



(19) **RU** ⁽¹¹⁾ **2 028 160** ⁽¹³⁾ **C1**
(51) МПК⁶ **A 61 M 21/00**

РОССИЙСКОЕ АГЕНТСТВО
ПО ПАТЕНТАМ И ТОВАРНЫМ ЗНАКАМ

(12) ОПИСАНИЕ ИЗОБРЕТЕНИЯ К ПАТЕНТУ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

(21), (22) Заявка: 93008064/14, 10.02.1993

(46) Дата публикации: 09.02.1995

(56) Ссылки: Федянин В.П. Ключи здоровья, М., 1991, с.17-25.

(71) Заявитель:
Щенников Л.А.,
Урванцева Е.Д.

(72) Изобретатель: Щенников Л.А.,
Урванцева Е.Д.

(73) Патентообладатель:
Щенников Леонид Александрович

(54) СПОСОБ РЕАБИЛИТАЦИИ ОРГАНИЗМА

(57) Реферат:

Изобретение относится к медицине и может быть использовано для восстановления состояния организма. Для этого предварительно методом рациональной психотерапии разъясняют сущность способа и внушают возможность излечения. Затем на

срок от 7 до 11 дней полностью исключают пищу и жидкости и на этот период изменяют суточный биоритм сон - бодрствование таким образом, что в ночное время пациент активно бодрствует, а спит в утренние и вечерние часы суток. При этом на этапе входа и выхода из голодания назначают овощную диету.

RU 2 0 2 8 1 6 0 C 1

RU 2 0 2 8 1 6 0 C 1



(19) **RU**⁽¹¹⁾ **2 028 160**⁽¹³⁾ **C1**
(51) Int. Cl.⁶ **A 61 M 21/00**

RUSSIAN AGENCY
FOR PATENTS AND TRADEMARKS

(12) **ABSTRACT OF INVENTION**

(21), (22) Application: 93008064/14, 10.02.1993

(46) Date of publication: 09.02.1995

(71) Applicant:
Shchennikov L.A.,
Urvantseva E.D.

(72) Inventor: Shchennikov L.A.,
Urvantseva E.D.

(73) Proprietor:
Shchennikov Leonid Aleksandrovich

(54) **ORGANISM REABILITATION METHOD**

(57) Abstract:

FIELD: medicine. SUBSTANCE: method comprises steps of preliminary explaining by rational psychotherapy way a substance of the method, being proposed, and suggesting a possibility of recovering; then completely excluding food and liquid for a period of (7-11) days, and for this period changing

daily biorhythm "sleep - keeping awake" in such a way, that at night the patient is awake and he is sleeping at morning and at evening hours of days; at a beginning stage and at a final stage of the starvation prescribing a vegetable diet. EFFECT: elimination of drugs. 1 cl

RU 2 0 2 8 1 6 0 C 1

RU 2 0 2 8 1 6 0 C 1

Предлагаемое изобретение относится к медицине, иммунологии и может быть использовано для восстановления состояния организма.

Одним из самых важных и доступных путей к сохранению здоровья и его восстановлению является голодание. При голодании происходит интенсивный выход шлаков и токсинов из организма, очищение и восстановление органов и систем, снижение веса тела. Доказано, что потеря 40-45% веса является иногда опасной для организма, а при потере до 20-25% веса не наблюдается никаких патологических изменений.

В настоящее время известно 3 основных варианта голодания.

Вынужденное недоедание. Такое голодание характеризуется однообразием, ограниченным питанием и не позволяет рационально расходовать резервные запасы организма.

Полное переключение на внутренний эндогенный режим питания, подобно голоданию животных, находящихся в гипобиозе. Этот вариант голодания известен также как способ разгрузочно-диетической терапии.

Способ предусматривает лечение нервно-психических заболеваний, алкоголизма, бронхиальной астмы (в т.ч. с осложненным течением саркоидоза), органов дыхания, гипертонической болезни, сердечно-сосудистых заболеваний, отдельных поражений соединительной ткани. Продолжительность, режим, начало курса лечения и выход из цикла лечения определяет врач. Преимущественно цикл лечения включает полное голодание в течение нескольких дней с условием приема в этот период жидкостей (вода, овощные и фруктовые соки).

Данный способ недостаточно эффективен, т.к. введение в режим голодания приема жидкостей не позволяет обеспечить полного оздоровления организма, поддерживая процессы гнилостного брожения и не выводя из организма шлаки - полное исключение пищевого энергоснабжения, при котором человек находится в бодрствующем состоянии, соблюдая водный и двигательный режим по 40 дней, а иногда и больше. Данный способ голодания оказывает лечебно-профилактический эффект самого широкого действия и является уникальным способом питания человека собственными резервами.

Способ предусматривает полное голодание, больной получает только воду, находится в комфортных условиях под наблюдением врачей.

Голодание сопровождается нормализацией биохимических процессов и секреции желез, вызывает защитное торможение нервной системы, дезинтоксикацию, мобилизацию сопротивляемости организма, омоложение тканей, аутому патологических образований, улучшает кровоснабжение, обеспечивает физиологический покой органов тела.

Известен способ становления и охраны здоровья Феникспрограмма, принятый за прототип, разработанный медицинским советником Федяниным В.П. (Ключи здоровья, М., 1991 г.). Способ включает лечебное голодание и выполнение комплекса

сопутствующих жизни человека условий: максимальное пребывание на свежем воздухе; благожелательное отношение к всему живущему на Земле; наутро начинать с последовательного распорядка; потягивание, умывание холодной водой, полоскание носовых ходов, питье холодной воды, разминка в виде самомассажа, бег, ходьба, ванна; баня для улучшения выделительной системы от балластных и ядовитых веществ, активизации защитных реакций организма; лечебное голодание. Оно включает 3 этапа; подготовительный, собственно голодание и выход из голодания.

Первый этап предусматривает питание продуктами растительного происхождения в сыром виде (овощи, фрукты, семечки, злаки, орехи, желуди, ягоды, зелень) без ограничений по аппетиту и сырую воду. Все продукты тщательно пережевываются. Срок первого этапа - 2-3 дня.

Второй этап состоит из 2-х фаз: полное исключение жидкости до появления жажды - 3-7 дней; водная - питье сырой воды до полного насыщения (1-3 литра в сутки - 3-4 недели).

В этот период сгорает и выводится из организма все ненужное: жиры, соли, неполноценные клетки.

В период полного голодания может возникнуть повышение АД, головокружение, нарушение терморегуляции тела, неприятные ощущения, отсутствие аппетита. Водная фаза эти явления нормализует, вызывает функциональное равновесие, а усиливающееся чувство голода свидетельствует о завершенности голодания.

В третий период голодания рекомендуется последовательный переход к восстановлению организма: прием свежих фруктов и овощей без клетчатки, соки до желания горячей пищи, которую употребляют без соли, сахара. Это слегка отваренные (в течение 3-5 мин) и настоянные овощи.

После этого разрешается перейти к мясомолочным продуктам и постепенно - к общему столу. Этот период продолжается 2-3 недели.

Схема восстановления здоровья по прототипу имеет следующие недостатки: длительна в исполнении, сложна, предполагает учет типа нервной системы, филогенетического дерева, анамнез, темперамент человека. Терапевтическая эффективность голодания снижена из-за того, что предусматривает прием жидкостей почти весь период лечения. Жидкости способствуют продолжению выделительных функций желудка, поджелудочной железы, печени, вызывают спазмы. В организме при повышенном содержании жидкости продолжают процессы гнилостного брожения, шлаки выводятся неполностью.

Целью изобретения является повышение терапевтического эффекта лечебного голодания до полного исцеления и регенерации организма.

Техническая задача: очищение организма от продуктов неполного обмена веществ, восстановление иммунологического статуса организма, повышение сопротивляемости, исключение медикаментозного лечения, профилактика возможных нарушений в организме.

Сущностью способа является питание в

течение 1-2 дней овощами, преимущественно сырыми, а затем 5-7-11-дневное полное сухое голодание, с условием бодрствования и двигательной активности в ночное время, периодического приема холодных водно-воздушных процедур и постепенного выхода из поста. Для экономии энергии в период поста не рекомендуется делать резких движений, разговаривать, сохранять душевное и духовное равновесие.

Способ осуществляют следующим образом.

За 1-2 дня до цикла лечения переходят на овощную диету, желателен овощи употреблять в сыром виде. Одновременно следует постепенно настраивать себя на предстоящий особый режим при лечебном голодании.

Затем больной переходит на полное голодание. Жестким условием при этом является запрет на употребление не только продуктов питания, но и любой жидкости, в связи с чем авторы назвали свой способ ПСГ - полное сухое голодание или ЦСП - целебный сухой пост. В этот период рекомендуется перейти на иной распорядок в течение суток: сон или отдых с 6 до 10 часов; прогулка, душ с 10 до 13 ч; общение, чтение с 13 до 18; сон с 18 до 22; бодрствование на свежем воздухе с 22 до 6 ч утра.

В период ЦСП рекомендуется вести спокойный образ жизни, заниматься умеренным трудом, дышать через нос.

Способ испытан в течение 24 лет на десятках тысяч людей, в т.ч. согласно договору с Ивановским государственным медицинским институтом, эколого-медицинским научно-производственным предприятием "Онкозащита", детским гастро-энтерологическим санаторием г. Иваново с 12.10.92 по 24.10.92 способ апробирован на группе больных в составе 19 человек.

В состав группы входили больные остеохондрозом, гипертонией, сердечно-сосудистыми заболеваниями, раком легких.

Апробация проходила в санаторно-курортных условиях и сопровождалась компетентной комиссией в составе врачей, углубленной клинической оценкой, контролем за биохимическими, иммунологическими, цитохимическими и физиологическими показателями. Учитывались в динамике факторы показателей крови, мочи, артериального давления, изменение веса пациента и др.

Экспертная комиссия рассмотрела клиническую, лабораторную и функциональную документацию по клинической апробации целебного сухого поста с учетом динамики изменения показателей, смены фаз резистентности, видов и характера очищения организма от шлаков. Причем один из членов комиссии сам прошел курс ЦСП вместе с остальными больными. Экспертная комиссия подтвердила положительные клинические результаты апробации у 18 больных и рекомендовала использовать целебный сухой пост для оздоровления широкого круга населения.

Кроме этого на 38 больных был апробирован способ полного сухого

голодания в течение 11 суток в городе Набережные Челны. В группе были больные лимфогрануломатозом, хроническим ЛОР-заболеваниями, аллергией, ишемической болезнью сердца, атеросклерозом, остеохондрозом, раком легких, миомой матки, почечно-каменной болезнью, ожирением, миалгией, острым лейкозом. Способ осуществлялся по описанной схеме. Все больные хорошо перенесли курс лечебного голодания, включающий аутотренинг, экономное расходование энергии, бодрствование, ночью, водно-воздушные процедуры. У больных исчезли простудные и воспалительные заболевания, улучшилось общее состояние, снизился порог восприятия холода, стабилизировалось артериальное давление, нормализовались показатели крови.

Противопоказаниями к применению способа является беременность, психические заболевания, гемофилия.

Выполнение ЦСП не сопровождается нарушениями иммунитета, тяжелыми осложнениями. У многих больных наблюдается обильное выделение солей и у некоторых - незначительная анемия.

Способ может быть использован для восстановления и активизации защитных сил организма, имеет оригинальную методику осуществления: сознательное и целенаправленное состояние пациента преодолеть недуг, изменить на более здоровый свой образ жизни путем смещения времени сна и бодрствования, продолжительного полного молчания для сохранения биоэнергии, использования охлаждающих водных и воздушных процедур, активное поведение в период лечебного голодания.

Предложение очень своевременно, весьма перспективно в плане восстановления здоровья населения, обострения мышления. По сравнению с водными голоданиями, ЦСП протекает легче и эффективнее (не вызывает обострений заболеваний, воспалительных процессов, достоверно улучшает самочувствие, показатели факторов крови, снижение АД, увеличение энергетических показателей, кровотока).

Основными фазами целебного сухого поста являются.

Подготовка 1-2 дня (разгрузочная диета, беседы по методике проведения поста);

Перестройка-ацидотический криз 3-5 дней;

Адаптация 5-10 дней;

Тренировка-выход 2-3 дня.

Типичные ощущения больных в период ЦСП.

Как правило, в первый день больные испытывают страх перед голодом, легкое головокружение, головную боль, слабость. Потеря в весе 1,0-1,5 кг. Для многих этот день проходит без неприятных ощущений.

На второй день обостряется аппетит и желание пить, возможна головная боль. Рекомендуется заниматься аутотренингом.

На третий день ослабевает чувство голода и жажды, но появляется слабость. Потеря в весе около 1,0 кг. Следует не делать резких движений, продолжать придерживаться описанной ранее режима.

На четвертый день может измениться артериальное давление, повыситься температура тела. Больному рекомендуется

принимать холодные ванны, гулять ночью. Врачи считают, что это происходит за счет эндогенных изменений (сгорания жировых отложений). Происходит обильное слюновыделение, снижение порога холода. Прием водных процедур нормализует состояние и никогда не вызывает простудных заболеваний.

Пятый день сопровождается болевыми ощущениями различной локализации (суставы, голова, живот, руки, возможны кровотечения, рвота или тошнота), понижением давления, температуры. Не следует бояться этого. Это особая фаза лечения - очищение организма. Вес теряется еще на 1,0 кг.

Ломка - самый активный период преодоления болезни. Надо продолжать принимать холодный душ, вести активный образ жизни и принятый режим, заниматься аутотренингом.

На шестой день обостряется обоняние, самочувствие несколько улучшается. Обильно выделяются с мочой различные соли (ураты, оксалаты и др.).

На восьмой день ощущается плохой вкус во рту, тахикардия или брадикардия, головокружение, слабость, диарея, сухость в носоглотке. Следует принимать удобную для себя позу, заниматься аутотренингом, продолжать прогулки, двигаться медленно. Потеря в весе - около 1,0 кг.

Самым ответственным является девятый день. Может повыситься температура тела, усилиться сердцебиение, тошнота. К этому следует относиться спокойно.

На десятый день наступает резкое улучшение состояния и безразличие. Режим предыдущих дней следует продолжать.

Одиннадцатый день похож на предыдущий. Надо его прожить до того часа, с которого началось голодание.

По истечении одиннадцатых суток надо спокойно принять пищу: свежую капусту или ее сок, салат. Есть неспеша, за I прием 100-200 г, частота питания - 3-4 раз в день.

На второй день можно пить сок, продолжать питаться овощами, но не более 800 г в сутки.

В отдельных случаях ЦСП можно осуществить в течение 7 суток.

Пример I. Галиева С.А., диагноз - лимфогрануломатоз, болеет в течение трех лет, возраст 48 лет, г. Набережные Челны.

Перед началом основного курса лечения проведена подготовка - разгрузочная диета в течение двух дней, состоящая из сырых овощей (капуста, морковь, огурцы). Одновременно с больной проводились беседы о сущности способа голодания, тактике проведения больной в течение этого периода.

Голодание проходило под руководством авторов изобретения. Ночью больная гуляла, днем занималась легким физическим трудом, зарядкой, принимала холодные водные процедуры, читала. Дышала через нос, не разговаривала.

На седьмые сутки ЦСП у больной изменились показатели крови в сторону улучшения: лейкоциты $10,0 \cdot 10^9$ г/г; гемоглобин 112 г/л; лейкоформула: палочки 2; сегментов 53; эозинофилов 1; моноцитов 14; лимфоцитов 30.

При голодании улучшилось общее

состояние, снята гармонозависимость. Больная через одиннадцать суток постепенно вышла из голодания, принимая сырые овощи, затем вареные и на 4-5 сутки - продукты в полном ассортименте. Общее состояние значительно улучшилось. Больная выразила полное удовлетворение результатами проведенного ЦСП.

Пример 2. Никаноров В.В., 1956 рождения, г. Иваново. Анамнез: рассеянный энцефаломиелит, лептоспироз, остеохондроз. Жалобы на постоянную слабость, головные боли, раздражительность, вес 56,4 кг; выявлено АД 180/90 мм рт.ст. Показатели крови: общий белок 85,7; калий 3,5; натрий 138; кальций 2,24; фосфор 1,04; креатинин м/с; щелочная фосфатаза - 2,0 ед.; остаточный азот мочевины 10,12; сегменты 49; лимфоциты 44%; лейкоциты 6,6 10⁹/л; РОЭ 2 мм/ч; моноциты 5%.

Больной после методической подготовки и разгрузочной диеты в течение двух дней 12.10.91 начал лечебное голодание под наблюдением врачей и авторов изобретения.

Контроль осуществлялся через день по показателям крови, мочи; ежедневно - клинические показатели, ведение дневника и карты наблюдения.

В первый день голодания больной чувствовал себя удовлетворительно, немного болела голова. Потеря в весе 1 кг. После сна - впечатление жжения в области живота. На второй день изменился цвет мочи, вес тела уменьшился на 1,4 кг. При анализе в моче: уд. вес 1023, присутствует следы белка и сахара, цвет - мутный, эритроциты - 4-6 в поле зрения, - 8 в поле зрения.

В последующие дни общее состояние было удовлетворительным, вес уменьшался на 0,7-1,0 кг, беспокоило чувство тошноты, однократно - рвота. Давление нормализовалось (110/80). Биохимические показатели крови: общий белок 85,7% ; альбумины 58,80%; глобулины 5,88; глобулин 8,83; глобулин 11,76; глобулин 14,70.

В моче обильный осадок.

20-21 октября больной постепенно вышел из лечебного голодания. Состояние резко улучшилось, нормализовались все показатели крови и мочи. Вес тела - 52,3 кг. СУБЪЕКТИВНО: больной выражает глубокое удовлетворение результатами, самочувствие отличное, жалоб нет, подвижен, уравновешен, здоров. Зрение изменилось с 0,7 Д до 1,0 Д.

Очищение организма продолжалось в последующие месяцы и сопровождалось оздоровлением больного.

Пример 3. Больная Бондаренко А.М., 56 лет, вес 82 кг, г. Краснодар. Исследована клинически и амбулаторно. Согласно официальным заключениям, установлены следующие заболевания: синусовая брадикардия, изменения в миокарде боковой стенки левого желудочка и области верхушки сердца с нарушением питания этой зоны, хронический холепанкреатит, гастрит, катаральный колит, дуоденогастральный рефлюкс, парадантоз, пищевая аллергия, бронхиальная астма.

Больная после подготовки в течение I дня (питание сырыми овощами) перешла на лечебный сухой пост.

В течение первых 6 дней голодание сопровождалось слабостью, болями в суставах, пищеварительном тракте,

ЛОР-органах. После ходьбы босиком, купания в холодной воде, душа состояние улучшалось. Вес снизился за этот период на 8 кг.

На седьмые сутки состояние улучшилось, боли прекратились, нормализовались показатели иммунного статуса, мочи, улучшилось зрение. Отмечена незначительная анемия.

Больной после 7-х суток предложено прекратить голодание и постепенно (в течение 4-5 суток) перейти на обычный режим. Больная вела дневник собственных ощущений. Довольна результатами, здорова, чувствует себя легко, улучшилось эмоциональное состояние, уменьшился избыточный вес. Наблюдения за ее состоянием в течение 1 года выявили, что жалоб Бондаренко А.М. не предъявляет.

Таким образом, способ позволяет простым, дешевым, доступным методом освободить организм от экзо- и эндотоксинов, новообразований, активизировать процессы регенерации органов и тканей, восстановить функции жизненно важных органов человека, повысить иммунный статус организма и тем самым предупредить заболевания. Способ легко воспроизводим, лечение может быть повторено, а при необходимости полное сухое голодание можно прервать без ущерба для пациента. Способ, кроме того, способствует закаливанию психоэмоциональных сил, тренирует

терморегуляционные процессы, значительно снижает применение медикаментов, а следовательно, устраняет нежелательные побочные действия препаратов, позволяет снизить избыточный вес пациента, улучшает логическое мышление, стабилизирует артериальное давление, снижает порог холодного восприятия. Влияние целебного сухого голодания имеет пролангированное действие; способ заслуживает самого пристального внимания со стороны здравоохранения и рекомендуется к широкому использованию.

Формула изобретения:

СПОСОБ РЕАБИЛИТАЦИИ ОРГАНИЗМА, включающий голодание с использованием овощной диеты на этапе входа и выхода из него, отличающийся тем, что предварительно методом рациональной психотерапии разъясняют сущность способа и внушают возможность излечения, затем в течение 7 - 11 дней полностью исключают пищу и жидкости, при этом изменяют суточный биоритм сон - бодрствование таким образом, что в ночное время пациент бодрствует, осуществляет двигательную активность и принимает холодные водно-воздушные процедуры, сон организуют в утренние и вечерние часы суток, а днем создают условия для спокойного бодрствования, ограничивают разговорную речь и исключают резкие движения.