



Здоровье — это счастье!

ЖИВЫЕ КАПИЛЛЯРЫ:

**ВАЖНЕЙШИЙ
ФАКТОР
ЗДОРОВЬЯ!**



Иван Лапин

Иван Лапин
**Живые капилляры: Важнейший
фактор здоровья! Методики
Залманова, Ниши, Гоголан**

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6995791*

*Живые капилляры: Важнейший фактор здоровья! Методики Залманова, Ниши, Гоголан:
Издательство АСТ; Москва; 2014
ISBN 978-5-17-084394-7*

Аннотация

От чего зависит здоровье человека? Есть ли в организме главная, отвечающая за здоровье система или орган? Многие ученые уверены, что есть. Это капилляры нашего организма! Мельчайшие сосудики, которые пронизывают все тело. Именно они несут питание и кислород, выводят продукты обмена.

Эта книга посвящена тому, как наладить и поддерживать отличное состояние капилляров – основу основ нашего здоровья и долголетия! Для этого существуют очень простые и проверенные способы – ванны, упражнения, питание. Простые и понятные инструкции, которые вы найдете в этой книге, помогут вам очистить капилляры, восстановить их работу, а значит – победить инфаркт, атеросклероз, инсульт, варикозное расширение вен и множество других заболеваний.

Данное издание не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

Содержание

Отзывы читателей	4
Фармакология или физиология?	5
Первый удар по капиллярам!	5
Зачем написана эта книга	6
Никакого вреда, кроме пользы!	7
Доктор Залманов и его теория	8
Серебряный век российской медицины	8
Доктор Залманов	9
Учеба	9
Личный врач Ленина	9
Болеет не орган, болен весь человек!	10
Капилляротерапия доктора Залманова	11
Капилляры	11
Почему не помогут узкие специалисты	12
Откуда черпать жизненную энергию	13
Скипидарные ванны	14
Кудесник скипидар	14
Прочему простой и дешевый скипидар менее популярен, чем дорогие таблетки	15
Система Ниши – еще одна система восстановления капилляров	17
Кацудзо Ниши	17
Главные факторы здоровья	17
Из чего состоит система Ниши	18
Система Ниши в Советском Союзе и России. Майя Гоголан	18
Мой опыт самооздоровления	20
Мой опыт самостоятельного применения скипидарных ванн	20
Скипидарные ванны в домашних условиях[1]	22
Торопиться не надо!	22
Какие болезни поддаются лечению скипидарными ваннами Залманова	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Иван Лапин

Живые капилляры: Важнейший фактор здоровья! Методики Залманова, Ниши, Гоголан

Отзывы читателей

Я и раньше слышала о скипидарных ваннах, но четкого понимания, что, зачем и как, у меня не было. Когда получила книгу, просмотрела, то порадовалась, что в ней нет ничего лишнего. Это простое и очень понятное руководство к действию. При этом есть все что нужно: схемы, рецепты, упражнения, питание. Все расписано очень подробно. Начала применять ванны и уже почувствовала, что эффект есть.

Татьяна, Москва

Книжка оказалась очень полезной! Легко читается, даны не только схемы принятия ванн для капилляров, но и упражнения. Для меня это важно, потому что принимать дома ванны не могу. Также понравились ножные и ручные ванны. Может быть, эффект и не столь быстрый, но он есть.

Василий Петрович, Пермь

Очень интересная книга, легко читается, все понятно и логично. Было интересно узнать о самом Залманове. Не знала, что он лечил Ленина. Также много полезной и интересной информации, начинаешь задумываться о том, как устроен наш организм и что для него важно. Ну и, конечно, ванны. Уже попробовала, эффект есть. Думаю, с этой книгой забуду про таблетки.

Софья, Москва

Прочитала книгу и попробовала принять несколько ванн по описанной схеме (спасибо автору, все очень просто и понятно). Почувствовала улучшение: стала чувствовать себя бодрее и даже чуть-чуть похудела. Приятный метод, не требует особых затрат – ни физических, ни материальных. Стала практиковать и упражнения, которые описаны в книге. Все также очень просто, все упражнения можно выполнять дома. Требуется всего-то минут 15 в день.

Тамара Васильевна, Санкт-Петербург

Фармакология или физиология?

Тысячи дорог ведут в храм здоровья! Выбирай свой путь и иди по нему!

Первый удар по капиллярам!

О чем эта книга?

О том, что стать здоровым можно и без таблеток.

О том, что лежит в основе нашего здоровья.

О том, что в нашем организме скрыты огромные резервы.

И наконец, о том, что существует уникальная система исцеления, основанная на улучшении капиллярного кровотока. И эта система – не очередная новинка, панацея от всех болезней. Она была разработана известным русским врачом Залмановым в первой половине прошлого века и с тех пор продолжает пользоваться заслуженным вниманием.

Почему именно капилляры?

Потому что при неправильном образе жизни, питании, стрессах первыми страдают именно капилляры – забиваются и перестают пропускать кровь. А уже затем под удар попадают ткани и органы – получают меньше кислорода, хуже работают, не очищаются. Это есть истинные зачатки и глубинные причины многих неприятных, тяжелых и, не побоимся этого слова, смертельных болезней. Гипертония, вегето-сосудистая дистония, тромбофлебит, ишемическая болезнь сердца и даже сахарный диабет в основе своей имеют нарушение течения крови в тканях.

Даже первые симптомы, которые подает больной орган – это не начало болезни! Начало вы уже пропустили, не обратив внимания на состояние капилляров.

И впервые об этом заговорил именно Александр Соломонович Залманов.

Именно он забил тревогу: таблетка заменила разумный подход к здоровью! Забыты физиологические методы лечения, проще дать больному лекарство, чем проводить какие-то процедуры, заваривать травы, да просто питаться правильно. И хоть за последние годы в фармакологии сделаны огромные успехи, но все же... мы лечим следствие, а не причину.

Зачем написана эта книга

Чтобы попытаться исправить положение. Задача этой книги – просто и доступно рассказать о лечебном методе русского советского врача Залманова и научить применять этот метод в повседневной жизни.

Конечно, жить по Залманову не так просто, как выпить очередную таблетку, но результат того стоит!

Никакого вреда, кроме пользы!

В результате применения метода Залманова вы сможете:

- добиться отменного здоровья;
- всегда хорошо и молодо выглядеть;
- обеспечить себе здоровый цвет лица, здоровые сердце и сосуды, неутомимые мускулы и подвижные суставы и в сорок, и в пятьдесят, и в семьдесят лет;
- экономить деньги на лекарствах и потратить их, например, на активный отдых.

Любой человек может самостоятельно овладеть данной методой. Надо только сделать первый шаг, дальше будет проще!

Войти в хрустальный храм Здоровья поможет эта книга! Не перегруженная теоретическими умствованиями, зато насыщенная практическими упражнениями и рекомендациями, как лечить ту или иную болезнь. Ведь диагнозов и болячек у среднестатистического россиянина старше сорока лет хватает с избытком. То тут кольнет, то там прихватит. Рука привычно тянется к таблеткам и микстурам!

Но есть и другой путь. И он в этой книге.

Внимание!

Эта книга не учебник по медицине. Чтобы правильно применить рекомендации Залманова, вам нужно знать точный диагноз, а поставить его может только врач. И это не просто слова. Если что-то пойдет не так, если вместо облегчения состояния вам станет хуже, виноват в этом будет не метод Залманова, а неграмотное его использование.

Запомните: любое лечение требует консультации с врачом-специалистом!

Доктор Залманов и его теория

Серебряный век российской медицины

Конец XIX века – это период плодотворного расцвета российской науки. Химия и математика, физика и геометрия, теория авиации и геология. Везде внесли свой огромный вклад русские ученые. Российская империя была на подъеме.

Ну, а наш вклад в медицину вообще, и физиологию в частности, в те времена трудно переоценить. Пирогов и Мечников, Сеченов и Павлов, Боткин и Ухтомский. И это только несколько имен, прославивших российскую и мировую медицинскую науку.

В их ряду и Александр Соломонович Залманов. Оздоровительные практики, созданные им, применяли не только в России. На Западе его прозвали «доктором капилляров». Там не только поверили, но и с радостью приняли его уникальный метод лечения «скипидарными ваннами» как руководство к действию. Мировое признание, масса последователей, издание трудов. По методу Залманова лечилась вся верхушка Третьего рейха, среди поклонников его метода Ротшильд и Рокфеллер. До сих пор его методикой пользуются тысячи докторов Европы и Америки, по методу Залманова лечатся многие политики, звезды спорта, артисты. В советское время к скипидарным ваннам прибегали члены ЦК и генсеки. Правда, до простого советского народа стараниями чиновников от Минздрава его труды не доходили: «идеологически чуждая теория».

Доктор Залманов

Учеба

Залманов родился в Гомеле, в 1875 году. Окончил гимназию и поступил на медицинский факультет Московского университета. Учился с упоением, но на четвертом курсе разочаровался в преподавании. Часть дисциплин им читал сам Сеченов, но со временем, погружившись в экспериментаторскую деятельность, преподавание перепоручил своему помощнику. А тот был мастер рассказывать на лекциях студенческие байки. А вот передавать знания студентам он умел плохо, да и скучны были лекции. Вот помощник искусственно и взбадривал аудиторию анекдотами из студенческой жизни.

А.С. Залманов переходит на юридический факультет, благо юриспруденция и история его также очень интересовали. А в 1899 году его арестовали как организатора студенческой забастовки. Мода на противодействие царю и борьбу за студенческие свободы не миновала начинающего медика и юриста. Ну, через это прошло большинство студюозусов того времени. Тем более что это происходило в Московском университете, отличавшемся вольнолюбием и свободомыслием, в отличие от чопорного и столичного Санкт-Петербургского университета.

После учебы в Москве Александр Соломонович уехал в немецкий город Гейзенберг и там получил диплом врача. Было это в далеком 1901 году. Еще он получил диплом доктора медицины в Италии в 1903 году и российский диплом по этому же профилю в 1911 году. Во время учебы он напряженно работал. Ставил опыты, лечил больных. Изучал работы иностранных специалистов, благо знал несколько иностранных языков и мог как бегло говорить, так и читать на них медицинскую литературу.

Личный врач Ленина

В 1914 году, с началом Первой мировой войны, он тут же вернулся в Россию и стал работать начальником госпитальных поездов. А с 1918 года он лечит В.И. Ленина и Н. К. Крупскую, занимая высокую должность в лечебно-санитарном управлении Кремля. Пролетарский вождь был наслышан о репутации Залманова – врача с обширными энциклопедическими знаниями и обширной практикой, и не раздумывая доверил ему свою жизнь.

Но Александр Соломонович не только лечил Владимира Ильича и его семью. Организация курортного отдыха для широких масс трудящихся и борьбы с туберкулезом – также были его обязанностями.

В 1921 году Залманов поехал в Европу знакомиться с новинками медицины и новыми знаниями в физиологии. Вернуться на родину ему уже не пришлось. Умер В.И. Ленин, в Советской России наступили иные времена, и близость к первому вождю пролетарской страны могла стоить жизни. Залманов осел во Франции, где прожил до конца своих дней. Даже благополучно пережил гитлеровскую оккупацию и, находясь под надзором, продолжал тайно лечить бойцов французского Сопротивления.

Болеет не орган, болен весь человек!

«Нельзя считать здоровым человека, если у него болит хотя бы один самый маленький орган!» – вот основное положение метода Залманова. А врачу очень сложно вылечить все болезни. Почему?

Залманов выделял несколько причин:

- разделение врачей на узких специалистов – одно лечим, другое не замечаем;
- увлечение фармакологией – одно лечим, другое калечим;
- мало внимания физиологии человека – лечим симптом, а не человека.

Залманов полагал, что надо вернуться к истокам и пересмотреть принципы и аксиомы лечебных теорий и обновить их с точки зрения истинного здоровья человека.