



Дмитрий Ковалев

Целительные точки для лечения ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ



Дмитрий Коваль
Целительные точки для
лечения щитовидной железы
Серия «Целительные точки нашего тела»

Текст предоставлен правообладателем.
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=7521946
Коваль, Дмитрий Целительные точки для лечения щитовидной железы: АСТ; Москва; 2014
ISBN 978-5-17-085387-8

Аннотация

Заболевания щитовидной железы – одни из самых распространенных в России недугов. Плохая экология, «неправильная» вода, отсутствие важных микроэлементов – вот лишь некоторые из сотен причин, вызывающих болезнь.

Если в вашем регионе многие страдают зобом или другими болезнями щитовидки – срочно начинайте профилактику! Не подпустить болезнь легче, чем потом ее лечить!

Но если диагноз уже поставлен – не спешите ложиться под нож хирурга. Может быть, вам еще можно помочь более щадящими методами. Помимо приема прописанных вам препаратов, попробуйте делать точечный массаж, используйте достижения современной науки и техники, правильно питайтесь. И болезнь отступит!

Книга рассчитана на широкий круг читателей, поскольку не только затрагивает вопросы оздоровления и лечения заболеваний щитовидной железы, но и рассматривает эффективные способы профилактики подобных недугов.

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

Содержание

Введение	6
Глава 1	8
Часть I	11
Глава 2	12
2.1. Причины заболевания	12
2.2. Механизмы развития болезни	12
2.3. Признаки болезни	13
2.4. Профилактика и лечение	13
Глава 3	15
3.1. Причины заболевания	15
3.2. Механизмы развития болезни	15
3.3. Признаки болезни	16
3.4. Профилактика и лечение	16
Глава 4	17
4.1. Причины заболевания	17
4.2. Механизмы развития болезни	17
4.3. Признаки болезни	17
4.4. Профилактика и лечение	18
Глава 5	19
5.1. Причины заболевания	19
5.2. Механизмы развития болезни	19
5.3. Признаки болезни	19
5.4. Профилактика и лечение	20
Глава 6	21
6.1. Причины заболевания	21
6.2. Механизмы развития болезни	21
6.3. Признаки болезни	22
6.4. Профилактика и лечение	22
Глава 7	23
7.1. Преодоление дефицита йода	23
Естественные способы повышения йода в организме	23
Искусственные меры преодоления дефицита йода	24
7.2. Отказ от вредных привычек	24
7.3. Профилактика отдельных заболеваний щитовидной железы	25
Профилактика диффузного токсического зоба	25
Профилактика эндемического зоба представляет собой целую систему мер, включающую в себя ряд предупредительных мероприятий:	26
Глава 8	27
8.1. Вредные и полезные продукты для щитовидной железы	27
8.2. Диетотерапия пациентов с гипертиреозом	28
8.3. Диетотерапия пациентов с гипотиреозом	29
Часть II	30

Глава 9	31
9.1. Активные точки и зоны влияния на щитовидную железу	31
9.2. Техника точечного массажа при различных заболеваниях щитовидной железы	34
Заболевания щитовидной железы с избыточной и недостаточной функцией	34
Конец ознакомительного фрагмента.	36

Дмитрий Коваль

Целительные точки для лечения щитовидной железы

© Коваль Д., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2014

Введение

С каждым годом в мире только растет распространенность заболеваний щитовидной железы. Во многом это обусловлено долгим бессимптомным течением таких болезней. Когда же недуг дает о себе знать, то традиционная медицина не может ничего предложить, кроме оперативного вмешательства. После операции и удаления железы множество людей до конца жизни вынуждены принимать гормоны щитовидной железы. Однако никогда не стоит спешить в том, что касается здоровья. Оказывается, многие заболевания щитовидной железы даже в запущенной форме поддаются лечению.

Одним из действенных и эффективных методов, наряду с традиционным медикаментозным лечением, является массаж активных точек и зон. Конечно же, к лечению любого заболевания лучше всего подходить комплексно, именно поэтому речь в этой книге идет не только о массаже, но и о других способах избавления от этого недуга, в частности, о траволечении, правильном дыхании, использовании ипликатора Кузнецова и других методах. При этом не забывайте консультироваться со своим лечащим врачом.

Сейчас заболевания щитовидной железы стоят в одном ряду с такими тяжелыми недугами как сахарный диабет и болезни сердечно-сосудистой системы. Более того, существует мнение, что распространенность заболеваний щитовидки намного выше, нежели принято считать, поскольку люди обращаются к врачу, как правило, уже на поздних стадиях болезни.

Дело в том, что многие симптомы нарушений работы щитовидной железы имеют неявный характер. Их очень сложно связать с больным органом. Действительно, кто серьезно отнесется к таким проявлениям недуга как повышенная утомляемость и сонливость, или, наоборот, чрезмерная активность и нервозность?

Нередко первыми симптомами нарушения становятся рассеянность, угрюмость, подавленное настроение, что часто расценивается самим больным и окружающими как усталость, депрессия. С такими жалобами редко кто обращается к врачу, тем более эндокринологу.

Как правило, у женщин, особенно после 50 лет, недуги, связанные со щитовидной железой, появляются чаще, чем у представителей сильного пола. Американские исследователи объясняют нежелание дам вовремя лечить скрытые формы этой болезни тем, что в современном обществе имеет место предубеждение против женщин, жалующихся врачу на свое эмоциональное состояние. Как правило, эти жалобы остаются без внимания или списываются на климакс, излишнее беспокойство и стрессы.

Эндокринная система играет огромную роль в нашем организме. Гормоны, которые вырабатываются ее железами, контролируют и организуют работу других систем и всех органов. Благодаря деятельности эндокринной системы мы можем легко приспосабливаться к меняющимся условиям внешней и внутренней среды. Она способствует формированию, использованию и сохранению жизненной энергии. Более того, наряду с иммунной и нервной системами, эндокринная система создает условия для нормального деторождения, способствует росту и развитию нового организма.

Щитовидная железа, гипофиз, поджелудочная железа, яичники, яички и эпифиз – это важные и незаменимые составляющие *эндокринной системы*. Щитовидная железа вырабатывает гормоны, которые не только играют важную роль в поддержании постоянства внутренней среды организма, но и контролирует обмен веществ, которые отражается на всех сторонах человеческой жизни, включая наш внешний вид и настроение.

Еще древние лекари обратили внимание на заболевания щитовидной железы, хотя опять же только на поздних стадиях развития недуга.

Одно из первых упоминаний о болезнях щитовидной железы историки приписывают императору Китая Шен-Нунгу (2838–2698 годы до н. э.). Именно он в своей рукописи «Лечение травами и корнями» говорит о морских водорослях Саргассо как о великолепном средстве при зобе. Об увеличении щитовидной железы можно прочитать и в книге периода 770–220 годов до н. э. «Лечение на влажных и сухих землях», в которой причиной возникновения зоба считается плохое качество воды.

За тысячелетия медицина шагнула далеко вперед, однако до сих пор большинство заболеваний щитовидной железы лечится при помощи хирургического вмешательства. Однако прежде чем прибегать к крайним мерам, следует попробовать и другие, **альтернативные методы лечения, безусловно, под присмотром лечащего врача.**

Не рассчитывайте на быстрые результаты. Скорее всего, ваша болезнь развивалась не один год, а значит и на излечение она тоже потребует времени. Все зависит от вашего упорства и желания во что бы то ни стало выздороветь.

Глава 1

Щитовидная железа и ее роль в организме человека

Несмотря на сравнительно небольшие размеры, щитовидная железа имеет большое значение для нашего организма. В первую очередь следует отметить, что она выделяет вещества (гормоны), без которых не обходится ни один орган или система нашего тела. Начиная с внутриутробного развития и заканчивая самым преклонным возрастом, мы нуждаемся в том, чтобы наша щитовидная железа работала без перебоев. В эндокринной системе всех позвоночных животных и человека она играет одну из важных ролей.

Итак, как же выглядит щитовидная железа? Это орган, расположенный на переднебоковой поверхности шеи, в области гортанных хрящей и верхней части дыхательного горла (трахеи), по форме сильно смахивает на бабочку. У взрослого он весит всего 10–30 г (рис. 1).

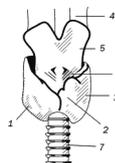


Рис. 1. Строение щитовидной железы:

1 – правая доля; 2 – перешеек; 3 – левая доля; 4 – щитоподъязычная перепонка; 5 – щитовидный хрящ; 6 – перестнощитовидная мышца; 7 – трахея

Щитовидная железа состоит из двух долей и перешейка, который их соединяет.

Случается, что от перешейка или одной из долей отходит добавочная (пирамидальная) доля. Это длинный отросток, заканчивающийся в верхней части щитовидного хряща или подъязычной кости. Не волнуйтесь! Врачи не считают это каким-либо отклонением от нормы, скорее индивидуальной особенностью человека.

Сверху щитовидную железу покрывает соединительная ткань, которая просто унизана нервными окончаниями, кровеносными и лимфатическими сосудами.

Насыщение кровью происходит благодаря четырем основным артериям:

- двум верхним щитовидным, отходящим от наружных сонных;
- двум нижним щитовидным, тянущимся от щитов шейного отдела подключичных артерий.

Как это видно, щитовидная железа активно снабжается кровью, причем кровоток даже превышает кровоток в почках, сердечной мышце и головном мозге. Отток крови происходит по парным венам, соответствующим артериям.

Щитовидную железу вы можете легко прощупать и у себя, при условии отсутствия большого слоя подкожно-жировой клетчатки или мышц. Если же человек страдает гиперфункцией щитовидной железы, этот орган можно и увидеть.

Работа щитовидной железы контролируется со стороны центральной нервной системы посредством гипоталамо-гипофизарной системы.

Гормоны, вырабатываемые гипоталамусом, попадают в гипофиз, где активизируют выделение *тиреотропного гормона*. Именно он, в свою

очередь, с током крови попадает в щитовидную железу и способствует ее активизации.

Под воздействием тиреотропного гормона наша щитовидка начинает энергично вырабатывать *два основных активных вещества*:

- **тироксин** (обычно обозначается как Т4 или L-тироксин);
- **трийодтиронин** (Т3 или 3,3',5-трийодтиронин).

Впервые тироксин обнаружил американский исследователь Э. Кендалл в 1914 году. Только через 13 лет англичанин Ч. Гаррингтон попробовал синтезировать этот гормон. Наличие нужного количества йода и аминокислотного компонента тирозина в конце концов привели эти попытки к успеху.

Гормоны щитовидной железы играют важнейшую роль в нашем организме:

- воздействуют на наш организм на клеточном уровне, то есть усиливают окислительные реакции в наших клетках, благоприятно воздействуют на процессы, осуществляющиеся в митохондриях, клеточной мембране и клеточном ядре, положительно влияют на деление клеток;
- контролируют процессы: развития, созревания и обновления почти всех тканей организма, поэтому играют большую роль в закладке и развитии мозга плода, формировании интеллекта ребенка, роста и становлении костного скелета, половой системы;

Нехватка гормонов щитовидной железы у женщин в процессе вынашивания ребенка приводит к недоразвитию мозга плода и физическим уродствам. При подобных нарушениях нередко рождаются дети, страдающие кретинизмом.

- способствуют нормальному энергетическому обмену (влияют на образование энергии и тепла, усиливают потребность тканей в кислороде);
- участвуют в образовании более сотни всевозможных ферментов, участвующих в клеточных химических реакциях;
- обеспечивают формирование белка, тем самым стимулируя рост;
- принимают участие в обменных процессах углеводов, жиров, витаминов (образование в печени витамина А) и микроэлементов (обмен кальция и магния); влияют на водно-солевое равновесие;
- способны усиливать действие других гормонов во многих обменных процессах (инсулина, адреналина и др.);
- повышают стрессоустойчивость;
- обладают противомикробным и противовирусным действием, повышая тем самым защитные силы нашего организма;
- регулируют на уровень холестерина в крови;
- оказывают благоприятное воздействие на центральную нервную систему.

Если выработка гормонов в щитовидке нарушается (дисфункция щитовидной железы) в детском возрасте, прекращается рост ребенка. Он может остаться инвалидом.

Таким образом, щитовидная железа воздействует практически на все процессы, протекающие в нашем организме, и контролирует их. Именно поэтому *снижение* функций этого важного органа неблагоприятно влияет на весь организм.

Поскольку гормоны щитовидной железы столь важны для нашего организма, природа подстраховалась: определенный запас **тиреоидных гормонов** всегда есть в железе и в любой момент может выделиться в кровь.

Когда разговор заходит о щитовидной железе, часто употребляются слова с приставками «тиро-», или «тирео-», «гипер-» и «гипо-».

Чтобы понимать, о чем идет речь, мы должны знать, что

- «**тирос**» обозначает «*щит*»,
- «**тиреоид**» – щитовидная железа,
- «**гипер**» – «*много, избыток, повышение*»,
- «**гипо**» – «*мало, небольшое количество, снижение*».

Чрезмерное или недостаточное выделение щитовидной железой **гормонов Т3 (трийодтиронин) и Т4(тироксин)** ведет к заболеваниям, которые редко удается вовремя идентифицировать. Симптомы заболевания щитовидной железы мало кто опознает, считая их вызванными стрессами или другими болезнями (табл. 1).

Таблица 1

Основные симптомы заболеваний щитовидной железы в результате нарушения выделения гормонов Т3 и Т4

	Повышенное выделение Т3 и Т4	Недостаточное выделение Т3 и Т4
Нервная система	Раздражение, вспыльчивость	Утомляемость, слабость, снижение работоспособности
Вес и аппетит	Быстрая прибавка в весе без связи с аппетитом и объемом потребляемой пищи	Вес снижается при повышенном аппетите
Физиология	Потливость, повышение температуры тела, ускорение сердечного ритма	Зябкость, отеки, сухость кожи, ломкость волос и ногтей
Другие симптомы	Нарушение сна	Ухудшение памяти

Поскольку щитовидка тесно связана с другими железами внутренней секреции, то любые ее расстройства неблагоприятно отражаются на работе практически всех систем и органов, на нашем здоровье.

Часть I

Заболевания щитовидной железы

На сегодняшний день щитовидная железа хорошо изучена учеными и врачами. Поэтому разработаны методики лечения различных расстройств нашей щитовидки, достигаются хорошие результаты.

Даже при онкологических заболеваниях щитовидной железы эндокринологи советуют не терять оптимизма. Избавление недуга возможно. Менее серьезные болезни органа при своевременном обращении за медицинской помощью поддаются 100 %-му излечению.

Все болезни нашей щитовидки можно разделить на две большие группы:

1. Заболевания, связанные с *неправильным синтезом гормонов* (их избыток или недостаток – соответственно избыточная или недостаточная функция щитовидной железы).
2. Расстройства, продиктованные *нарушением строения самой щитовидной железы* (увеличение в размерах, появлением узлов, воспалений и др.).

Небольшое увеличение щитовидной железы – это нормальное явление в подростковом возрасте, у беременных женщин, а также у дам после наступления менопаузы.

Наиболее распространенными заболеваниями щитовидной железы считаются:

- эндемический зоб;
- спорадический зоб;
- базедова болезнь (тиреотоксикоз);
- гипотиреоз;
- тиреоидит.

Об этих заболеваниях подробнее будет рассказано в следующих главах.

Глава 2

Эндемический зоб

Эндемический зоб чаще всего встречается в местностях, где в воде и почве наблюдается *недостаток йода*. Это заболевание вызывает у нас увеличение щитовидной железы, а также общие расстройства в организме.

2.1. Причины заболевания

Итак, **основной причиной** этого недуга является нехватка поступающего в наш организм йода. Кроме того, *способствующими факторами* могут стать:

- плохое питание (недостаток белков, микроэлементов и витаминов);
- перенесенные инфекции;
- отравления;
- антисанитарные условия жизни;
- чрезмерное употребление продуктов, богатых солями цинка, кобальта и др., которые являются причиной возникновения зоба;
- генетическая предрасположенность.

Наша суточная потребность в йоде – 100–200 мг, однако даже такое незначительное количество нам трудно получить с пищей. Йод быстро вымывается из почвы, поэтому попадает в растения, которыми питаемся мы и животные, в очень небольших количествах или в несбалансированном виде, который не усваивается организмом.

Если в приморских районах в 1 кубическом метре воздуха можно обнаружить 50 мкг йода, то во многих, особенно горных, местностях его содержание меньше единицы. Здесь-то чаще всего и развивается йодная недостаточность и, как следствие, эндемического зоба.

2.2. Механизмы развития болезни

Как же появляется эндемический зоб? При недостатке йода в щитовидной железе снижается секреция тиреоидных гормонов. Это, в свою очередь заставляет наш организм стимулировать выработку этих веществ путем разрастания ткани щитовидной железы. То есть у больного развивается *зоб*, но *нормальная функция щитовидной железы* сохраняется.

Ученые выявили, что нормальная деятельность щитовидной железы при этом заболевании сохраняется благодаря увеличению образования более активного гормона, а также повышению поглощения йода самой щитовидкой.

До сих пор не до конца выяснено, почему эндемический зоб иногда продолжает расти, хотя щитовидная железа уже нормально функционирует. Многие ученые склоняются к мысли об аутоиммунных факторах. Так, у больных выделены иммуноглобулины, которые способны стимулировать рост тканей щитовидной железы, не оказывая влияния на ее функцию.

Эндемический зоб принято рассматривать в качестве приспособительной реакции нашего организма на недостаток йода. При этом, продолжая расти, зоб часто из физиологического состояния перетекает в патологическое.

Эндемический зоб чаще развивается у девочек и женщин. Это объясняется физиологической связью щитовидки с половыми железами.

2.3. Признаки болезни

В местностях, благоприятных для развития зоба, увеличение щитовидной железы может наблюдаться с детства, однако это никак не сказывается на нашем здоровье или общем самочувствии. С течением времени зоб начинает расти и давить на соседние органы.

В зависимости от формы зоба у нас проявляются те или иные **симптомы**.

1. **Эутиреоидная форма зоба (диффузный эутиреоидный зоб, ДЭЗ)** на ранних стадиях развития проявляется мало. Может беспокоить *слабость и усталость по утрам, повышенная утомляемость, снижение интереса к жизни*. По мере роста зоба находящиеся рядом органы начинают сдавливаться. В результате мы можем почувствовать *комки в горле, головную боль пульсирующего характера, нередки и нарушения сна*.

2. **Гипертиреоидная форма зоба** проявляется необъяснимой *слабостью, раздражительностью, чрезмерной утомляемостью, нервозностью*. У больных *пропадает аппетит и появляется бессонница*. Часто это форма заболевания приводит к *снижению веса*.

3. **Гипотиреоидная форма зоба** мало проявляет себя на первых стадиях заболевания. Становится *бледнее кожа, снижается работоспособность, появляется мышечная слабость, быстрая утомляемость*. С развитием заболевания проявляется *сонливость, апатия, раздражительность, расстройства стула (запоры)*, лицо еще более бледнеет, на нем появляются отеки и припухлости. Часто в этот период возникают проблемы с сердечно-сосудистой системой (*пониженное давление, тахикардия*). У женщин нередко наблюдается нарушение менструальных циклов (пауза между ними может длиться несколько месяцев). Растущий зоб начинает давить на органы шеи, что приводит к *приступам удушья, кашлю, осиплости голоса*. Помимо местных симптомов могут появиться и общие расстройства нервной, сердечно-сосудистой и половой систем (вегето-сосудистая дистония, сердцебиение, задержка полового созревания и т. д.).

У 70–80 % больных зоб является *эутиреоидным*, однако в местностях с тяжелой зобной эндемией, с неблагоприятными социальными условиями часто встречаются гипертиреоидные формы зоба и кретинизм, который обнаруживается у 0,01–3 % населения эндемической местности.

2.4. Профилактика и лечение

Как и любое заболевание, эндемический зоб легче предотвратить, чем потом вылечить. В целях профилактики в первую очередь следует наладить сбалансированное питание, включающее в себя необходимое количество белков, витаминов и микроэлементов. Не последнюю роль в этом играют морские продукты (креветки, кальмары, мидии, морская капуста), богатые йодом. В местностях с нехваткой йода в окружающей среде часто проводится йодирование поваренной соли и хлеба.

Врачи **рекомендуют в пищу** чаще употреблять также:

- кисломолочные продукты, особенно содержащие бифидобактерии и ацидофильные бактерии;
- отварную рыбу;
- орехи и семечки всех видов;
- различные ягоды (клюква, брусника, черника, земляника, крыжовник, черная смородина, калина, рябина красная);

- свежавыжатые соки овощей, фруктов, ягод;
- свежие овощи, фрукты и зелень (капуста, свекла, чеснок, лук, сельдерей, яблоки и др.);
- сухофрукты (изюм, чернослив, курага, инжир, урюк);
- продукты пчеловодства.

Если у вас *уже проявились признаки болезни*, необходимо обязательно обратиться к врачу. Только специалист сможет назначить вам правильное лечение. Наряду с традиционными методами лечения эндемического зоба эффективно применять массаж, методы народной медицины, восточные практики и т. д.

В тяжелых случаях, при узловых или смешанных формах зоба, чрезмерных его размерах, а также при его злокачественном перерождении применяется хирургическое лечение.