2030-godu>

это придумала, это прописано и во введении к Декларации ООН о правах ребёнка от 1959-го: «ребенок, ввиду его физической и умственной незрелости, нуждается в специальной охране и заботе, включая надлежащую правовую защиту, как до, так и после рождения»<sup>38</sup>. Аборт – это нарушение основного права на жизнь, которое есть у всех нас. Цель пролайферов – защитить детей от насильственного убийства индустрией абортов. Выступление против смерти невинных младенцев не должно быть противоречивым... Если вы не были абортированы, то вы не можете диктовать, достоин ли ребенок жизни. А я «перестану лезть в чужие дела» ровно тогда, когда ваши дела начнут обходиться без убийства невинных людей.

По ссылке внизу представлены три случая детоубийства<sup>39</sup>, также рекомендую фильм со сценой удаления плода<sup>40</sup> и документальное видео об абортах “Нерождённые хотят жить”<sup>41</sup>. Здесь вы не увидите эстетических медицинских изображений. Только реальность, такая, какая есть. В случае сомнений основывать свое решение необходимо на фактах, съёмках и фотографиях, а не на рекламных иллюстрациях, догадках и нежелании знать. Аборт есть убийство: если это объективно верное утверждение беспокоит вас больше, чем тот факт, что аборт убивает ребёнка, у вас проблемы, которые нужно проработать. Согласие на секс – это согласие на беременность. Вы не можете добровольно направо и налево заниматься сексом, а потом удивиться, что забеременели. Люди думают, что противодействие абортам связано с желанием контролировать сексуальную жизнь женщины. Меня не волнует ее сексуальная жизнь. Я просто не думаю, что она должна кого-то убивать. Тонкое различие, я знаю, но именно поэтому эти разъяснения важны. Аборт не является решением; решение заключается в том, чтобы держаться подальше от спальни, если вы не хотите забеременеть. Секс приводит к детям. Согласие на секс – это разве не согласие на беременность? Если я пойду в казино и сделаю ставку в рулетке, но мой номер не выпадет, я потеряю свои фишки. Я не могу сказать: «Теперь, когда я увидела результат, я отзываю свое согласие». Вы не можете отозвать согласие от последствий действия, на которое вы согласились! Ваш ребенок не должен умереть только потому, что вы проигнорировали это. Его жизнь не должна заканчиваться только потому, что *вы* его не хотите. То, как женщины сходят с ума из-за своего «права» убить собственного ребёнка, напоминает какой-то сатанинский ритуал. «Твое тело будет отдано за меня». Жертвоприношение. Плодоизгнание как их религия. Нет, я не поддерживаю обязательную вазэктомию, стерилизацию через хирургический метод блокирования маточных труб или принуждение женщин к беременности. Моя позиция не связана с желанием контролировать чужие тела или наказывать за сексуальные решения. Я просто думаю, что раз человек появился на свет, убивать его – это неправильно. «Вы заставляете женщин рожать!» Я не заинтересована в том, чтобы принуждать людей что-либо делать, но ясно, что у нас могут быть законы, «заставляющие» людей НЕ совершать акты насилия против других. Итак, если, как мы утверждаем, аборт убивает человека, то аборт должен быть незаконным. Один из наиболее распространенных аргументов абортистов – «не нравится аборт, не делайте его», но это утверждение полностью упускает из виду суть нашего довода в защиту жизни. Мы не просто считаем, что аборт вреден индивидуально для нас. Мы считаем, что аборт недопустим для всех.

<sup>38</sup> Декларация прав ребёнка от 20 ноября 1959 года. <https://docs.cntd.ru/document/1901035>

<sup>39</sup> Абортированные дети, обнаруженные в Вашингтоне, могут указывать на детоубийство после попытки аборта. <https://inlnk.ru/meXOVC>

<sup>40</sup> Незапланированная (2019). <https://www.kinopoisk.ru/film/1193111/>

<sup>41</sup> Нерождённые хотят жить. Документальное видео. <https://bogmedia.org/videos/6339/nerojdennye-hotyat-jit/>

## **Свобода слова, но держи свое мнение при себе**

«Нет матки – нет права голоса» – любимая мантра о том, что лишь женщина вправе не только принимать решение о возможном аборте, но и иметь свое мнение по этому вопросу. Лозунг не превращает что-то в реальность. Свобода мнения и выражения действует независимо от пола. Разве мы, женщины, не в силах справиться с тем фактом, что и мужчины могут иметь твердое мнение, которое иногда расходится с нашим собственным? Мужчин, выступающих за аборты, почти никогда не просят хранить молчание, поэтому слоган скорее таков: «Нет матки – нет права голоса у тех, кто за жизнь». В шведской организации лоббирования абортов РФСУ («Шведская ассоциация сексуального образования») председатель – мужчина, который высказывается по проблеме абортов и призывает других мужчин делать то же самое. Конечно, только если они разделяют точку зрения этой РФСУ. Кроме того, редко подвергается критике тот факт, что именно мужчины в судебном деле Роу против Уэйда в 1973 году приняли решение о том, что аборт следует интерпретировать как право в соответствии с Конституцией США. Решение, которое теперь отменено, потому что оно было основано на субъективном мнении судей об абортах, а также на неверных рассуждениях относительно Конституции. Кстати, я презираю мужчин, которые заставляют/склоняют женщин делать аборт. Они пытаются избежать ответственности, которая лежит на отцах и мужчинах. Они заботятся не о женщинах, а о себе. Чтобы родить ребёнка, нужны женщина И мужчина. Так что да, у мужчин должно быть мнение об абортах и жизни их детей.

## Аллергия

Во всем мире примерно 1 из 8 детей болеет астмой, 1 из 13 – экземой и 1 из 8 – аллергическим ринитом<sup>42</sup>. Рост распространенности аллергических заболеваний в промышленно развитых странах продолжается уже более 50 лет. За последнее десятилетие число случаев пищевой аллергии увеличилось на 50 %. Показатели чувствительности к одному или нескольким распространенным аллергенам среди школьников в настоящее время приближаются к 50 %<sup>43</sup>. Практически каждый второй ребенок с пищевой аллергией испытывает хотя бы одну серьезную реакцию в своей жизни. Хотя точные цифры являются предметом споров, из статистики, научных исследований и простых сопоставлений («Ни у кого не было аллергии, когда я был в школе») становится ясно, что распространенность аллергии среди детей увеличилась, она стала одним из самых быстрорастущих хронических заболеваний. Трудно счесть поразительный рост аллергии среди детей всего за последние двадцать лет совпадением или списать это на генетическую случайность. Причем рост этот затрагивает западные страны, а распространенность пищевой аллергии среди дошкольников, к примеру, в Таиланде составляет всего 1 %. Задача любого заинтересованного медицинского работника заключается в том, чтобы выяснить точный практический механизм сенсibilизации, характерный для этих детей (как они вообще стали аллергиками?), а не впадать в состояние полной «анергии», удовлетворившись современным термином «аллергия». И почему, несмотря на существование Российской ассоциации аллергологов и клинических иммунологов, Ассоциации детских аллергологов и иммунологов России, аллергические болезни не сокращаются, а стократно растут? Несмотря на все усилия – или *вследствие* их? Надо бы освободить медицинскую мысль от полумертвых идей, проблема аллергии должна быть основательно пересмотрена.

Есть мнение, что у наших предков не было пищевых аллергий потому, что они ели необработанные органические продукты, выращенные у себя на полях. Частица правды в этом есть (где-то в районе 0,1 %). Ведь защитные механизмы организма при введении в него посредством употребления обработанных пищевых продуктов таких тяжелых металлов, как алюминий, работают отлично – и лишь одна сотая процента попадает в кровоток. В то время как алюминий, введенный непосредственно в мышцу, может попасть в кровоток на все 100 %<sup>44</sup>. По моему подсчету, российская педиатрическая схема вакцинации предусматривает введение 4 250 мкг алюминия в первый год жизни малыша. Когда мне кто-либо из врачей начинает навязывать прививание, я спрашиваю, сколько алюминия содержит доза, и прошу предоставить исследования по безопасности его суммарной аккумуляции.

**Российский план вакцинации детей включает 4250 мкг алюминия в первый год**

---

<sup>42</sup> Аллергия у детей. <https://www.bsaci.org/patients/most-common-allergies/allergy-in-children/>

<sup>43</sup> Статистика по аллергии. <https://www.aaaai.org/About/News/For-Media/Allergy-Statistics>

<sup>44</sup> <https://inlnk.ru/O1wEew>



Вакцина	Содержание алюминия на дозу	Первые дни	1 месяц	2 месяца	3 месяца	4,5 месяца	6 месяцев	12 месяцев
Вирусный гепатит В	500	V1	V2	V3			V3	V4
Туберкулез	0		V					
Пневмококковая инфекция	125			V1		V2		
Дифтерия	500				V1	V2	V3	
Коклюш					V1	V2	V3	
Столбняк					V1	V2	V3	
Полиомиелит					V1	V2	V3	
Гемофильная инфекция					V1	V2	V3	
Корь	0							V
Краснуха	0							V
Паротит	0							V
Всего алюминия в первый год жизни	<b>4250</b>	500	500	625	500	625	1000	500

В соответствии с исследованием Джеймса Лайона-Вайлера (ученый в Институте прикладной науки в Питтсбурге, США) и Паула Томаса (директор офиса интегративной педиатрии с 13 000 пациентами) существует корреляция между частотой возникновения аллергии, аллергического ринита, астмы, синусита, проблем с дыханием и уровнем вакцинации. Чем больше прививок было сделано, тем чаще люди обращаются за врачебной помощью по поводу этих заболеваний<sup>45</sup>. У японцев те же результаты: «Учитывая относительно высокую распространенность аллергии в Японии, важно исследовать потенциальные триггеры и меры профилактики развития этого состояния. Мы предположили, что адъювантное воздействие при ранней иммунизации (до 6-месячного возраста) может иметь решающее влияние на развитие аллергических заболеваний»<sup>46</sup>. Это предположение основано на статистическом анализе 56 277 детей. Правда, в заключении авторы отчета лобызуют святые иконы прививания: «Несмотря на эту связь, мы решительно поддерживаем глобальную стратегию вакцинации и не рекомендуем прекращать иммунизацию». Ну, подумаешь, экзема! Согласно исследованию, опубликованному в 2000 году в Журнале манипулятивной и физиологической терапии, вероятность появления каких-либо респираторных симптомов, связанных с аллергией, за последние 12 месяцев была на 63 % выше среди вакцинированных субъектов, чем у непривитых.<sup>47</sup> Учитывая, что 23 года

<sup>45</sup> Относительная частота посещений офиса и кумулятивная частота выставленных диагнозов по оси вакцинации. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7709050/>

<sup>46</sup> Кумулятивное воздействие инактивированной вакцины и развитие аллергии у детей: когорта новорожденных из Японии. <https://childrenshealthdefense.org/wp-content/uploads/Yamamoto-Hanada-2020-Cumulative-inactivated-vaccine-exposure-and-allergy-development-among-children-a-birth-cohort-from-Japan.-1.pdf>

<sup>47</sup> Влияние вакцинации против дифтерии, столбняка, коклюша или столбняка на аллергию и респираторные симптомы, связанные с аллергией, среди детей и подростков в Соединенных Штатах. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10714532/>

назад было в разы меньше инъекций<sup>48</sup>, можно лишь догадываться, насколько чаще аллергия встречается у вакцинированных сегодня.

Аллергия – выдуманное понятие, введенное с целью скрыть осложнения от прививок и перегрузку тяжелыми металлами. Врачи, кажется, удивлены и сбиты с толку тем фактом, что аутизм, аллергии, астма и, вероятно, все болезни, начинающиеся на букву А, с каждым годом становятся все более распространенными. Просто совпадение, говорят. Говорят, диагностика стала лучше. Говорят, аутизм и ADHD и вовсе не болезни, а часть разнообразия человеческого вида и “важное преимущество в ходе эволюции”!<sup>49</sup> Им никогда не покажется странным, что так много болезней, связанных с иммунной системой и мозгом, становятся все более распространенными. Сломанные ноги не становятся все более распространенными и не стали вдруг преимуществом лжеэволюции. Поэтому, когда я читаю такие заголовки в СМИ, как «В России разработана вакцина от аллергии» (сентябрь 2022-го года), перевожу их с языка маркетинга на сленг реальности: «В России разработана вакцина от вакцинального осложнения». Тут даже не так, что государство ломает ногу и предоставляет инвалидную коляску; тут, после умышленного перелома ноги, оно ломает еще и руку. Представьте себе план депопуляции, настолько дьявольский и настолько совершенный, что вы могли бы осуществить его, даже если бы 90 % людей не знали, что происходит? Или еще лучше: заставить их игнорировать свое уничтожение и активно в нем участвовать? Вакцины разрушают иммунную систему детей, делают их восприимчивыми к смерти от пневмонии, лейкемии, малярии и дизентерии. Ни одно из этих заболеваний официально не признано вакцинными повреждениями, но они таковыми являются. Мы можем остановить эпидемию аутизма, аллергий, СДВГ, СВДС и эпилепсии без каких-либо затрат. Просто отмените закон 1986 года, который защитил фармацевтические компании от дальнейших исков.

И да, аутизм и аллергия идут в связке: *«В этом кросс-секционном исследовании использовались репрезентативные на национальном уровне данные 199 520 детей в возрасте от 3 до 17 лет, которые участвовали в Национальном опросе по вопросам здоровья в США с 1997 по 2016 год. Дети с пищевой, респираторной и кожной аллергией значительно чаще страдали расстройством аутистического спектра, чем дети без аллергии. Пищевая аллергия может означать изменения в микробиоме кишечника, аллергическую иммунную активацию и нарушение функции мозга из-за нейроиммунных взаимодействий, что в конечном итоге может повлиять на кишечную нервную систему и центральную нервную систему, приводя к аномалиям развития нервной системы»*<sup>50</sup>. По сути, аллергия означает последнюю попытку организма вылечиться от интоксикации, ведь выделительные механизмы слизи заблокированы, и выделением занимается кожа. Традиционная медицина предлагает широкий выбор препаратов якобы от аллергии. На деле они лишь отключают определенные рецепторы, ответственные за механизм высвобождения токсинов через кожу. Таким образом, симптомы становятся менее раздражающими, но избыток токсинов, как причина, не убран<sup>51</sup>. «Аллергия – это основная способность организма мобилизовывать все свои защитные силы для устранения болезнетворных агентов. Десенсибилизировать организм – значит снизить защитные силы и затормозить защитную активность клеток и тканей. Медицина обязана превратить “укальзываемое” человечество в человечество, защищенное менее грубыми предупредительными средствами»<sup>52</sup>.

<sup>48</sup> Справка об обязательных прививках, 2000 год. <https://mhlife.ru/prevention/infections/kid-vaccination-history.html>

<sup>49</sup> Основная газета в Швеции DN. “Нам необходимо расширить общество, чтобы особые виды культивировались, а не уничтожались – только тогда мы сможем воспользоваться всем богатством нашего вида.” <https://www.dn.se/kultur/jonna-bornemark-vi-behover-bredda-samhallet-sa-att-sararter-odlas-i-stallet-for-att-filas-av-bara/>

<sup>50</sup> Ассоциация пищевой аллергии и других аллергических состояний с расстройствами аутистического спектра у детей. <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2683952>

<sup>51</sup> <https://medalternativa.info/entry/zabluzhdeniya-meditsiny/#i-2>

<sup>52</sup> Залманов А. С. Тайная мудрость человеческого организма. Глубинная медицина. <https://www.litres.ru/abram-zalmanov/>

Мало того, что истинная причина аллергии скрыта от родителей, а «препараты от аллергии» еще больше вредят центральной нервной системе, так еще и вина списывается на действительно исцеляющие продукты. Например, когда тест на пищевую непереносимость показывает, что у вас аллергия на клубнику, вполне вероятно, что симптомы аллергии – это реакция организма на токсины, которые возникают в результате жизнедеятельности патогенов. Они и вызывают гистаминовую реакцию. Зачастую это ошибочно интерпретируется как «аллергия на клубнику» в тесте на пищевую непереносимость. На самом деле клубника исцеляет организм и является практически необходимым компонентом питания для тех, кто страдает от аутоиммунных заболеваний вроде аллергии.

С другой стороны, все 8 распространенных детских аллергий на пищевые продукты имеют общие ингредиенты с рекомендуемыми вакцинами (арахис, орехи, пшеница, соя, молоко, яйца, рыба и моллюски); нам следует переименовать топ-8 основных пищевых аллергий в поствакцинальное осложнение. Уже сто лет назад профессор Шарль Роберт, которому в 1913-м году присвоили Нобелевскую премию по физиологии и медицине, продемонстрировал, что введение белка животным или людям вызывает сенсibilизацию иммунной системы к этому белку. Последующее воздействие белка может привести к аллергическим реакциям или анафилаксии. Многие исследования, проведенные с 1940 года, показали, что пищевые белки в вакцинах вызывают сенсibilизацию у людей. Аллергены в вакцинах производителями полностью не раскрываются. Безопасный уровень для инъекционных аллергенов не установлен, в результате количество аллергенов в вакцинах и инъекциях не регулируется... Количество аллергенов во вспомогательных веществах вакцины также не регламентируется. Хорошо известно, что многие одобренные в настоящее время вакцины содержат достаточное количество аллергена, чтобы вызвать анафилактический шок<sup>53</sup>. Кстати, адъюванты (тот же алюминий) также повышают иммуногенность инъецируемых пищевых белков. Эта комбинация инъекций пищевого белка вместе с адъювантами способствует развитию у миллионов детей пищевой аллергии, опасной для жизни. Короче говоря, в случае аллергии у ребёнка я бы убрала из рациона продукты, числящиеся в списке ингредиентов прививок, которые ему (врагу не пожелаешь) сделали. Особенно продукты эксплуатации коров: согласно данным, опубликованным в ВМЖ, коровье молоко в настоящее время является наиболее распространенной причиной смертельной анафилаксии у детей старшего возраста в Великобритании. Авторы отслеживали случаи госпитализации по причине пищевой анафилаксии и связанных с ней смертей в период с 1998 по 2018 год. Число госпитализаций по причине пищевой аллергии увеличивалось на 5,7 % каждый год. 26 % смертей были вызваны аллергией на коровье молоко, которая в настоящее время является наиболее распространенной причиной смерти, связанной с пищевой анафилаксией, в Великобритании. Результаты также показали более чем 300-процентное увеличение количества лекарств на экстренное лечение анафилаксии. Аналогичные данные о госпитализации были зарегистрированы в Австралии и США. Авторы призывают к более широкому информированию об опасностях аллергии на коровье молоко.<sup>54</sup> Прививки как слон в посудной лавке, но “авторы” дальше своего носа не смотрели.

Помимо педиатрических инъекций, риск аллергии увеличивается и с другими медицинскими вмешательствами, к примеру, кесаревым сечением. Профилактика аллергии осуществляется уже во время родов благодаря первому контакту с необходимыми для здоровья кишечными бактериями. Младенцы, рожденные естественным путем, через родовые пути матери, получают защитные бактерии из вагинальной флоры. У малышей вырабатывается сильный

taynaya-mudrost-chelovecheskogo-organizma-glubinnaya-medici/?just\_bought=1

<sup>53</sup> Доказательства того, что пищевые белки в вакцинах вызывают развитие пищевой аллергии, и их значение для политики в отношении вакцин. [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3571073](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3571073)

<sup>54</sup> Пищевая анафилаксия в Великобритании: анализ национальных данных, 1998–2018. <https://www.bmj.com/content/372/bmj.n251/r>

иммунитет. В результате они значительно реже страдают аллергией. Дети, рожденные путем кесарева сечения, в пять раз чаще страдают аллергией, чем дети, рожденные нормальным путем<sup>55</sup>. Грудное вскармливание также связано с меньшим риском развития аллергий и астмы у детей. Серьезное сокращение рисков при этом наблюдается при исключительно грудном вскармливании: смешанное питание не несет такого выраженного эффекта<sup>56</sup>. Грудное молоко значительно снижает вероятность развития нарушений в работе иммунных клеток в органах дыхания ребёнка.

Назначение антибиотиков младенцам также может значительно повысить их чувствительность к пищевым аллергенам. Как объявили в сентябре 2016-го года исследователи из Университета Южной Каролины, антибиотики раздражают иммунную систему таким образом, что «широко открывают шлюзы» для развития аллергии. Новое исследование 2022-го года тоже показало, что раннее воздействие антибиотиков может вызвать постоянную астму и аллергию посредством уничтожения полезных бактерий в пищеварительной системе<sup>57</sup>. Врачи, вероятно, ничего из этого вам не скажут, но и не станут отрицать, потому что все это правда.

Ученые из старейшего университета Швеции в городе Уппсала опубликовали исследование, которое показало, что дети, посещавшие антропософские школы (известные как школы Штейнера или Вальдорфа), были менее склонны к экземе<sup>58</sup>. Показатели вакцинации значительно ниже у детей, семьи которых придерживаются антропософской философии, но эти дети также подвергаются меньшему воздействию антибиотиков. Органическое земледелие – важная составляющая такого образа жизни. Результаты исследования 2022-го года показали, что существует связь между воздействием пестицидов (все органические продукты производят без пестицидов) и развитием или обострением астмы у детей и подростков – вдвое больший риск<sup>59</sup>. На вопрос, почему антропософская медицина подвергается жесткой критике в СМИ, у шведской медицинской ассоциации антропософии есть ответ: *«Прежде всего, антропософская медицина угрожает крупным финансовым интересам в фармацевтической промышленности, поскольку естественные лекарства не подлежат патентованию и, следовательно, не так интересны с коммерческой точки зрения»*<sup>60</sup>.

Не зная причин заболевания, нельзя правильно назначить лечение. Если иметь в виду такие факторы риска аллергии, как вакцинация, кесарево сечение, отсутствие грудного вскармливания, антибиотики и пестициды, можно целенаправленно выводить тяжелые металлы / укреплять иммунитет / улучшать кишечную микрофлору (см. главу «Детокс»). Либо провести комплексное очищение, ведь, по словам доктора медицинских наук Залманова, локальных заболеваний не существует, болен всегда человек в целом. Согласно методике устранения аллергии Намбудрипад (Nambudripad's Allergy Elimination Techniques NAET) аллергия означает нарушение или блокирование потока жизненной силы ци вдоль меридианов и ее можно вылечить, устраняя эти энергетические блокировки с помощью акупунктуры или точечного массажа. Разумеется, идеален сценарий, когда будущая мама заранее погружается в эти темы и в первую очередь не допускает указанных факторов риска. Ведь гораздо умнее подготовиться заблаговременно, чем потом разгребать последствия ошибочных решений. Так как опасных

<sup>55</sup> Влияние кесарева сечения на связь между воздействием ингаляторных аллергенов и аллергическим IgE в возрасте 2 лет. <https://www.jacionline.org/article/S0091-6749%2812%2903130-2/fulltext>

<sup>56</sup> Исключительно грудное вскармливание в течение первых 3 месяцев жизни может снизить риск респираторных аллергий и некоторых видов астмы у детей в возрасте 6 лет. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/apa.15162>

<sup>57</sup> <https://www.nature.com/articles/s41385-022-00544-5>

<sup>58</sup> Аллергия у детей из семей, живущих в соответствии с антропософским образом жизни. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:709160/FULLTEXT01.pdf>

<sup>59</sup> Связь между воздействием пестицидов и аллергическими заболеваниями у детей и подростков: систематический обзор с метаанализом. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755721001741>

<sup>60</sup> Шведская медицинская ассоциация антропософии. <http://www.laom.se/antroposofisk-medicin/faq/>

параметров сейчас достаточно много, мне это напоминает своеобразный квест, где победа означает здоровье детей, но эта битва самая важная в жизни матери.



## Анемия

Еще в 1999-ом году российские ученые задались следующими вопросами: не может ли дефицит железа у беременных быть биологическим преимуществом в условиях существования инфекции? Не являются ли высокие показатели гемоглобина в крови и массовая железопрофилактика у беременных «воротами» в осложнения на поздних сроках беременности? Снижение концентрации гемоглобина может носить защитный характер и служить естественной профилактикой осложнений заболеваний матери и плода. Вероятно, снова пришло время начинать и заканчивать медицинское образование изучением самого древнего и забытого закона медицины: тело умеет лечить само себя<sup>61</sup>. Снижение показателей гемоглобина в крови женщин – это показатель нормально протекающей беременности! Анемия – это способ защиты беременной от инфекционных осложнений в условиях дефицита Т-звена иммунитета<sup>62</sup>. Механизм снижения гемоглобина в крови сходен с механизмом борьбы с инородным телом. Понижение гемоглобина у беременных – это норма! Я намеренно повторяюсь, ссылаясь на различные источники, ведь нам прочно вбили в голову, что беременную нужно «накачать» кислородом через избыточное потребление железа, хотя уже в 1935-ом году было установлено, что плод в утробе матери потребляет в 3–4 раза меньше кислорода, чем новорожденный<sup>63</sup>.

На сайте натуропата Бориса Гринблата я нашла информацию о том, что не стоит принимать препараты железа, если гемоглобин у беременной выше 90<sup>64</sup>. Во время первой беременности мне прописали препарат железа при уровне 103 г/л (в Швеции в 2012-ом), благо я тогда попросила более слабую дозировку и принимала сироп с железом из аптеки, все-таки он не такой концентрированный, как препарат в таблетках 100 мг. Во время второй беременности (тогда я уже была веганкой) мой уровень гемоглобина на 37-ой неделе составлял 120 г/л без приема каких-либо добавок. В общем, знала бы, где упасть, соломки бы подостлала – сколько нервов бы себе сэкономила на осмотрах во время беременности, если бы уже тогда отдавала себе отчет в степени дезинформированности врачей. По оценкам преступной ВОЗ, 42 % детей в возрасте до 5 лет и 40 % беременных женщин во всем мире страдают анемией. Как так, неужели мы не созданы как вид для жизни на этой Земле? Половина нашего потомства изначально дефектна или *стала таковой* за последние десятилетия? И, кстати, осмотр у врача – это шифровка для “вообще-то всё в порядке, но давайте найдем какую-нибудь проблему”.

Ведь что касается анемии у детей – само взятие крови для анализа может привести к ятрогенной (вызванной медицинским вмешательством) анемии<sup>65</sup>! И, кстати, уровень железа в крови сильно варьируется в течение дня и вообще долгосрочно, в унисон с внутренними ритмами организма, и для определения более-менее точного уровня понадобится несколько анализов... На ловца и зверь бежит, другими словами. Мне в свое время помог вопрос шведского врача: а зачем я хочу сдать анализы ребенку, если он хорошо себя чувствует?... Действительно, одно дело узнать конкретные показатели в случае недомоганий, а другое – желание «контроля» из любопытства без каких-либо на то оснований. Все мои трое детей здоровы, активны и жизнерадостны, и мне не нужны анализы и плановые осмотры у педиатра, чтобы подтвердить это. Играя на естественном страхе родителей за здоровье ребёнка, детские врачи подчиняют их себе целиком и полностью. Ребенок становится жертвой медицинского похи-

---

<sup>61</sup> Влияние препаратов железа на течение беременности. <https://journals.eco-vector.com/jowd/article/view/87972/ru> RU#!

<sup>62</sup> Препараты железа, анемия и нарушения метаболизма при беременности. <http://rustarts.ru/VlijanieZhelezaBerem2.html>

<sup>63</sup> Джозеф Баркрофт, британский физиолог, более всего известный исследованиями дыхательной функции крови. [https://en.wikipedia.org/wiki/Joseph\\_Barcroft](https://en.wikipedia.org/wiki/Joseph_Barcroft)

<sup>64</sup> Финансируемые заблуждения медицины. <https://medalternativa.info/entry/zabluzhdeniya-meditsiny/#i-7>

<sup>65</sup> Роберт Мендельсон. Как вырастить ребёнка здоровым вопреки врачам. <https://healthy-back.livejournal.com/196987.html>

щения, заложником. А родители попадают в полную зависимость от похитителя-педиатра, и заколдованный круг замыкается: стоит согласиться на прием какого-либо лекарства – и риск анемии у ребёнка повышается<sup>66</sup> (анемия также входит в список поствакцинальных осложнений Роспотребнадзора<sup>67</sup>), начинаешь лечить анемию – появляется состояние иммунодефицита<sup>68</sup> (а 600 мг сульфата железа могут убить маленького ребёнка<sup>69</sup>), и так далее до тех пор, пока родитель не разорвет этот порочный круг. То есть в моем понимании в плане предотвращения анемии не так важно питание, как отсутствие таких факторов риска, как вакцины и лекарственные препараты. Исследование, опубликованное в сентябре 2022-го года, подтвердило возможность влияния на развитие анемии алюминия в вакцинах. «Неблагоприятные последствия (вакцин) и их вероятные, а в некоторых случаях и определенные причины были хорошо продемонстрированы в научной литературе»<sup>70</sup>. Что касается лекарств: мировое потребление добавок железа увеличилось до более чем 2,32 миллиарда тонн в 2021 году, и, по прогнозам, в ближайшем будущем оно значительно вырастет<sup>71</sup>; может мне кто-нибудь объяснить, почему у нас так много «анемиков», несмотря на миллиарды тонн целебных лекарств и их дико растущий мировой рынок сбыта объемом 4 миллиарда долларов? Что будет, если выкинуть эти тонны на свалку?

А веганство лишь укрепит результаты, поскольку растительные продукты позволяют организму усваивать именно необходимое ему количество железа (гемовое железо из продуктов животного происхождения организмом не регулируется)<sup>72</sup>. Запасы железа у веганов, может, и ниже, чем у всеядных, но уровень анемии у нас не выше. Многие веганы имеют «низко-нормальный уровень», но это не значит, что он не идеален! На самом деле есть доказательства того, что «низкие нормальные» запасы железа полезны, так как связаны с улучшением функции инсулина и снижением частоты сердечных заболеваний и рака. Мы в принципе ежедневно едим фасоль, горох, чечевицу (идеальный источник железа), но пару раз в месяц я проращиваю королеву российских полей, одного из лидеров по содержанию железа – зеленую гречку – и добавляю в наш утренний смузи. Ее нежный ореховый вкус нравится детям. Чтобы под рукой всегда была пророщенная гречка, я часто покупаю уже готовую полезную гранолу, которую добавляю детям в овсяную кашу. Такую гранолу можно приготовить и самостоятельно: я смешиваю пророщенную гречку, измельченные орехи и сухофрукты с кленовым сиропом или медом и сушу в дегидрататоре.

Если все еще беспокоит, можно добавлять в смузи ребенку ложку порошка травы ячменя (4,4 мг железа в одной столовой ложке) и/или спирулину (чуть меньше железа, но тоже в биодоступном виде в отличие от токсичной добавки с железом). Эти два суперпродукта – натуральные источники железа, цельная легко усваиваемая еда, без противопоказаний. А то, получается, булочки изучаем на следы глютена, а опасными химическими таблетками закидываемся без задней мысли, вроде как «подумаешь, противопоказания, надо так надо!» Я знаю людей, которые принимают 15-миллиграммовую добавку железа в день и думают, что у них все крыто, но это не так. При употреблении большого количества железа за один раз процент, который поглощает наш организм, на самом деле ниже, чем когда еда содержит всего несколько миллиграммов. В сезон свежих овощей я делаю свежевыжатые соки, в частности яблочно-свекольный. Пьем по небольшому стаканчику вместо полдника. Соотношение примерно 20 % свекольного, остальное яблочный, либо 20 % морковный и 60 % яблочный. Пить две недели.

<sup>66</sup> Нарушения кроветворения и гемостаза среди топ-20 побочных эффектов лекарств. <https://inlnk.ru/574dO1>

<sup>67</sup> Расследование поствакцинальных осложнений. [https://rospotrebнадзор.ru/documents/details.php?ELEMENT\\_ID=4739](https://rospotrebнадзор.ru/documents/details.php?ELEMENT_ID=4739)

<sup>68</sup> Профессор Столешников, «Медицина геноцида». <http://energodar.net/zdorov.php?str=medicine>

<sup>69</sup> Отравление железом у маленьких детей. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC156684/>

<sup>70</sup> Пересмотр избыточных диагнозов заболеваний и состояний у детей, родители которых дали информированное разрешение на их вакцинацию. <https://ijvtpr.com/index.php/IJVTPr/article/view/59>

<sup>71</sup> Анализ рынка добавок железа. <https://www.credenceresearch.com/report/iron-supplements-market>

<sup>72</sup> Доктор Вернон Коулман, Великобритания. <https://www.vernoncoleman.com/vam.htm>

Свекла не только повышает уровень гемоглобина, но и в целом усиливает устойчивость ребёнка к болезням. Кстати, хотя у моих никогда не было кашля, в подсознании у меня на всякий случай хранится информация о том, что свекольный сок является отхаркивающим и помогает очистить дыхательные пути. Так то кашель – это просто еще один способ детоксикации организма, такой же, как чихание, сопли, потоотделение, рвота и диарея, которые имеют очистительную цель. Это не «вирус», а способ избавления нашего организма от ядов.

## Антибиотики

*РЕЗИСТЕНТНОСТЬ К АНТИБИОТИКАМ ПОРОДИЛА ОГРОМНОЕ КОЛИЧЕСТВО НОВЫХ БАКТЕРИЙ, И БУДЕТ СПРАВЕДЛИВО СКАЗАТЬ, ЧТО МЫ НАРУШИЛИ БАЛАНС В ПРИРОДЕ.*

*МАРК ЛАПШЕ, «WHEN ANTIBIOTICS FAIL» («КОГДА АНТИБИОТИКИ НЕ РАБОТАЮТ»)*

Говоря простым языком, антибиотики – это яд, который убивает. Препараты используются для уничтожения бактерий. Конечно, многим людям они помогли. Однако, если бы антибиотики уничтожали только бактерии, эта глава была бы не нужна.

Даже недельный курс антибиотиков приводит к тому, что на восстановление микрофлоры может потребоваться от 6 месяцев до 2 лет после окончания их приема<sup>73</sup>. Послеродовое использование антибиотиков, частота ушных инфекций и раннее отлучение от груди связаны с повышенным риском расстройства аутистического спектра<sup>74</sup>, а низкое биоразнообразие кишечной микрофлоры коррелирует с выраженными симптомами аутизма<sup>75</sup>. Более того, антибиотики превращают бактерии, “вирусы” и грибки из доброкачественных в патогенные, придавая им способность проникать в ткани и вызывать болезни; антибиотики в детстве повышают риск рака толстой кишки в пожилом возрасте<sup>76</sup>; после приема антибиотиков в легких обнаруживается в пять раз больше вирусов<sup>77</sup>. Даже относительно небольшие дозы, принимаемые в течение длительного периода времени, наносят постепенно нарастающий вред, который позже проявляется в виде рака, диабета или других заболеваний<sup>78</sup>.

Родители часто боятся всего, кроме того, что может на самом деле быть опасным. Боятся давать малышу самые полезные на Земле продукты питания в первый прикорм (например, некоторые опасаются давать ребенку дыню, или мак, или специи и т. д.), но антибиотики применяют без особых раздумий и регулярно. Боятся спать вместе с младенцем, но грудное вскармливание прерывают при малейших сложностях. Боятся естественных механизмов защиты ребёнка, таких как температура, а об опасности рентгенов и изъятия крови для анализов знать ничего не хотят. Боятся стекла и не разрешают ходить босиком и заземляться, а айфон дарят на пятый день рождения, выискивая все возможные причины для того, чтобы оправдать негативное влияние излучения на ребёнка, если это их вообще волнует.

Я согласна, тяжело нести все бремя ответственности на себе. Но со временем осваиваешься и привыкаешь. **Экстракт грейпфрутовых косточек** лишь поначалу кажется ненадежным в плане замены антибиотиков, но опыт расставляет все по местам. Применив экстракт раз-два, понимаешь, что несколько капель, разведенных в стакане воды или сока, действительно могут остановить диарею или грипп, излечить экзему и грибковые инфекции кожи. Постоянно беру с собой экстракт в путешествия для профилактического приема детям, все-таки перелеты, незнакомая еда и так далее. А в случае посещения больниц это вообще должен

---

<sup>73</sup> Долгосрочные последствия применения антибиотиков для кишечной микробиоты человека. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18043614/>

<sup>74</sup> Ацетаминофен, антибиотики, ушные инфекции, грудное вскармливание, капли витамина D и аутизм: эпидемиологическое исследование. <https://inlnk.ru/0Qnvwk>

<sup>75</sup> Связь между аутизмом и нарушениями микрофлоры кишечника. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0068322>

<sup>76</sup> Антибиотики повышают риск рака толстой кишки. <https://inlnk.ru/BpeBGd>

<sup>77</sup> Антибиотики делают человека восприимчивым к вирусам гриппа. <https://inlnk.ru/Qw5Qxg>

<sup>78</sup> Антибиотики убивают и полезные бактерии, что приводит к серьезным рискам для здоровья. <http://www.bakerchiropractic.org/wp-content/uploads/2012/02/Infections-and-Antibiotics.pdf>

быть обязательный БАД ввиду наличия там резистентных патогенных микробов и риска передачи инфекций. Свежесобранный **орегано** также является прекрасным природным антибиотиком, поэтому выращивание орегано дома в горшке – часть моей живой аптечки. Он обладает и противопаразитарным действием. Душица оказывает и успокаивающее, и снотворное действие – на тот случай, когда у ребёнка в жизни происходит что-то волнительное. Я предпочитаю мелко нарезать свежую душицу и добавить в суп, овощное блюдо, соус к лапше; но она у меня есть и в сушеном виде, и в качестве добавки в капсулах. Все-таки детки разные, и иногда им не так просто начать принимать какой-либо БАД, в таком случае я предоставляю выбор способа его приема... **Кошачий коготь** тоже является мощным природным антибиотиком. Обладает противоопухолевым, противовоспалительным, детоксикационным, антипаразитарным эффектами, антиоксидант, повышает иммунитет. Он у меня в виде безалкогольной настойки, при простуде принимаем по пипетке пару раз в день. Еще один природный антибиотик – **коллоидное серебро**. Спектр его действия широк, он подавляет сотни микроорганизмов болезнетворного характера, дезактивирует болезнетворные патогены. Доктор Беккер, американский хирург-ортопед, писал в книге «Электрическое тело» 1985-го года: *«Положительно заряженное серебро убивает все виды бактерий, и никакой другой антибиотик не действует против всех существующих бактерий. Положительно заряженное серебро обладает рядом преимуществ перед другими антибиотиками. Серебро действует одновременно против всех типов бактерий и даже способно убивать штаммы, устойчивые к антибиотикам и грибковым инфекциям»*. Коллоидное серебро даже поддерживает образование стволовых клеток. Как только ионов серебра в крови человека достаточно, организм способен формировать стволовые клетки. Он формирует их именно там, где они нужны, а также именно в необходимом количестве. В своей книге доктор Беккер в главе «Серебряный жезл» описывает действие «удивительного иона серебра». На странице 175 он пишет: *«Возможно, мы только коснулись медицинского значения положительно заряженного серебра. Но его уже можно считать удивительным целебным средством. Оно стимулирует образование клеток в костях, излечивает самые стойкие бактериальные инфекции и способствует заживлению кожи и других мягких тканей. В этом кадуцее может быть скрыто еще больше чудес»<sup>79</sup>*.

Не могу не упомянуть и такой природный антибиотик, как домашняя паста из лимона, чеснока, имбиря и куркумы. Чеснок содержит аллиин, который при разрезании или раздавливании преобразуется в аллицин – природный антибиотик, высокоактивный против бактерий. Имбирь помогает организму очиститься почти от всех видов токсинов. Куркума – мощный иммунный стимулятор и природный антибиотик. Лимон с кожурой содержит очень много витамина С.

В американском исследовании оценивались растительные экстракты, показавшие антимикробный эффект против боррелиоза. Их сравнивали с антибиотиками. Оказалось, что однопроцентные экстракты из семи растений на самом деле оказывали более сильное действие против боррелиоза, чем антибиотики<sup>80</sup>. Эти активные растительные средства включают криптолепис, черный орех, японский горец, полынь, кошачий коготь, китайский шлемник. Я не травница, поэтому могла ошибиться в переводе с английского на русский (при необходимости обращусь к фитотерапевту за дозировками и планом приема). Немецкий автор бесчисленного количества публикаций о травах, пермакультуре и натуропатии Вольф-Дитер Шторль в своей книге «Вылечить болезнь Лайма естественным путем» пишет о настое корня ворсянки, который поможет от боррелиоза при ежедневном приеме в течение нескольких недель<sup>81</sup>. Его мнение насчет антибиотиков при боррелиозе: *«К сожалению, чудодейственные антибиотики*

<sup>79</sup> <https://kolloidalessilber.net/drbecker.html>

<sup>80</sup> <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fmed.2020.00006/full>

<sup>81</sup> <https://www.storl.de/shop/meine-buecher/borreliose-natuerlich-heilen/>



*почти не работают при боррелиозе. Боррелии чрезвычайно умны и универсальны. Они ускользают от системы защиты или используют ее в своих интересах; они постоянно меняют свой внешний вид, так что часто не могут быть распознаны иммунными клетками. Они вряд ли являются мишенью для антибиотиков, прячутся в нервах, хрящах или других тканях тела с небольшим кровотоком. Таким образом, они недвусмысленно показывают нам, что мы находимся в конце эпохи антибиотиков».*

Мир был бы другим, если бы экстракт грейпфрутовых косточек, орегано, кошачий коготь и другие эффективные продукты заменили антибиотики; уровень заболеваемости уменьшился бы, выздоровление ускорилося, независимо от диагноза. Допускаю, что фармацевтические антибиотики имеют свое место и назначение. Однако травы уникальны тем, что патогены, такие как бактерии, не могут стать устойчивыми к ним: у них очень сложный химический состав, слишком сложный, чтобы могла развиться резистентность, они содержат не одно действующее вещество, а сотни и даже тысячи веществ. А ведь антибиотикорезистентность является угрозой безопасности человечества. Ежегодно зарегистрировано примерно 5 миллионов смертей, связанных с антибиотикорезистентностью (14 тысяч человек в день). Еще большие дозы и более продолжительное применение убийц микробов, кажется, единственное, что есть в записке у современной медицины. Прогнозируется, что мировой рынок антибиотиков вырастет с 38 млрд долларов в 2021 году до 45 млрд долларов в 2028 – вот вам и вся борьба с резистентностью. Маркетологи выявили главный фактор успеха в этой отрасли: «рост распространенности бактериальных инфекций»<sup>82</sup>. Как удобно, когда собственный продукт приводит к повышению спроса на собственный продукт! Весь этот бизнес построен на лживой теории Луи Пастера о том, что болезнь вызывают микробы. Я же придерживаюсь естественной теории Антуана Бешана о том, что болезнь является следствием ослабленного иммунитета и нужно лечить человека, а не инфекции.

Те, кто всегда игнорировал заявления травников о том, что эффективность растений кроется в синергии их компонентов, сегодня разрабатывают полихимические коктейли, основанные на синергии трех-четырех веществ. Продемонстрировать, как работают вместе два вещества, намного проще, чем показать взаимоусиливающее действие двухсот или двух тысяч различных компонентов в травах. По этой причине научное сообщество (секта узколобов) вряд ли когда-нибудь со всей серьезностью отнесется к комплексу веществ, имеющемуся в растениях: современная медицина никогда не сможет соревноваться на равных с природой. Ей трудно признать, что резистентность может быть еще одним признаком того, что мы достигли конца эпохи антибиотиков. И кстати, почему куриный бульон такой «полезный» при ангине? Потому что в нем много антибиотиков – ими закачивают всех животных, выращиваемых на еду.

Постепенно приходит понимание того, что в начале прошлого века произошла настоящая диверсия традиционной медицины, и мы живем в эру пренебрежения фундаментальными биологическими законами, в торжестве невежества, обмана и финансовых интересов корпораций<sup>83</sup>. А пока добросовестная медицина не вернулась, через гремучую смесь истины и лжи родителям приходится продираться в одиночку. По крайней мере, я рада, что давала антибиотики Юле и Ники лишь по одному разу (и очень давно), Аксу – ни разу. С начала 2018-го я перестала пользоваться жаропонижающими, антибиотиками, вообще любыми неприродными препаратами, прекратила делать прививки. Моей осознанности скоро 5 лет! Хотя *следствия наших поступков хватают нас за волосы, совершенно не принимая во внимание того, что мы тем временем «исправились»*, как сказал Ницше.

---

<sup>82</sup> Объем рынка антибиотиков. <https://www.fortunebusinessinsights.com/antibiotics-market-104583>

<sup>83</sup> Теория инфекционных болезней – и ее криминальная история. <https://medalternativa.info/entry/pandemicheskij-teatr-tekst/>



Помимо осознанности, пришло и понимание значимости активизма. Плевать в потолок, лежа на печи, будем после того, как выведем антибиотики из экосистемы. Многие люди не понимают, что после приема лекарства никуда не деваются, а поступают в окружающую среду в виде отходов, чаще всего посредством канализации (антибиотические вещества попадают в очистительные сооружения, а оттуда практически в неизменном виде – в пресноводные источники); препараты с истекшим сроком годности выбрасываются как обычный бытовой мусор; фармацевтические компании сбрасывают в окружающую среду тысячи тонн отходов производства, в большей части которых содержатся остатки антибиотиков; во всем мире 66 % всех антибиотиков используются для сельскохозяйственных животных, а не для людей. Все это приводит к тому, что захлебываются от антибиотиков и те из нас, кто их не принимает. *«Мировое захоронение огромного количества синтетических антибиотиков в течение 65 лет оказало мощнейшее влияние на природу бактерий. В краткосрочной перспективе это значит появление уникальных бактерий, патогенных для человека, животных и растений. А в долгосрочной перспективе речь идет о разгуле эпидемий смертельных инфекционных заболеваний, которых в истории человечества еще не было»*<sup>84</sup>. Другое дело, я считаю, что здоровое тело человека совершенно и справится с любым видом натиска. Но натиск этот сейчас идет по всем фронтам одновременно, а тестировать границы возможного я не хочу.

---

<sup>84</sup> Бунер С. Х. Натуральные антибиотики. Природная альтернатива фармакологическим препаратам. <https://www.litres.ru/stiven-harrod-buner/naturalnye-antibiotiki-prirodnaya-alternativa-farmakol/>

## Бабушки/дедушки против!

Если бабушка/дедушка/свекровь/свекр / другой близкий родственник (но не второй родитель) против какого-либо аспекта воспитания ваших детей (по собственному опыту со свекровью могу предположить отрицание пользы растительного питания, поощрение употребления вредных сладостей и булочных изделий, а также уговоры одеться потеплее), то нужно в первую очередь осознать, что родителям совсем не обязательно отчитываться или объяснять свою позицию. Одновременное участие представителей двух поколений в воспитательном процессе часто порождает множество проблем, которые нередко переходят в серьезные конфликты. Предотвратить их можно лишь одним способом: изначально расставить все точки над «i» и условиться, что если бабушка хочет участвовать в процессе ухода, то нужно следовать правилам родителей. Без споров, в бескомпромиссном стиле: «Наши дети конфетами не питаются. Мы можем с тобой договориться, что ты их конфетами не кормишь?» Иначе машина может забуксовать в песке, все глубже и глубже увязая в противоречиях и усугубляя недостатки вовлеченных. При этом, если речь о свекрови, отец должен четко дать понять, что право принимать решения принадлежит только вам двоим и он больше не потерпит постороннего вмешательства. В споре всех троих ему не надо открыто идти против жены, принимая сторону бабушки. Если он считает, что бабушка в чем-то права, то ему следует обсудить это наедине с супругой.

Моя свекровь – замечательная бабушка для Юли, Ники и Акса, но более или менее бесконфликтно решить вопрос с веганством детей помогла только просьба с нашей стороны принять мои убеждения на тему питания, не обсуждая их. Я считаю, что если старшему поколению действительно важно психологическое состояние внуков, то они должны приложить все усилия, чтобы не возникало конфликтов. Не идите на компромисс, поступаясь своими принципами, – ни с кем. Это включает в себя ваших друзей и семью. Вместо этого поднимите свою планку выше. Вы не будете популярны, но это то, что делают лидеры! Одновременно с этим я никого не осуждаю за желание порадовать своих близких или за выбор пути наименьшего сопротивления. Я понимаю. На всех нас в тот или иной момент оказывали давление, чтобы мы соответствовали статус-кво. Легче плыть по течению, сливаться с ним, есть как все и делать то, что все от тебя ожидают. Но вопрос, который мы должны задать себе, заключается в том, *а какой ценой?* Ценой наших собственных убеждений? Ценой здоровья наших собственных детей? Довольно высокая цена, на мой взгляд. Это не значит, что мы должны раскачивать лодку при каждом удобном случае, но какой смысл иметь мнения и ценности, если мы не проявляем их в нашем поведении и не отстаиваем, когда их подрывают? Все говорят, что хотят что-то изменить, но для того, чтобы что-то изменить, нам, возможно, придется сделать что-то по-другому. Только люди, которые готовы отстаивать свою индивидуальность и действовать в соответствии со своими личными убеждениями, действительно окажут влияние на ход событий. Более того, из личного опыта скажу, что четкая граница с несогласными близкими долгосрочно выйдет бесконфликтнее и проще для всех вовлеченных. И вообще, ваша семья будет говорить о вас всякую ерунду... пока вы разрушаете их родовые проклятия... это не для слабых, мои дорогие, вы потрясающие!

Разумеется, если ваш родственник искренне заинтересован в теме, можно предоставить ему информацию для дальнейшего изучения. Так, сестре мужа, врачу, проживающей в Париже, я в свое время купила книгу Майкла Грегера «Не сдохни! Еда в борьбе за жизнь»<sup>85</sup> – и хотя, насколько мне известно, она не поменяла свой образ жизни, но к веганству относится с интересом и пониманием. Мы можем лишь предоставить информацию и наилучшие, на наш взгляд,

---

<sup>85</sup> Грегер М. Не сдохни! Еда в борьбе за жизнь. <https://inlnk.ru/jEKpgy>

источники ее изучения и подать свой собственный пример. Поэтому я не расстраиваюсь и не воспринимаю лично, если человек продолжает придерживаться насильственных практик (будь то аборт, вакцинация либо промышленность животноводства). Иногда ему требуется время перебродить на своих дрожжах, мое дело лишь подкинуть пару мыслей. Хотя в основном все это все равно заканчивается тем, что «Васька слушает, да ест», – они продолжают делать свои предосудительные дела как не бывало. У меня не укладывается это в голове, но я достигла какого-то деятельного спокойствия и не испытываю потребности переживать, ведь наша работа бесконечна, а у каждого человека в любом случае свой собственный путь.

Хорошее обращение к бабушкам и дедушкам можно найти на сайте доктора Комаровского, который обращает внимание на *«самое главное правило, обязательное для исполнения дедушками и бабушками: никогда и ни при каких обстоятельствах не принимать никаких решений, касающихся образа жизни ребёнка, а тем более не навязывать эти решения его родителям. Ответственность за счастье и здоровье малыша несут только мама и папа. Вы должны с этим смириться и, как бы вам этого ни хотелось, никакой ответственности на себя не брать! И это не бездействие, не закрывание глаз – это единственный и самый верный путь к миру и спокойствию в семье, к нормальным взаимоотношениям между поколениями!»*<sup>86</sup>

И нет, совсем не обязательно верить всем утверждениям какого-либо врача, если цитируешь отдельную его позицию. Лично я собираю всю необходимую информацию по крупицам и самостоятельно оформляю ее в собственное мировоззрение.

Возьмем противоположную ситуацию: деды – ЗОЖники, а внуки требуют вредной еды (знаю, редкость, в основном все-таки речь о натиске двух кило конфет по-бабушкински). В таком случае предопределяющим становится местонахождение – у себя дома бабушка может установить правило не употреблять продукты животного происхождения, и касаться оно будет всех, поскольку речь тут не о ребенке, а о принципах, относящихся к животным. С другой стороны, влиять на другие сферы жизни, лично касающиеся ребёнка (например, вакцинация), осознанные родственники могут лишь в качестве советчиков, и то только при условии, что родители восприимчивы к их рекомендациям.

В нашем случае, когда дети находятся с моей мамой, все эти проблемы, к счастью, снимаются и мы с удовольствием делимся друг с другом растительными рецептами и природными методами укрепления здоровья, а дети могут рассказывать бабушке о своих переживаниях и идеях насчет здорового образа жизни. Этот неловкий момент, когда ваш ребенок кричит своим приятелям в детском саду: «Смотри, химтрейлы, они нас травят!» Когда бабушка рядом, нет преград для самовыражения. Вообще-то странно, что люди верят в воображаемый невидимый вирус и не верят в видимые как на тарелочке химтрейлы. Это как верить в единорогов и не верить в существование камней.

**Советы на тему коммуникации о статусе вакцинации с родственниками и друзьями:**

- Не надо самому тыкать в медведя палкой, пусть сами поднимут тему.
- Упомяните о превосходном здоровье своих детей. Да уж, мои дети, конечно, как супер-герои здоровы, а вот остальные дети, видимо, решили поддержать индустрию медицины. Ну, ведь сравнивать нечего, верно? Просто повезло Наверное.
- Упомяните исторический факт, что смертность от болезней резко снизилась до появления вакцин благодаря улучшению питания, санитарных условий, чистой питьевой воды, охлаждения/хранения продуктов питания, прекращения детского труда и т. д. Есть такой "Принцип Оккама", он предполагает, что, если есть несколько разных объяснений для какого-либо

---

<sup>86</sup> Доктор Комаровский. Бабушка: социальное явление глазами педиатра. <https://mamaplus.md/ru/proiecte/interview/doktor-komarovskiy-babushka-socialnoe-yavlenie-glazami-pediatra>

явления, то предпочтение следует отдать наиболее простому варианту объяснения, который требует меньшего количества предположений. В основе этого принципа лежит идея, что более сложные объяснения обычно менее вероятны, чем более простые и легкие. Чистая питьевая вода, лично мне кажется, намного проще объясняет предотвращение болезней, чем токсичное варено, протестированное на мышах и обезьянах.

- Упомяните об отсутствии ответственности производителей вакцин и законе 1986 года, защищающем производителей вакцин. Этот закон о вакцинации 1986 года и защита производителей вакцин специфичен для США, но может быть упомянут в контексте всего мира, поскольку американские производители вакцин экспортируют свои продукты по всему миру. Этот закон и практики, связанные с его реализацией, оказывают влияние на мировой рынок вакцин.

- Упомяните 400 научных исследований, приведенных в книге Нила Миллера.<sup>87</sup> В моей онлайн библиотеке десятки книг на тему, но именно эту я советую в первую очередь, тем более, она переведена на русский. Она как громкий крик, отстаивающий предостерегающий принцип: «Если сомневаешься, минимизируй риск».

- Попросите их посмотреть документальный фильм “Отвакцинены: от подлога к катастрофе”. Фильм о тщательном расследовании беспрецедентного подлога, совершенного Центром по контролю заболеваний США в купе с фармацевтическими компаниями, в следствие чего были обмануты миллионы врачей и ежегодно огромное количество детей получают увечья.

- Укажите, что указано во вкладышах к вакцинам. Удивительно, но производители вакцин выпускают так называемый вкладыш к вакцине, который представляет собой очень подробный обзор каждого аспекта вакцины, включая побочные эффекты, обнаруженные производителем во время тестирования. Все ли там включено и полный ли это обзор всех возможных сценариев? Точно нет. Но сам факт их существования примечателен, они действительно помогают нарисовать картину опасности вакцин.

- Если родственник упоминает “Дело Уэйкфилда”, вместо того, чтобы читать о нем в СМИ, направьте его непосредственно к объяснению самого Эндрю Уэйкфилда.<sup>88</sup> Ведь в первую очередь надо обращаться к первоисточнику, это уменьшит вероятность искажения информации. Пожалуйста, потом можно почитать и критику, но сам критический анализ возможен лишь с обращением к первоисточнику.

- Если вы спорите с членом семьи, выступающим за прививание, который, как вам уже известно, не передумает, не вступайте в диалог – смените тему или просто откажитесь от взаимодействия. Ведь как известно, попробовать уговорить такого человека – это, конечно, как пытаться уговорить кофе-машину варить чай. Интересно, но бесполезно.

---

<sup>87</sup> Книга Нила Миллера “Критическое исследование вакцин”. <https://konzeptual.ru/kriticheskoe-issledovanie-vakcin-esli-est-somnenija-10980/>

<sup>88</sup> Вакцина MMR, аутизм, желудочно-кишечные проблемы и The Lancet Paper. <https://rumble.com/vdc3bj-the-mmr-vaccine-autism-gastrointestinal-problems-and-the-lancet-paper.html>

## Беременность

В сыроедческих кругах популярна теория о том, что отсутствие менструации – это признак «чистоты» женщины. Я считаю, что это признак нехватки калорий, режим выживания, в который переходит организм, когда он интуитивно подстраивается под голодание. В таком случае для восстановления менструального цикла, как по мне, следует перейти на полноценное разнообразное растительное питание из овощей, зерновых, орехов и семян, бобовых и фруктов. Мое питание никогда не было ограничительным, за исключением ежегодных детоксов длиной в пару недель. На постоянной основе я не урезаю калории, в моем рационе множество клетчатки и полезных жиров.

Возможно, поэтому у меня никогда не было выкидышей и каких-либо проблем с зачатием, а все три беременности прошли идеально. И я не согласна с призывом ВОЗ «говорить о потере ребёнка»<sup>89</sup>, поскольку это является попыткой нормализовать невынашивание. Мы как общество становимся настолько неспособными к продлению своего рода, что разговорами уже ничего не исправишь. Нужно зреть в корень: здоровое тело матери сможет обеспечить выживание плода. Я не стигматизирую девушек, у которых случались выкидыши, также как не стигматизирую людей с ожирением. Но я против нормализации обоих случаев, я за признание их проблемой и, соответственно, за решения. И да, у женщин с ожирением риск выкидыша на 45 % выше. Так что поможет: разговоры о выкидыше или избавление от лишнего веса? Рассказывать о выкидыше, или работать над устранением факторов риска невынашивания, таких как прививка от гриппа в первом триместре (повышает риск выкидыша в 7,7 раз<sup>90,91</sup>), или искусственное повышение гемоглобина? Ведь механизм снижения гемоглобина в крови сходен с механизмом борьбы с инородным телом. Понижение гемоглобина у беременных – это норма, а препараты железа нарушают тонкий баланс тела матери.

Более того, считается, что сбалансированная растительная диета, богатая клетчаткой и с низким содержанием жиров, защищает от неблагоприятных исходов беременности, таких как гестационный диабет<sup>92</sup> и преждевременные роды<sup>93</sup>. Я родила всех троих детей в конце 42-ой недели, поэтому проблем с преждевременными родами тоже не было. А тест на гестационный диабет во время беременности не сдавала, написав отказ, потому что анализам предпочитаю ведение здорового образа жизни и не подвергаю себя дополнительным рискам (раствор глюкозы содержит в себе красители, консерванты и добавки – кто знает, как это влияет на плод, столь уязвимый в такое время?). Отказ я писала на большинство стандартных тестов, предложенных мне в Германии, поскольку уже имела опыт двух беременностей в Швеции, где программа обследований значительно меньше немецкой (по моей субъективной оценке, раз в пять). Совет, который я бы дала себе 25-летней, – не сдавать никаких анализов для беременных и не делать УЗИ. Я в принципе и так все тесты сравнительно по минимуму делала (в Швеции принято лишь одно УЗИ во время беременности, на 18–20 неделе<sup>94</sup>), но сейчас вообще не вижу в них необходимости.

---

<sup>89</sup> Почему нам так важно говорить о потере ребёнка. <https://www.who.int/ru/news-room/spotlight/why-we-need-to-talk-about-losing-a-baby>

<sup>90</sup> Ассоциация самопроизвольных абортс с получением инактивированной гриппозной вакцины, содержащей H1N1pdm09, в 2010–2011 и 2011–2012 гг. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28917295/>

<sup>91</sup> Исследование CDC показывает, что вероятность выкидыша в 7,7 раз выше после вакцинации против гриппа. <https://childrenshealthdefense.org/news/cdc-study-shows-7-7-fold-greater-odds-miscarriage-influenza-vaccine/>

<sup>92</sup> Растительная диета до беременности: проспективное когортное исследование с участием 14 926 женщин. <https://academic.oup.com/ajcn/article/114/6/1997/6369094>

<sup>93</sup> Веганская диета во время беременности. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6470702/>

<sup>94</sup> Ультразвуковое исследование при беременности, онлайн-система медицинской помощи Швеции. <https://inlnk.ru/>

Ультразвук может нарушить развитие клеток головного мозга у плода, это известно как минимум с 2007-го года<sup>95</sup>. Исследование в журнале *The Lancet* показало значительно более высокую задержку внутриутробного развития в группе женщин, которые сделали 5 УЗИ, по сравнению с теми, у кого было лишь одно сканирование на 18 неделе<sup>96</sup>. Иронично, поскольку задержку в развитии и хотят отловить частыми УЗИ. За что боролись, на то и напоролись. Не зря заведующий кафедрой нейробиологии медицинского факультета Йельского университета Паско Ракич предлагает относиться к УЗИ с той же осторожностью, как к рентгеновскому излучению. Другое исследование с участием 15 151 беременной женщины, опубликованное в журнале *New England Journal of Medicine*, показало, что ультразвуковое сканирование не улучшает показатели здоровья плода. В исследовании сравнивали беременных женщин, которые прошли два сканирования, с беременными женщинами, которым сделали сканирование только тогда, когда некоторые другие медицинские показания предполагали необходимость УЗИ. Результаты не выявили никакой разницы в исходах<sup>97</sup>. То есть вред доказан, а пользы никакой нет. Причем чем меньше срок беременности, тем больше вред, поскольку энергия концентрируется на меньшей области в то время, как закладывается фундамент для развития мозга. Еще один пример: проверка околоплодных вод (амниоцентез) и биопсия плаценты повышают риск выкидыша (риск 1 к 200 в соответствии с данными шведского здравоохранения<sup>98</sup>). Единственная причина, по которой акушеры рекомендуют амниоцентез, – это чтобы предложить вариант сделать аборт. Во множестве случаев результат теста ошибочный. Более того, игла может проткнуть глаз ребёнка, тут можно задаться вопросом: зачем вообще нужно здравоохранение? Любопытство или мотивация врача, какой бы она ни была, – не достаточно веская причина для того, чтобы подвергнуть малыша потенциальной опасности в сомнительных целях<sup>99</sup>.

В наши дни врачи уделяют слишком много внимания высокотехнологичному оборудованию. Вероятно, в результате они часто пугающе плохо ставят диагнозы. Серьезные расстройства не обнаруживаются примерно у четырех из десяти пациентов (врачи сравнили результаты вскрытия с медицинскими картами пациентов и обнаружили, что из 87 пациентов только 17 был поставлен полностью правильный диагноз)<sup>100</sup>. Поэтому нет, увольте, я не позволяю использовать моих детей в качестве подопытных и не доверяю никаким пренатальным специалистам. Да, мне, безусловно, повезло быть на учете во время первых двух беременностей именно в Швеции – врач поддерживала веганство, никаких мультивитаминов для беременных назначено не было, УЗИ «лишь» один раз, измеряла сердцебиение ребёнка по старинке, используя представленную к моему животу деревянную трубку вместо кардиотокографа, от применения которого в Германии я отказалась. Беременность – это не патология, а заложенная природой идеальная программа, вмешиваться в которую – себе дороже. Я тоже не железная и переживала, но не о гестационном диабете, а о рисках сделанного УЗИ. Бывает, что родители, подозревая возможное функциональное нарушение у будущего ребёнка, подвергаются давлению с целью проведения внутриутробной диагностики, а то и аборта, даже если они сами приняли решение оставить ребёнка вне зависимости от состояния его здоровья. Поэтому я в целом негативно настроена по отношению к пренатальной диагностике как таковой: слишком высок риск того,

[ND5pOj](#)

<sup>95</sup> Облученный детский мозг? [https://www.zeit.de/online/2006/32/ultraschall-foetus-risiko?utm\\_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F](https://www.zeit.de/online/2006/32/ultraschall-foetus-risiko?utm_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F)

<sup>96</sup> Эффекты частого УЗИ во время беременности: рандомизированное контролируемое исследование. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PII0140-6736\(93\)91944-H/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PII0140-6736(93)91944-H/fulltext)

<sup>97</sup> Влияние пренатального ультразвукового скрининга на перинатальный исход. <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJM199309163291201>

<sup>98</sup> Диагностика во время беременности. <https://www.1177.se/barn-gravid/graviditet/undersokningar-under-graviditeten/fosterdiagnostik/>

<sup>99</sup> УЗИ – удар по мозгу и иммунитету. <https://medalternativa.info/entry/uzi-udar-po-mozgu-i-immunitetu/#i-3>

<sup>100</sup> Третий закон медицины Коулмана. <https://vernoncoleman.org/videos/colemans-3rd-law-medicine>



что на будущую маму злобно набросятся, как коршуны. Мечтать не вредно: в будущем хотелось бы, чтобы пренатальные эксперты сопровождали натуральное очищение беременной, а не пытались выявить патологию, появившуюся из-за предыдущего неправильного лечения.

Приведу десять пунктов из гйда по здоровой беременности доктора Мерколы<sup>101</sup>, популярного сторонника альтернативной медицины, с моими комментариями:

- *Здоровая суточная доза омега-3.* Я ежедневно ела семена либо чиа, либо льна, либо очищенные семена конопли и раз в несколько дней принимала добавку омега-3 из водорослей.

- *Оптимизация уровня витамина D.* Есть приблизительно 90-процентная вероятность того, что у вас ненадлежащий уровень витамина D. Я не пользуюсь никакими солнцезащитными кремами (и никогда не мажу ими детей) и ежедневно провожу несколько часов на улице в любую погоду, летом часто в купальнике. Зимой пью витамин D3 в виде холекальциферола из экстракта лишайника, поскольку живу недалеко от полярного круга. Недавние данные интервенционных исследований витамина D и метаанализы большого количества исследований подтверждают, что добавки витамина D во время беременности улучшают здоровье матери, плода, а также непосредственного и последующего здоровья детей<sup>102</sup>.

- *Регулярная физическая нагрузка.* Интенсивные физические упражнения уменьшают риск преждевременных родов, приводят к статистически небольшому, но значимому увеличению срока беременности до родов<sup>103</sup>. Теперь я поняла, почему ходила беременная по 42 недели! Недоношенность является основной причиной смертности среди новорожденных, преждевременные роды представляют угрозу для здоровья ребёнка. Некоторым новорожденным требуется особый уход в отделении экстренной медицины на протяжении недель или месяцев. Кто-то из этих детей, возможно, будет страдать всю жизнь от проблем со здоровьем. Гулять по два часа в день или записаться на фитнес для беременных – я ведь не прошу достать Луну с неба.

- *Питание для бодрости и здоровья.* “Есть за двоих” – это вводящее в заблуждение заявление. Некоторые женщины набирают слишком много веса из-за ошибочного убеждения, будто они должны обеспечить дополнительное питание для своего растущего ребёнка<sup>104</sup>. Во время беременности организм более эффективно усваивает определенные питательные вещества, что подчеркивает важность выбора продуктов, богатых питательными веществами, вместо простого увеличения объема пищи. Идея “еды за двоих” – банальный предлог есть всё, что ни вздумается. Во втором и третьем триместрах потребность в дополнительных калориях может быть всего лишь от 300 до 500 калорий в день, что далеко от “удвоения” калорийности рациона. Исследования показывают, что примерно половина всех беременных женщин имеет избыточный вес или ожирение. “Едим за двоих, и да, мы оба хотим десерт!” Дети, рожденные женщинами, страдающими ожирением, имеют повышенный риск врожденных дефектов<sup>105</sup>. Цельное растительное питание – синоним здоровой беременности.

- *Просто сказать нет прививкам.* Вакцинация – это медицинская процедура, которая сопряжена с риском повреждений и смерти. По очень грубой, спекулятивной оценке, мировая компенсация за ущерб, причиненный вакцинами, с момента запуска этих программ может составить около 10 миллиардов долларов (просто предположение, основанное на имеющихся данных). Чтобы избежать этих потенциально серьезных последствий, вы должны серьезно рассмотреть плюсы и минусы вакцинации во время беременности. Слепое доверие общепринятым

<sup>101</sup> Полезное руководство по естественно здоровой беременности и ребенку. <https://inlnk.ru/3ZBp10>

<sup>102</sup> Прием витамина D во время беременности: обзор. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32487800/>

<sup>103</sup> Эффекты упражнений высокой интенсивности в третьем триместре беременности: систематический обзор и метаанализ. <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-019-2441-1>

<sup>104</sup> Употребление слишком большого количества калорий вредно как для вас, так и для вашего растущего ребёнка. <https://www.webmd.com/baby/features/pregnant-eat-for-two-right>

<sup>105</sup> Ожирение и беременность. <https://www.acog.org/womens-health/faqs/obesity-and-pregnancy>

мнениям не оправдывает вас в случае плохого исхода. Широко распространенные убеждения и практики в прошлом причиняли значительный вред: пестицид ДДТ, который широко использовался с 1940-х по 1970-е годы для борьбы с малярией и т. д., мог привести к задержке развития, преждевременным родам, низкому весу при рождении; Талидомид назначали беременным женщинам от утренней тошноты, что привело к рождению тысяч детей с деформациями конечностей; существует целый список лекарств, которые были отозваны с рынка после того, как они вызвали врожденные дефекты (ретиноиды, некоторые противосудорожные препараты и антидепрессанты, варфарин, некоторые антиретровирусные препараты). Нельзя доверять никаким фармацевтическим продуктам во время беременности в принципе. Тем более, что последствия могут проявиться гораздо позже в жизни, как, например, в случае с женщинами, у которых рак влагалища развился из-за того, что их матери принимали эстрогены несколько десятилетий назад (когда существовали опасения, что без эстрогена они потеряют своих детей). Какие еще лекарства могут иметь столь продолжительное воздействие на другое поколение? Я не играю в азартные игры с жизнью и не рискую судьбой.

- *Удаление ртутных амальгам.* Если у вас пломбы из ртутной амальгамы, вы сбрасываете ртуть из пломб в вашего ребёнка. В идеале было бы лучше удалить пломбы до того, как вы забеременеете. Но если вы уже беременны, вероятно, лучше не менять пломбы до родов. Однако важно понимать, что пары ртути легко попадают в грудное молоко.

- *Сведение к минимуму воздействия пестицидов.* Давно установлена взаимосвязь между контактом беременной с фосфорорганическими соединениями, применяемыми в качестве пестицидов в сельском хозяйстве, и риском развития расстройств аутистического спектра у ребёнка, рожденного в результате этой беременности. Помимо того, у таких детей чаще отмечают задержку общего развития<sup>106</sup>. Я стараюсь покупать экологически чистые продукты у частных производителей, а с неорганических фруктов удаляю кожуру. Летом 2022-го я начала заниматься садоводством и в будущем попытаюсь вырастить достаточно продуктов для питания детей. Во время беременности стоит полностью перейти на органику, как в плане питания, так и при уборке места жительства.

- *Использование самой безопасной косметики.* Большинство косметических средств, таких как краска для волос, спрей, косметика для лица и лак для ногтей, состоят из головокружительного множества химических соединений. Например, формальдегид в некоторых лаках для ногтей и средствах для ухода за волосами классифицируется как канцероген; фталаты, содержащиеся в некоторых духах и лаках для ногтей, связаны с повышенным риском развития и репродуктивных проблем; ретиноиды, содержащиеся в некоторых антивозрастных косметических средствах, также могут быть вредными во время беременности, особенно при приеме внутрь, поскольку было доказано, что они вызывают врожденные дефекты. Беременность – это прекрасный повод дать себе отдохнуть от мейкапа.

- *Избегайте воздействия фталатов.* Химические вещества, обычно используемые в пластике, могут вызвать риск врожденных дефектов, а также замершую беременность. Некоторые из них получили прозвище «гендер-бендеры», они приводят к тому, что мальчики/мужчины приобретают женские черты. Кстати, то же можно сказать и о вакцинах, содержащих ДНК абортированного ребёнка противоположного пола.

Каждая беременность уникальна, каждая женщина особенная, у всех разные обстоятельства, своя собственная дорога в отведенное для этого время. Но мы должны перестать слепо поддерживать статус-кво и взять ответственность на себя. Родители, а не корпорации и не работники здравоохранения, являются истинными экспертами по беременности, родам и вос-

---

<sup>106</sup> Уровень пестицидов в организме матери связан с развитием аутизма у детей. <https://scientificrussia.ru/articles/uroven-pestitsidov-v-organizme-materi-svyezhan-s-razvitiem-autizma-u-detej>

питанию здоровых детей. Мы нуждаемся в поддержке и советах, а не в запугиваниях и угрозах. Женщины должны доверять своим инстинктам – они знают больше, чем думают. С какой стати я буду доверять ультразвуку, когда по меньшей мере треть его результатов касается количества околоплодных вод неверна?<sup>107</sup> Ошибочный диагноз может повлечь за собой призыв ложиться «на сохранение» в роддом, а женщину предупредят о том, что это резко увеличит риск развития легочной эмболии? Хотя нет достаточных доказательств того, что постельный режим приносит пользу, есть подтверждения того, что он наносит вред. Общество под натиском «медицины» превратило беременность, которая обычно является радостным и чудесным процессом, в опасное и часто трагическое событие. Идешь к акушеру-гинекологу, сопровождающему беременность, и он такой: «Давайте-ка посмотрим, что за ужасная новая проблема у вас есть на сегодня, о которой вы раньше никогда не слышали...» Тест за тестом, указывающие на необходимость последующих тестов, которые сами по себе ничего не доказывают. Они не уменьшили смертность или заболеваемость, а увеличили затраты и нагнали страх. Отношение к беременности как к болезни или несчастному случаю, ожидающему своего часа, не только лишает процесс радости, но и открывает двери для ненужного вмешательства и потенциального вреда. Родители, которые ищут второе мнение или хотят менее инвазивного ухода, часто подвергаются осуждению либо сталкиваются с истинным удивлением: «Почему вы не хотите этот тест? Никто еще от него не отказывался!»

Во время моих трех беременностей мне не нужно было ведение беременности, мне нужна была качественная еда, солнечные ванны, время на спорт и расслабление, любимая работа, друзья и семья. Вообще удивительно, как тело матери защищает ребёнка любой ценой, а ребенок в ответ защищает и восстанавливает мать. Своеобразный микрохимизм между женщиной и ее ребенком: во время беременности некоторые клетки ребёнка мигрируют в кровоток матери, а затем возвращаются к ребенку. Это происходит в течение всей беременности, даже если произошел выкидыш или был совершен аборт. Стволовые клетки могут дифференцироваться в различные типы клеток, потенциально способствуя восстановлению материнских органов или тканей, поврежденных во время беременности. Кроме того, беременность способствует увеличению объема крови и физиологической гипертрофии сердца. Некоторые исследователи полагают, что эти изменения могут принести кратковременную пользу сердечно-сосудистой системе. Разве это не интригующая идея, что ребенок оказывает физическое положительное влияние на организм матери во время беременности? Воистину: «Мир не подлежит приведению в порядок; мир – это воплощение порядка. Нам надлежит гармонизировать с этим порядком». (Генри Миллер)

Женский организм наделен силой, мы связаны с поколениями женщин, которые жили до нас, и наши тела и наши нерожденные дети обычно знают, что делать. Это не означает, что будет легко. Во время моей последней беременности у меня были дочки пяти и двух с половиной лет, мы ехали на велосипедах в парк и занимались гимнастикой. Не то чтобы я провела много времени на диване, в то время как кто-то осуществлял мои кулинарные желания... Не то чтобы осознание опыта предков мне вспомнилось во время родов... И не то чтобы мне кто-то уступил место в метро по пути с работы, когда я была на восьмом месяце (один раз мне уступила место беременная с меньшим сроком!)... Но все становится гораздо легче, когда ты обособливаешься от медицинского ухода, направленного на комфорт доктора и выручку больницы, а не на здоровье рожениц и младенцев. Тела русских женщин не сломаны, не некомпетентны и дееспособны. Но наша система здравоохранения настроена против нас. Найдите врача, который верит в заговор, – так вы будете в большей безопасности.

<sup>107</sup> Амниотическая точность трех сонографических оценок была одинаковой и колебалась от 59 до 67 %. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5029989/#ajum00167-bib-0033>

## **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.