

ПРИРОДНЫЙ



ЗАЩИТНИК



ЛЕЧЕНИЕ ЙОДОМ,  
АКТИВИРОВАННЫМ  
УГЛЕМ И СОДОЙ



В ЛЕЧЕНИИ  
И ОЧИЩЕНИИ  
ОРГАНИЗМА



РИПОЛ  
КЛАССИК

**Юлия Николаевна Николаева**  
**Лечение йодом,**  
**активированным углем**  
**и содой в лечении и**  
**очищении организма**  
Серия «Природный защитник»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=2346895](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2346895)*

*Лечение йодом, активированным углем и содой в лечении и очищении организма / [сост. Ю. Н. Николаева].: РИПОЛ классик; Москва; 2011*

*ISBN 978-5-386-03465-8*

### **Аннотация**

Современный ритм жизни зачастую не дает расслабиться ни на минуту. В результате многие люди забывают о том, как важно заботиться о своем здоровье. В книге подробно описаны случаи применения йода, активированного угля и пищевой соды против различных заболеваний и производимый ими эффект. Здесь рассказывается не только о непосредственном лечении болезней, но и о способах очищения организма человека этими подручными средствами.

# Содержание

Введение	4
Йод	7
Общие сведения о йоде	7
Что нужно знать о щитовидной железе	10
Причины заболеваний щитовидной железы	13
Обследование щитовидной железы	16
Узи	17
Радиоизотопное исследование	17
Рентгенологическое обследование и компьютерная томография	19
Клинические и биохимические анализы крови	19
Дефицит йода и его проявления	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# **Юлия Николаевна Николаева Лечение йодом, активированным углем и содой в лечении и очищении организма**

## **Введение**

Современный ритм жизни зачастую не дает расслабиться ни на минуту. В результате многие люди забывают о том, как важно заботиться о своем здоровье. К наиболее частым «побочным эффектам» современной цивилизации относятся эмоциональное перенапряжение и недостаток физической активности. В то же время синдром хронической усталости, которым страдает 80 % людей на планете, влечет за собой серьезные заболевания сердечно-сосудистой, пищеварительной и нервной систем. Поэтому, если вы хотите быть здоровым и превосходно себя чувствовать, запомните важное правило: лучше предупредить заболевание, чем потом его ле-

чить. Ну а на случай болезни неплохо бы иметь дома недорогие подручные средства: йод, активированный уголь, пищевую соду.

Спиртовой раствор йода используется для обработки царапин и ран. Йод для внутреннего употребления, из которого на 65 % состоят гормоны щитовидной железы, изготавливается химическим путем и попадает в организм человека с препаратами, содержащими его.

Принимая в расчет большее расположение людей к нетрадиционным методам лечения, их обращение к народной медицине, следует обратить внимание на те растительные продукты, в которых отмечается наибольшее содержание столь необходимого во многих случаях йода. Согласитесь, приятнее лечиться, скажем, черноплодной рябиной и женьшенем, нежели таблетками. Именно в этих двух растениях йода содержится очень много. А в ягодах черноплодной рябины, помимо йода, присутствуют еще аскорбиновая кислота, сахара, органические кислоты, каротин, флавоноиды и антоцианы. Это прекрасное поливитаминное средство для лечения тиреотоксикоза и гипертонической болезни.

Активированный уголь фактически незаменим при многих болезнях и при оказании первой медицинской помощи в случаях отравления. Этот препарат доступен и дешев. Он безвреден и почти не имеет побочных эффектов, его использование разрешается без предварительной консультации врача.

Пищевая сода – это недорогое средство, которое также имеется в каждом доме. Возможно, вы удивитесь, но сода не только превосходно удаляет загрязнения с посуды, но и является эффективным и безопасным лекарством.

В книге подробно описаны случаи применения йода, активированного угля и пищевой соды и производимый ими эффект. Здесь рассказывается не только о непосредственном лечении различных заболеваний, но и о способах очищения организма человека этими подручными средствами.

# Йод

## Общие сведения о йоде

Многих, наверное, удивляют заявления медиков о том, что мы часто недополучаем йод в естественных условиях. Они утверждают, что за последнее время большинство людей все чаще страдают от нехватки йода. А если брать в расчет статистику, то выходит, что каждый шестой житель Земли страдает от йодного дефицита. А все потому, что в рационе нашего питания недостает полноценных белков, а также витаминов А и С. В результате происходит развитие эндемического зоба – болезни, при которой в организме нарушаются все обменные процессы. Признаки заболевания начинают проявляться практически сразу. Больной резко набирает вес или же теряет его, у него происходит ухудшение памяти, ослабевает иммунитет, постоянно болит голова. Человек становится нервным, раздражительным, быстрее, чем раньше, утомляется. В дневные часы сонлив, в вечерние не может уснуть. У него часты депрессии.

Говоря о йододефиците у населения, врачи не имеют в виду только лишь недостаточное потребление йодосодержащих продуктов питания. Под естественным способом получения йода они подразумевают также воздух и воду, в кото-

рых он тоже содержится. Из воды и воздуха мы потребляем до 10 % органического йода, остальные 90 % обеспечиваются продуктами питания. Самыми богатыми этим микроэлементом растительными продуктами считают хурму, финики, черноплодную рябину, смородину, чернослив, яблоки, вишню, огурцы, картофель, свеклу, морковь, капусту, баклажаны, чеснок, редьку, салат, помидоры, лук. Много йода содержится и в мясе, твороге, яичном желтке.

Выходит, что йод нашему организму жизненно необходим. Ведь он обеспечивает производство гормонов щитовидной железы, укрепляет иммунитет, снижает уровень холестерина в крови и помогает нормальной работе нервной системы. И несмотря на все это, учеными было подсчитано, что самого йода за всю свою жизнь человек съедает не более одной чайной ложки, а в день его потребность равняется 150 мкг. Именно столько требуется нашему организму для нормального функционирования. А потому нет смысла принимать сверх меры всевозможные химические препараты, не только не помогая организму, но и мешая ему, а иногда даже нанося вред.

Дисбаланс йода в организме, а именно в щитовидной железе, ведет к нарушениям самых различных функций, а это, несомненно, чревато появлением множества неприятных недугов. И хотя компенсаторные возможности щитовидной железы очень велики, и она в случаях легкого дефицита йода сама адаптируется к таким условиям, продолжая функ-

ционировать как и раньше, но при серьезном дисбалансе йода эти способности оказываются недостаточными, и начинают возникать заболевания щитовидной железы.

Те, кто не желают с ними сталкиваться, стараются обезопасить себя, принимая всевозможные йодосодержащие препараты, восполняя ими недостачу йода. При этом не все помнят о том, что этот полезный йод может быть одновременно и опасным. Чтобы не навредить себе, нужно хоть немного разбираться во всех этих предлагаемых аптеками препаратах, знать, какова суточная норма йода для человека и каким, кроме медикаментозного, способом его еще можно получить. Обо всем этом как раз и пойдет речь дальше.

## Что нужно знать о щитовидной железе

Щитовидная железа – это орган, напоминающий по своей форме бабочку. Он состоит из двух долей и перешейка. Последний располагается в нижних отделах передней поверхности шеи. Сами доли состоят из пузырьков, называемых фолликулами. Фолликулы, в свою очередь, выстланы однослойными клетками – тиреоцитами. Именно внутри фолликулов содержится коллоид, в котором находятся вырабатываемые тиреоцитами гормоны и ряд иных веществ. Между фолликулами располагается рыхлая соединительная ткань. В ней размещаются так называемые С-клетки, вырабатывающие гормон, регулирующий обмен кальция. Этот гормон носит название «кальцитонин».

Масса щитовидной железы в момент ее формирования у ребенка равняется 1 г, через 5-10 лет она увеличивается до 10 г, а к середине жизни достигает массы 20–30 г. Значение щитовидной железы велико, так как она является одним из самых кровоснабжаемых органов. В ней осуществляется синтез тиреоидных гормонов, продуктами которых являются содержащие йод гормоны тироксин Т4 и трийодтиронин Т5.

Гормоны щитовидной железы называют дирижерами жизни за их участие во всех важных жизненных функциях. Они

управляют расходом белков, жиров и углеводов, регулируют деятельность нервной системы, половых, молочных желез, деятельность мозга, а также рост и развитие самого организма.

Теперь давайте попробуем разобраться в том, что происходит с йодом, когда он попадает к нам в организм. Оказавшись в кишечнике, этот микроэлемент всасывается и током крови доставляется в щитовидную железу. В последней из него и ряда других веществ (аминокислот) синтезируются гормоны. Часть этих гормонов скапливается в своеобразных кладовых, называемых фолликулами. Другая часть идет в кровь, которая доставляет их к тем тканям и клеткам организма, которые в них нуждаются. Достигнув клеток и тканей, гормоны берутся за работу, осуществляя свои регулирующие функции. Когда гормонов начинает не хватать, еще одна их часть отправляется в кровь, и так до бесконечности. Какие же именно регулирующие функции берут на себя гормоны щитовидной железы? Оказывается, они контролируют энергетический обмен, обмен белков, жиров и углеводов, а также кальция во всех клетках организма, включая нервную систему. Чтобы избежать путаницы, ученые выделили для себя три направления действия гормонов щитовидной железы:

1. **Метаболическое.** Оно выражается в регуляции обменных процессов, а именно в увеличении синтеза белка, повышении распада жиров и углеводов.

2. Регуляторное. Гормоны этого направления отвечают за процесс усвоения кальция костями и уровень содержания сахара в крови. При нарушениях в работе щитовидной железы регуляторное действие ослабевает, кости из-за нехватки кальция становятся более ломкими, что особенно опасно для детей и людей старшего поколения.

3. Адаптационное. То есть гормоны данного направления обеспечивают физиологическую адаптацию организма, помогают ему приспособливаться к изменениям в окружающей среде. При плохой адаптации слабеет иммунитет, организм становится более подверженным всевозможным инфекционным заболеваниям, с которыми не всегда в состоянии самостоятельно бороться.

И это, конечно же, еще не все. Помимо наиболее ярко выраженных действий, гормоны также осуществляют контроль за образованием тепла, скоростью поглощения кислорода клетками, участвуют в поддержании иммунитета, нормального функционирования дыхательного центра, влияют на состояние и качество работы мышц (сердечной и скелетных), состояние жировой ткани, улучшают кроветворение, стимулируют моторику желудочно-кишечного тракта.

Если же говорить в общем, эти гормоны несут ответственность за нормальное функционирование многих органов и систем. Исходя из этого, становится ясно, что сбой в работе этой вроде бы маленькой железы может привести к развитию заболеваний многих других органов, лечение которых, без

приведения в порядок уровня гормонов щитовидной железы, скорее всего окажется недостаточно эффективным.

## **Причины заболеваний щитовидной железы**

В связи со своей широкой распространенностью и выраженными нарушениями многочисленных функций различных органов и систем организма заболевания щитовидной железы в последнее время находятся под пристальным вниманием врачей. Причина этого заключается в том, что наибольшую часть территории нашей страны занимают районы с природной йодной недостаточностью. В результате заболевания щитовидной железы встречаются у 40 % взрослых и 53 % детей, проживающих в такой местности. И положение с каждым годом все более ухудшается. А потому с полной уверенностью можно заявить, что болезни щитовидной железы занимают доминирующее положение среди других эндокринных заболеваний.

Спектр патологий болезней щитовидной железы многочислен. Это и заболевания аутоиммунного генеза, и узловые формы со злокачественными опухолями, и просто йододефицитное состояние организма. В любом возрасте под влиянием йодной недостаточности могут возникнуть зоб, клинический и субклинический гипотиреоз, йодиндуцированный гипотиреоз, акселерация атеросклероза (в основном у пожи-

лых людей).

Особое опасение вызывают участвовавшие патологии щитовидной железы у беременных женщин.

Несложно догадаться, что без профилактических лечебных мероприятий может возникнуть угроза дальнейшего развития всей нации в плане здоровья будущего поколения. Согласитесь, не слишком оптимистичной видится картина будущего наших детей и внуков.

Причин для возникновения заболеваний щитовидной железы насчитывается огромное множество. Это не только нехватка йода в пище, воде и воздухе, но также и его избыток в организме. Играть роль и плохая экология, увеличение числа нервно-психических расстройств, стрессовых ситуаций, уменьшение количества белковой пищи в повседневном рационе – такой, как мясо, молоко, морская рыба. Что и говорить, мясо хорошего качества и в требуемом объеме в настоящее время видят немногие. То же самое и с молоком, рыбой. А ведь эти продукты нам просто необходимо употреблять хотя бы раз в неделю.

В свою очередь, преобладание в нашем рационе растительных продуктов способствует росту щитовидной железы. Так, доказано, что стимулировать ее рост помогают цветная капуста, редис, редька, морковь, репа, шпинат, персики и топинамбур. И если одним этих продуктов недостает для нормализации деятельности щитовидной железы, для здоровья других они даже вредны.

Причиной появления болезней данной категории может стать даже недостаток каких-либо других микроэлементов при избыточном количестве йода. В число таких микроэлементов могут входить кобальт, марганец и селен.

Чтобы нормализовать работу щитовидной железы в данном случае, следует тщательно корректировать поступление в организм именно нехватяющих элементов, а не лечиться йодом.

Заболевание щитовидной железы может возникнуть в результате получения избыточной дозы ультрафиолетового излучения. Также спровоцировать болезнь может очаговая инфекция в полости рта и носоглотки и даже слишком широкое и необдуманное применение всевозможных медикаментозных средств. Особенно опасны лекарства, используемые в кардиологии, гинекологии, психиатрии и некоторых других областях медицины.

Опасны для щитовидной железы курение и употребление алкоголя. Установлено, что у курящих лиц намного чаще встречаются узловые образования и хронические воспаления щитовидной железы. Компоненты табака оказывают повреждающее влияние на тиреоциты – клетки щитовидной железы. Иначе дело обстоит с алкоголем. Пока не было выявлено прямого влияния спиртосодержащего продукта на состояние и структуру щитовидной железы, но зато доказано его отрицательное влияние на состояние печени. А она является одним из органов, участвующих в обмене гормонов

щитовидной железы. То есть все в организме взаимосвязано.

Да и вообще, причины, ведущие к заболеваниям щитовидной железы, могут быть самыми различными. Но если эти самые причины не брать в расчет при подборе способа и метода лечения, оно может оказаться неэффективным.

Но каким бы ни было ваше заболевание, выявить его не всегда можно визуальным путем. Во многих случаях необходим широкий спектр лабораторных и инструментальных методов исследования. Проводит его эндокринолог. С помощью лабораторной диагностики врач может очень точно определить состояние вашей щитовидной железы, выявить наличествующие в ней аутоиммунные нарушения, а определив характер заболевания, подобрать способ его лечения. Самостоятельно лечить такие заболевания ни в коем случае не следует, если вы, конечно, не желаете усугубить своего положения и дожидаться появления раковых узловых образований.

## **Обследование щитовидной железы**

Для того чтобы выявить патологию в работе щитовидной железы, у людей с предрасположенностью к данным заболеваниям или же с симптомами, для них характерными, проводят всевозможные обследования. Это могут быть УЗИ, лабораторное и радиоизотопное исследование, рентгенологическое обследование, компьютерная томография, взятие кли-

нических и биохимических анализов крови, ЭКГ.

## **Узи**

Ультразвуковое обследование дает достоверные данные, ориентируясь на которые врач ставит окончательный диагноз. Оно кратковременно, практически не имеет противопоказаний, обладает малой интенсивностью своего воздействия, а потому его проведение разрешено и при осмотре и проверке щитовидной железы беременных женщин.

По данным ультразвукового обследования можно предположить наличие нарушений функции щитовидной железы, то есть гипотиреоз. Но окончательный диагноз возможно утвердить лишь после лабораторного или радиоизотопного исследования.

## **Радиоизотопное исследование**

Радиоизотопное исследование щитовидной железы позволяет определить особенности строения данного органа, его размеры, выявить наличие узлов и установить их характер («холодные», «горячие»), а также оно требуется для диагностики тиреотоксической аденомы и уточнения наличия остатков ткани щитовидной железы после радикального лечения ее по поводу рака. Исходя из этих данных, определяется тактика лечения.

Следует знать, что некоторые лекарственные препараты

способны влиять на результаты радиоизотопных и лабораторных исследований, а потому на время проведения проверки функций щитовидной железы от приема этих препаратов следует отказаться. Сроки отмены лекарственных препаратов перед проведением обследования щитовидной железы примерно следующие:

- а) андрогены, АКТГ, эстрогены – 1–2 недели;
- б) антибиотики любых групп, гепарин, димедрол, резерпин, салицилаты – 1 неделя;
- в) йод, бром, кордарон, тиреоидные гормоны (кроме случаев заместительной терапии для определения ее адекватности) – 1 месяц;
- г) преднизолон – 2 недели;
- д) рентгенконтрасты водные – 6 месяцев, масляные – 12 месяцев;
- е) седативные препараты, тиреостатические препараты (мерказолил) – 10–14 дней.

Впрочем, более точным все же считается именно УЗИ, так как другие методы обследования (радиоизотопные и лабораторные) не дают ответа на вопрос о морфологической структуре того участка щитовидной железы, на котором произведена проверка.

## **Рентгенологическое обследование и компьютерная томография**

Иногда во время проверки работы щитовидной железы применяются рентгенологическое обследование и компьютерная томография. Они позволяют диагностировать загрудинное расположение зоба, определить наличие смещения или сдавливания зобом рядом находящихся органов. В некоторых случаях данные виды диагностики используют для поиска метастазов рака щитовидной железы.

## **Клинические и биохимические анализы крови**

Помимо УЗИ, особую роль в диагностике и выборе способов лечения заболеваний щитовидной железы играют клинические и биохимические анализы крови. Клинический анализ позволяет произвести подсчет тромбоцитов, количество которых является одним из главных показателей переносимости больным антитиреоидных препаратов – таких, как мерказолил и пропилтиоурацил. Анализы крови на холестерин и щелочную фосфатазу дают возможность оценить функцию щитовидной железы, а анализ сахара в крови – узнать о состоянии углеводного обмена в случае нарушений функции щитовидной железы.

В свою очередь, ЭКГ контролирует состояние сердечно-сосудистой системы, и по его данным можно делать выводы о дальнейших результатах лечения гипотиреоза и тиреотоксикоза.

Но не стоит думать, что в случаях обнаружения у вас предрасположенности к заболеваниям щитовидной железы или же их симптомов вам предстоит испытать на себе все эти способы диагностики.

Выбор методов обследования, как правило, зависит от индивидуальных особенностей заболевания, и для каждого конкретного больного он будет различным.

Вообще, наиболее подверженными заболеваниями щитовидной железы считаются люди, получившие когда-либо наружное облучение, даже по поводу онкологических заболеваний, а также старшее поколение, пожилые люди с атипичным течением какого-либо заболевания, женщины с гинекологическими проблемами (при миомах матки, кистах, мастопатии).

Проверку на выявление заболеваний щитовидной железы следует осуществлять и у детей с генетическими нарушениями – такими, как болезнь Дауна, врожденное слабоумие. Стоит проверить функционирование щитовидной железы и у больных с аллергическими заболеваниями, а также страдающих малокровием. Не помешает осмотр и при появлении симптомов, характерных для дефицита йода в организме. Лучше лишний раз подстраховаться, чем мучительно

долго лечить застаревшую болезнь.

# Дефицит йода и его проявления

Из-за дефицита йода, являющегося «строительным элементом» гормонов щитовидной железы, в организме, как правило, возникают гормональные нарушения, не всегда имеющие выраженный характер. Из-за этого йододефицит иногда называют скрытым голодом, подчас являющимся малозаметной причиной многих заболеваний.

Нехватка йода в организме проявляется в наличии зобной эндемии. При этом зоб может сформироваться у человека в любом возрасте, едва только начнет ощущаться дефицит йода в организме. Признаками зобной эндемии являются увеличение размеров щитовидной железы и образование узловой формы зоба. При ухудшении ситуации эти проявления способны перерасти в рак щитовидной железы и аутоиммунный тиреоидит.

# 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.