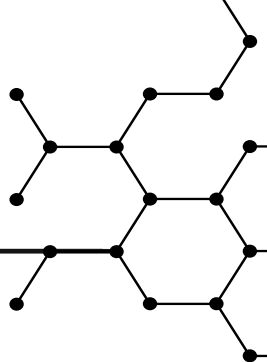
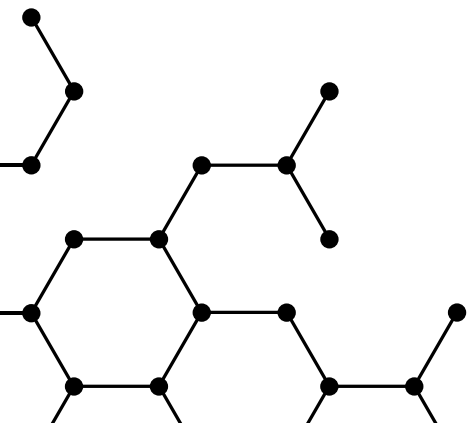




Оглавление



Вступительное слово И. Прокопенко	7
Вступительное слово С. Бубновского	9
Глава 1. Лекарства: польза или вред?	11
Глава 2. Вакцинация: за и против	43
Глава 3. Эндопротезирование без прикрас	55
Глава 4. Встречайте — новые болезни!	77
Глава 5. Обратная сторона секса.	113
Глава 6. Поговорим о диетах всерьез.	162
Глава 7. Тайны омоложения и долголетия	241
Послесловие И. Прокопенко.	316





Вступительное слово И. Прокопенко

Человек — это то, что он ест. Так говорят наши врачи, и они, конечно, правы. Все, что мы употребляем в пищу — варим, жарим, поливаем кетчупом в свежем виде, или не употребляем жирное, снижая коварный холестерин, — все это и есть наша с вами жизнь. Но возникает вопрос: насколько счастливой и полезной для нашего желудка является такая жизнь? Как отражаются на нашем здоровье достижения современной цивилизации?

Должен вас разочаровать: сегодня на этот вопрос ответить не может никто, потому что у нас нет честной статистики, а есть только цинизм человеколюбивой рекламы, которая призывает строить свое счастье на фруктовых йогуртах, натуральном молоке, нежнейших сосисках, новомодных диетах, продвинутых лекарствах и суперэффективных витаминах. Господа, пора признаться честно: в нашем натуральном молоке нет ни капли натурального молока — в крайнем случае в нем есть порошок из натурального молока. Фруктовые йогурты не имеют никакого отношения к фруктам, а обо всех побочных эффектах современной фармакологии нам вообще лучше не знать. Именно поэтому антропологи бьют тревогу и заявляют о том, что человечество стремительно теряет свои позиции.

Кто мы сегодня — вершина эволюции или вымирающий вид? Судите сами: сегодня пятнадцать процентов самых молодых граждан нашей планеты уже не способны иметь детей. Только в России являются бесплодными пять миллионов молодых мужчин и восемь миллионов женщин. Но это еще не все — количество бесплодных пар ежегодно увеличивается на десять процентов! И если эта ситуация не изменится к лучшему, то лет через пятьдесят человечество просто исчезнет с лица Земли!

Такова неутешительная реальность нашего времени. Но я думаю, что уже не за горами тот час, когда человечество наконец ужаснется своей смертельной легкомысленности и начнет принимать действенные меры для самосохранения. На заре двадцатого века были введены запреты на употребление в качестве лекарства ртути и свинца, и я очень надеюсь, что совсем скоро человечество, отведав электромагнитной стерилизации, пищевого токсикоза и атмосферного удушья, нарядит своих лучших членов в свинцовые трусы и комфортабельные противогазы и отправит их подальше от греха куда-нибудь в Гималаи или Арктику, чтобы заново создавать генофонд человека как биологического вида.

Книга, которую вы держите в руках, — наш совместный труд с известным доктором Сергеем Бубновским, которого я знаю вот уже двадцать пять лет. За эти годы он помог тысячам людей избавиться от недуга и поверить в себя, поверить в то, что силы человеческие поистине безграничны. В этой книге мы с доктором Бубновским попытались ответить на самые простые, но очень важные для каждого человека вопросы и объяснить, в каком мире мы живем. Мы постарались подробно рассказать о том, что нужно знать каждому, чтобы не стать жертвой новомодной диеты или нового лекарства, а самое главное — распространенного заблуждения о том, что здоровье можно купить.

Важная информация!

Прежде чем вы начнете читать первую главу, я хочу предупредить, что эта книга не является медицинским справочником или сборником рецептов. Если вас беспокоит ваше здоровье, не стоит искать способы лечения в литературе, интернете или отрывных календарях. Запишитесь на прием к врачу, сдайте анализы и выслушайте мнение или диагноз специалиста, а уж потом читайте все, что вам вздумается.

Игорь Прокопенко



Вступительное слово С. Бубновского

Сегодня лечение стало опасным занятием — либо отравят лекарствами, либо что-нибудь отрежут. Клятву Гиппократа врачи стали забывать, так как буйную поросль дала другая медицина, в арсенале которой присутствует гипердиагностика, то есть избыточный перечень заболеваний с одинаковыми симптомами, например остеохондроз, грыжа позвоночника, спондилез, спондилоартроз, сужение позвоночного канала, протрузия, секвестр. Все эти термины заносятся в медицинскую карту пациента, вызывая у него шок и депрессию, хотя все они обозначают одно и то же — боли в спине или миофасциальный синдром, и лечатся одним способом. Правда, врачи, называющие боли в спине остеохондрозом, не имеют понятия о миофасциальном синдроме, то есть о болях в мышцах позвоночника, поэтому предпочитают лечить эти боли таблетками или блокадами, а при отсутствии эффекта — просто резать спину (такие хирургические операции называются дискэктомия, эндопротезирование дисков позвоночника, спондилодез и т.п.).

Одним словом, эта «новая» или «другая» медицина предпочитает максимально напугать пациента на врачебном приеме и назначить ему огромное количество дорогостоящих лекарств, каждое из которых имеет множество побочных эффектов, но при этом в целом мало помогает восстановлению здоровья и трудоспособности.

При выборе врача надо быть очень осторожным! Появилось более 200 неизвестных ранее названий несуществующих болезней, представляющих собой «игру слов» между латинским и греческим языками, которые вынуждают больных покупать бессмысленные, также дублирующие друг друга лекарства и соглашаться на хирургические операции (авось, поможет...). Но без этого можно было бы и

обойтись, если бы больница не стремилась заработать на здоровье пациента.

Важно понимать, что новая (другая) медицина — это бизнес на здоровье, медицина без правил. В Европе всех пациентов, не выполняющих указания врача и не принимающих препараты, на которые был выписан рецепт, лишают страховки, а врачей, протестующих против избыточного назначения лекарств, лишают лицензии. В США тратят миллиарды долларов на поиск безлекарственных методов лечения различных симптомов (например, болей в спине), так как статистика подтверждает несостоятельность существующих методов терапии, но при этом продолжают сверхактивно оперировать грыжи позвоночника и назначать блокады.

Россию периодически буквально «взрывают» приказы Департамента здравоохранения об обязательности прививок от гриппа, при этом штаммы гриппа ежегодно меняются, а о побочных действиях этих прививок население не предупреждают. Но эти осложнения могут быть весьма трагическими!

Тем временем грипп шагает по планете, а привитые от него люди все равно заболевают этим вирусным заболеванием даже после вакцинации. Не болеет только тот, кто занимается профилактикой своего здоровья: регулярно посещает тренажерный зал или бассейн, закаливается, правильно питается. Но эта тема уже не для «здравоохранения».

Более детально и подробно об этих и других проблемах, с которыми сталкиваются люди при лечении или профилактике тех или иных заболеваний, вы прочитаете в этой книге. В ней приводятся неприятные, а порой даже страшные факты, связанные с современными методами лечения, которые должны заставить вас задуматься о проблеме сохранения здоровья. Ознакомившись с этими фактами и взвесив все «за» и «против», вы сможете более осознанно сделать свой собственный выбор и решить, что вам лучше делать — либо заниматься сохранением и укреплением здоровья, либо разрушать свой организм, принимая бесчисленное количество таблеток...

Эта книга отражает реальность, а встреча с реальностью всегда выглядит как разрушение иллюзий. Но в вопросах восстановления и сохранения здоровья иллюзий быть не должно!

д.м.н., профессор
Сергей Бубновский



Глава 1. Лекарства: польза или вред?

Игорь Прокопенко

Смерть по рецепту

...Их называют «детьми талидомида» — препарата, который в 50-х годах прошлого века рекомендовали беременным. Этот препарат считался настоящей панацеей. Он лидировал по продажам и в некоторых странах уступал по спросу разве что аспирину. Но потребители смертельных пилюль не сразу узнали, что талидомид обладает страшным побочным действием: из 12 тысяч пострадавших детей выжили всего 419.

А позже выяснилось, что физические уродства, причиной которых стал талидомид, могут передаваться по наследству. Но самое жуткое заключается еще и в том, что даже после того, как было доказано, что препарат вызывает страшные изменения плода у беременных, фармацевтические компании

были не готовы отказаться от гигантской прибыли и продолжали поставлять препарат на мировой рынок...

Эта история обнажила чудовищную реальность, которую создала фарминдустрия. Стало ясно, насколько опасным может быть одобренный и, самое главное, прошедший клинические исследования препарат. А между тем производители всего мира подкидывают нам всё новые и новые ноу-хау, постоянно продвигая культ медицинского потребления и закрепляя зомбированием в сознании людей мысль о том, что без лекарств мы все просто умрём.

О витаминах и витаминно-минеральных комплексах реклама поет сутками напролет, их навязывают медики и рекламируют селебрити. Они являются одним из самых востребованных и популярных товаров нашего рынка. Медики в один голос утверждают, что витамины и микроэлементы повышают интеллект и умственную работоспособность, тогда как минимум 10 лет назад ученые доказали, что не существует никакой зависимости роста интеллекта от приема витаминов.

Но и это еще не все!

Недавнее исследование международной группы ученых, в котором приняли участие 170 тысяч человек, показало, что постоянный прием витаминов

А, С и Е повышает риск развития рака органов пищеварения. Наверняка вы **даже не подозревали, что витамин С в сочетании с аспирином может привести к язве и раку желудка. А необходимый для полноценного роста, предотвращающий простатит и облысение цинк при переизбытке становится канцерогеном, который провоцирует возникновение раковых опухолей. Но ведь цинк входит в состав инсулина для диабетиков и во многом считается незаменимым микроэлементом! Большинство витаминов при детальном рассмотрении оказываются не только бесполезными, но и опасными пищевыми добавками!**

Витамин С в сочетании с аспирином может привести к язве и раку желудка, а постоянный прием витаминов А, С и Е повышает риск развития рака органов пищеварения.

И даже самые, казалось бы, безобидные таблетки, понижающие холестерин — на деле настоящая отравка, говорят эксперты!

Мы привыкли думать, что холестерин — это жутко вредно. Маргариновые магнаты посадили весь мир на растительные жиры. В каждой семье была пластиковая банка маргарина, которая, согласно ре-

кламным слоганам, имела все шансы стать лучшим дополнением к хлебу, и маргарин без преувеличения ели тоннами.

Спустя годы ученые выяснили, что обработанные растительные жиры вредны для нашего организма. Тогда-то и появилась холестериновая страшилка. Подручная наука, обслуживающая бизнес продовольственных корпораций, раздула настоящую истерию, сформировав у потребителей страх перед животными жирами. В результате было разработано множество препаратов и витаминных комплексов, внедрено немало диет, методик и продуктов, приносящих баснословную прибыль. Все они были призваны восполнить дефицит животных жиров, изгоняя из рациона якобы сокращающий жизнь холестерин.

Но не так давно выяснилось, что вся эта холестериновая истерия — результат хорошо налаженного фармацевтического бизнеса. Кардиологи проанализировали результаты исследований, проведенных в США, Японии и ряде стран Евросоюза на пациентах, принимающих чудо-пилюли против холестерина, и вынесли сенсационный вердикт: самая высокая смертность наблюдалась среди женщин, у которых был критически низкий уровень холестерина! Ученые пришли к заключению, что таблетки, снижающие холестерин, наносили организму только вред!

А как насчет СПИДа? Удалось ли ученым изобрести вакцину от этого страшного заболевания? Нас кормят обещаниями о создании этой вакцины уже не первое десятилетие, но все не так просто!

Вируса СПИДа не существует — к такому шокирующему выводу пришли российские ученые. Как бы странно это ни звучало, но иркутский профессор и патологоанатом Александр Агеев утверждает, что готов это доказать!!!!

За всю свою многолетнюю практику он так и не смог обнаружить признаки существования этого вируса. Ученый заявляет: все люди, которым при жизни ставили диагноз ВИЧ, умирали от самых различных заболеваний, но никто от якобы смертоносного вируса.

Агеев утверждает, что сторонники теории «ВИЧ — СПИД» не могут подтвердить ее научными доказательствами, и в этом заключается главный парадокс. ВИЧ-теория уже проглотила миллиарды долларов и огромное количество исследовательской энергии тысяч ученых по всему миру, но так и не спасла ни одной жизни. Почему? Согласно гипотезе ученого, причина в одном: ежегодно миллионы долларов уходят на разработку вакцин от СПИДа, но не на лечение так называемых СПИД-сопутствующих заболеваний — наркомании, гепатитов, сепсисов и туберкулеза.