

СОДЕРЖАНИЕ

К читателю	4
------------------	---

ВВЕДЕНИЕ В ИРИДОДИАГНОСТИКУ

Итак, давайте знакомиться!	7
Возможности иридодиагностики	8
Поговорим об истории... ..	16
Мелкое сито скрининга	19
Детский скрининг	21
Наш опыт	22

Часть 1. ОБЩАЯ ИРИДОЛОГИЯ

1.1. Структура радужной оболочки	26
1.2. Врождённые и приобретённые патологические состояния радужной оболочки	28
1.3. Методика иридодиагностики	32
1.4. Диагностическое значение структурных частей радужной оболочки глаза	44
1.5. Нарушения линейности радужной оболочки	85
1.6. Токсико-дистрофические знаки радужки	99
1.7. Рефлекторные, воспалительные и структурные знаки радужки	118
1.8. Иридогенетические особенности радужки	156
1.9. Эмоциональная иридодиагностика	177
1.10. Цвет радужной оболочки	182
1.11. Дисхромии радужной оболочки	185
1.12. Рельеф радужной оболочки	209

Часть 2. ОБЩАЯ ФИТОТЕРАПИЯ

2.1. Введение	212
2.2. Особенности проведения фитотерапии	219
2.3. Особенности составления сбора и его приёма	221
2.4. Приготовление лекарственных форм из растений	223
2.5. Способы применения лекарственных растений	228
2.6. Дозировки	230
2.7. Особенности заготовки лекарственных растений	234
2.8. Особенности фитотерапии при беременности	236

Приложения	240
Список литературы	244

2.3. Нарушения линейности радужной оболочки

Нарушения линейности радужной оболочки различают циркулярные и линейные. К первым относятся адаптационные кольца и дуги, а ко вторым — лучи. Последние ряд авторов относят к токсико-дистрофическим процессам.

2.3.1. Адаптационные (нервные) кольца

На периферии цилиарного пояса радужной оболочки иногда можно видеть концентрические углубления в виде колец или дуг (рис. 66). Их количество, величина и форма бывают различными. У кареглазых людей такие знаки встречаются гораздо чаще.

В офтальмологии они известны как **знаки сокращения** и описываются как **дрожящие складки**, образующиеся в результате постоянной работы нейромоторного аппарата глаза. Но почему же такие у многих людей они отсутствуют, а у некоторых постоянное сужение и расширение зрачка присуще всем? Почему выносливость складок не меняется в зависимости от величины зрачка? Почему в одних случаях они имеют вид замкнутых колец, а в других — коротких дуг, причём не всегда располагающихся строго концентрично? Офтальмология не может дать ответы на эти вопросы.

Более широко трактуется их значение в иридологии.

E. Schnabel (1959) и R. Bourdiol (1973) называли их **нервными** кольцами из-за того, что чаще всего они встречаются на радужках людей с лабильной нейровегетатикой, спазмофильной, неврастением, повышенной раздражительностью.

E. Jausas (1958) — **сердечными**, так как из 100 носителей нервных колец 70 были заболеваниями сердца, у 27 — сердечные заболевания, сопровождающиеся нервными расстройствами, у 7 — чисто нервные расстройства.

D. Bamer (1982) утверждал, что кольца на радужке отражают нарушение

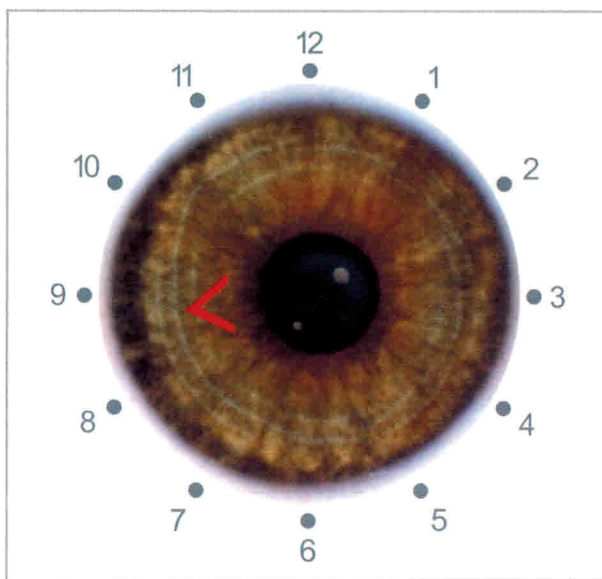


Рис. 66. Адаптационные кольца

нервной проводимости из-за **дефицита кальция** в организме и указывают на низкую стрессоустойчивость.

В отечественной иридологии этот знак получил название «**адаптационные** кольца» (Вельховер Е. С., 1992), передавая конституциональные **особенности реактивности нервной системы** и состояние **адаптационных процессов** в организме.

В выборке из 4635 детей множественные адаптационные дуги мы выявили у 21 % осмотренных. У 62 % из них отмечена психоэмоциональная лабильность различной степени выраженности, у 34 % имелся болевой синдром (как правило, в дошкольном возрасте преобладали дискинезии желчевыводящих путей, кишечника, а в пубертатном периоде — вегетативная дистония или мигренеподобные головные боли, болезненные месячные).

Мы считаем, что название «**адаптационные** кольца» более полно отражает суть этого знака. Он показывает генетически предопределённые особенности регуляторного влияния нервной системы на работу всех органов и систем. Множественные дуги на радужке отражают состояние

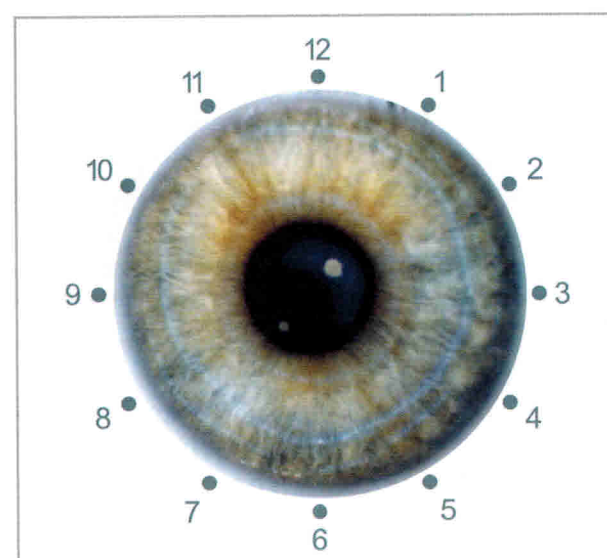
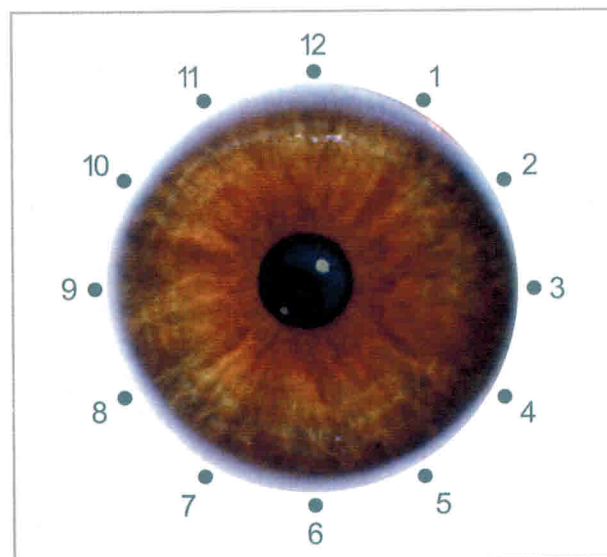
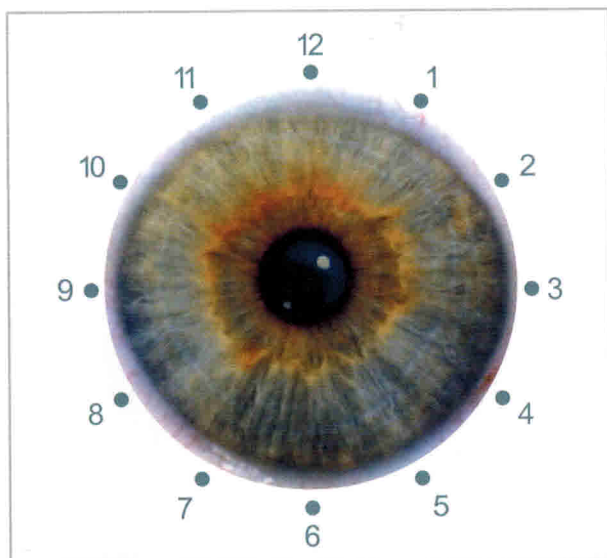


Рис. 67. Единичные адаптационные кольца (варианты нормы)

повышенной реактивности нервной системы, снижение порога её возбудимости, что предопределяет повышенную эмоциональную неустойчивость, а также склонность к спазмам сосудов и гладкомышечных органов. Наличие на радужке множественных колец и дуг требует проведения тщательного опроса и изучения проекционных зон сердца, головного мозга, желчного пузыря.

Если к вам обратился пациент с множественными адаптационными кольцами, независимо от той патологии, которая привела его к вам, для достижения максимального результата в курсовое лечение обязательно необходимо включать успокаивающие и мягкие спазмолитические травы.

Адаптационные кольца — это **постабильные**, генетически предопределённые образования. За все время практики нам не удалось наблюдать ни одного случая образования новых адаптационных колец или исчезновения уже имеющихся.

Подтверждением тому, что адаптационные кольца определяются составлением наследственности, может служить тот факт, что их можно увидеть на радужке уже двух-трёхлетних детей. Вряд ли в этом возрасте их жизнь наполнена стрессами и нервными срывами. Причём они выявляются не только у эмоционально неуравновешенных и у абсолютно спокойных детей.

У здоровых людей адаптационные кольца на радужке обычно имеют вид замкнутых колец правильной формы. Единичные кольца (одно-два) никакого особого диагностического значения не несут (рис. 67).

Множественные неполные кольца и дуги часто сопровождают различные патологические состояния, особенно протекающие на фоне симпатикотонии. Наиболее часто множественные дуги встречаются в латеральных и нижних латеральных отделах радужки (рис. 68).

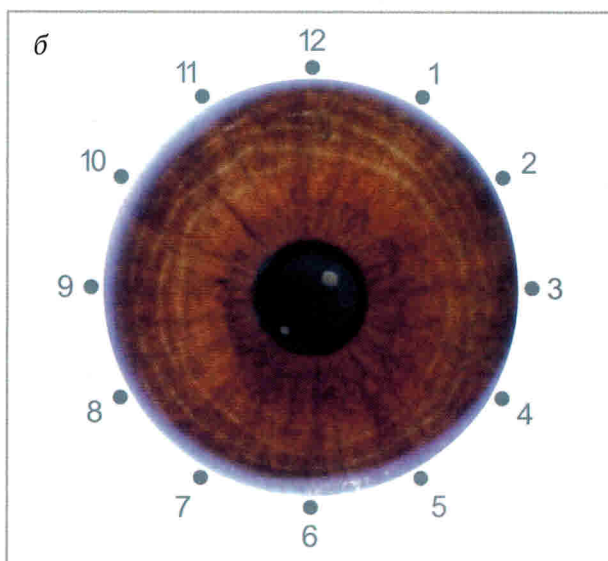
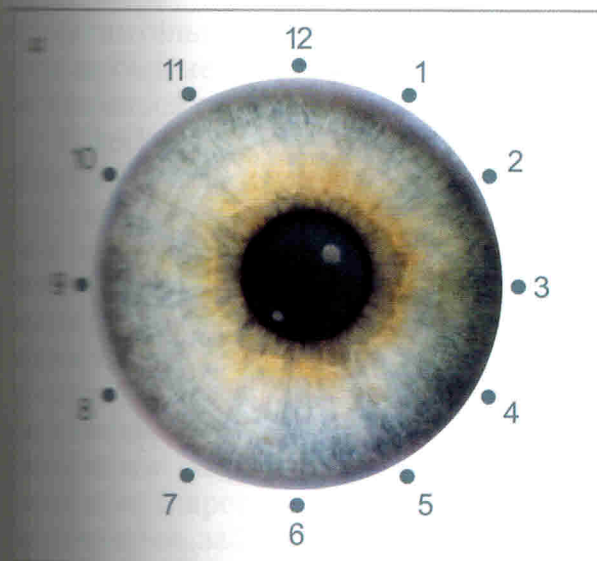


рис. 68. Множественные адаптационные кольца

При анализе **множественных** адаптационных колец и дуг учитывается количество, степень вдавленности, цвет/депигментация, локализация, форма, определяется начало и конец полуколец или дуг.

Незначительная **степень вдавленности** и сохранение фоновой окраски в глубине складки могут быть приняты за указание на генетически определённую повышенную эмоциональность, слабую стрессоустойчи-

вость, лабильность нейровегетатики и незначительную склонность к спазмам и дискинезиям внутренних органов на пике эмоций.

Чем глубже такие линии вдавлены и чем контрастнее они выделяются на фоне стромы, тем проявляется большая степень возбуждения и склонность к спазмам сосудов и гладкомышечных органов, проекционно связанных с их локализацией (рис. 69), и тем более низкий порог возбуждения имеет

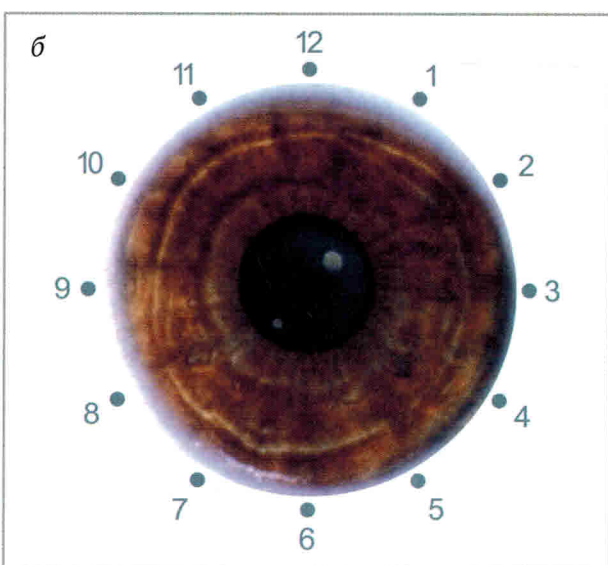
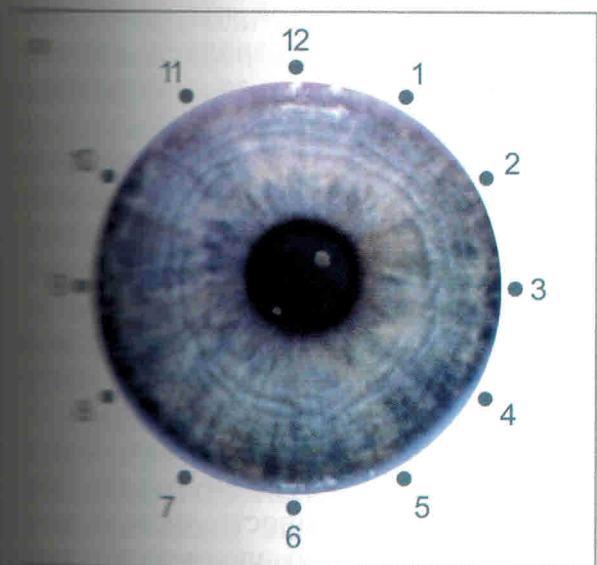


рис. 69. Вдавленные адаптационные кольца: а — 12 лет, правый глаз. Гиперактивность, нарушение сна; б — 34 года, левый глаз. Панические атаки, выраженный предметный синдром (раздражительность, плаксивость, отёчность, боли в животе, масталгия, боли в груди)

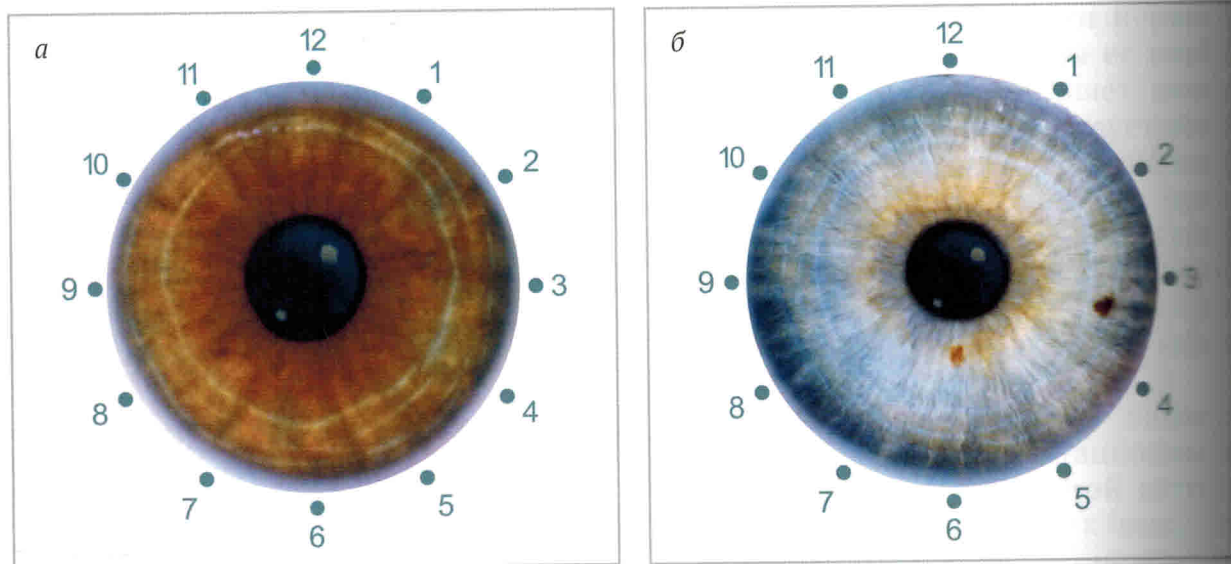


Рис. 70. Депигментированные кольца: *а* — 11 лет, правый глаз. Жалоб нет. До 7 лет наблюдался у гастроэнтеролога по поводу дискинезии желчевыводящих путей, спастические запоры; *б* — 15 лет, левый глаз. Бронхиальная астма, атопическая форма, ремиссия. В ряде по отцовской линии у большинства мужчин астма

нервная система. Поэтому даже незначительный раздражитель, на который любой другой из окружающих даже не обратит внимания, у этого конкретного человека может вызвать бурю эмоций, приступ болей в животе, сердце, головных болей, подъём артериального давления. Частые жалобы на нарушение сна, страхи. Таким людям присущ высокий риск органических неврозов и психосоматики. Назначение растительных седатиков и спазмолитиков заметно улучшает качество жизни и устраняет большинство жалоб. Помощь психотерапевта лишней не будет.

Изменение окраски линии адаптационных колец является существенным отягощающим признаком. Если на светлых радужках линии складок выглядят более тёмными, а на тёмных радужках адаптационные кольца/дуги — жёлтыми, депигментированными линиями, эти проявления более свойственны не невротическим, а спастическим состояниям (рис. 70).

При множественных, глубоко вдавленных адаптационных кольцах/дугах у **малышей** одна из самых распространённых жалоб — боли в животе,

вызванные различными видами дискинезий (желчного пузыря, кишечника, нарушением моторики желудка). В таких ситуациях не стоит обрушивать на ребёнка тяжёлую артиллерию синтетических лекарств. Лучше провести один-два курса фитотерапии, включающих лёгкие седатики и спазмолитики (ромашка, мята, валериана, фенхель, укроп, зверобой, тысячелистник, пустырник). Это позволяет добиться нужного результата за максимально короткие сроки.

Стоит учесть, что если светлыми детям с множественными адаптационными кольцами на пике нервного срыва больше присуще раскричаться, заплакать, хлопнуть дверью, то у детей с депигментированными и выглядят жёлтыми, часто переживают свои неприятности, не выплескивая эмоции наружу, какая бы буря внутри ни бушевала. Они могут просто уйти и замкнуться. Это нужно учитывать, потому что внешне спокойный, уравновешенный кареглазый человек с большим количеством адаптационных колец на радужке может быть чрезвычайно

2.1. Введение

Обманчивая привычность трав под ногами и вокруг нас, кажущаяся простота приготовления лекарственных форм из растений привели к тому, что большинству людей кажется, что для траволечения и знаний-то никаких особых не нужно. В Интернете информации о травах — просто немерено. Казалось бы — читай и лечи. Вот только почему-то не получается.

Очень трудно в мутном океане информации выловить золотую рыбку истины. И дело даже не в том, что достоверность многих интернет-данных весьма спорна. На самом деле в траволечении, как и в любом деле есть множество мелочей, особенностей, нюансов и тонкостей, проблем, сложностей и подводных камней, которые могут обнулить даже самые прекрасные способы и начинания.

Очень важно, чтобы этот большой многогранный материал постепенно, пошагово уложился и выстроился в голове в понятные и закономерные правила заготовки и применения растений. Чтобы вы не просто познакомились с травами, а научились воспринимать их, как голоса инструментов в оркестре, чтобы осознали необходимость и особенности разного подхода к лечению травами в зависимости от стадии болезни.

Очень нужно не заучивать типовые штампы применения трав — «болит живот — пей ромашку» или зазубривать десятки расхожих, пусть даже самых действенных, сборов, а подробно разбирать, почему, когда и какое растение больше показано в той или иной ситуации; кому, в какой дозе, как долго и почему мы его должны назначить.

Лекарственные растения **помогут** предупредить болезни, оборвать их развитие в самом начале, ускорить выздоровление, не допустить возникновения осложнений, позволят вылечить

многие недуги, обходясь без лекарств. Они помогут вам стать настоящими Берегинями (независимо от пола) для своей семьи, родных и близких, для своего здоровья.

Траволечение, или фитотерапия, — это самый древний способ врачевания. Оно имеет многовековые традиции и является частью культуры каждого народа. Его возраст примерно равен истории человечества. Многовековой опыт применения лекарственных трав описан в огромном количестве медицинских трактатов, сводов, рукописей и травников практически у всех народов мира. Таким длительным периодом наблюдения за особенностями воздействия на человека не может похвастаться ни один лекарственный препарат, срок «жизни» которых редко превышает 40–50 лет. Все синтетические лекарства появляются, живут и бесследно исчезают. Вспомните появление пенициллина в 40-х годах прошлого века. Это была революция в медицине! Но сейчас в аптеках продаются антибиотики уже четвертого-пятого поколения. Пенициллин давно неактуален и неэффективен. А ромашка и подорожник как лечили много веков назад, во времена Диоскорида и Авиценны, так и сейчас лечат точно так же.

Травы всегда сопровождали человека с рождения и до старости. В траве купали, травы пили, ими умывались и присыпали раны. Они вошли в сказки, легенды и песни. Народная мудрость гласит, что нет такого растения, которое не являлось бы лекарственным, и нет такой болезни, которую нельзя было бы вылечить травами.

Раньше в каждом доме лежали заветные пакетики с ромашкой — от боли в животе, липой — от температуры, листом брусники — от хруста в суставах и песка в почках. Теперь

их вытеснили пачки таблеток и ряды флаконов микстур. Но разве от этого прибавилось здоровья? И идя по пути прогресса медицинской науки, очень хотелось бы не растерять богатейший опыт и возможности народной медицины. Есть удивительно точная немецкая поговорка: «Das Kind mit dem Bade ausschütten» (важно вместе с водой не выплеснуть ребёнка).

Реклама лекарственных препаратов в средствах массовой информации навязчива и агрессивна. Её неудержимый поток из телевизора, радио и журналов постоянно призывает нас по поводу и без повода глотать то одну таблетку, то другую. Слоганы фармацевтических компаний наши современные дети знают лучше, чем детские стишки и поговорки.

Каждый год наша фармацевтическая промышленность производит всё более и более эффективные лекарства. Но с ростом их эффективности растёт и число их побочных и токсических эффектов, зачастую гораздо более грозных, чем болезнь, для лечения которой они создавались. Не зря существует поговорка: «одно лечим, а другое калечим». Появилось даже новое заболевание — **лекарственная болезнь**. В то же время растёт количество микроорганизмов, устойчивых к антибиотикам и другим медикаментам, растёт число людей с аллергией, не позволяющей проводить общепринятое медикаментозное лечение.

Но самое главное — разве с ростом числа новых лекарств у нас стало меньше сердечников, гипертоников, диабетиков? Нет! Самое удивительное, что их число постоянно увеличивается.

Богатейший опыт траволечения дошёл до нас, к сожалению, растеряв часть знаний на дорогах времени. От того, насколько бережно мы будем обращаться с полученным даром и приумножать его, будет зависеть, что оставим мы нашим детям и внукам. Сегодня многие наши дети, кроме по-

дорожника и в лучшем случае ромашки, «в лицо», наверное, лекарственных трав и не знают.

История траволечения не усеяна розами: во времена инквизиции травников-знахарей жгли на кострах, позже их умение осмеивали учёные мужи. Но что удивительно, народ как лечился травами, так и продолжает прибегать к помощи матушки-природы, а траволечение завоёвывает всё новых и новых сторонников.

Исторически сложилось, что на страже нашего здоровья стоит медицина, которую подразделяют на традиционную и нетрадиционную.

Традиционная — это сумма знаний, навыков и методик народного врачевания, объединяющих опыт всего человечества, накопленный веками и, что особенно важно, проверенный на миллионах людей.

Нетрадиционная — появилась в конце XVIII века и соединила в себе опыт учёных, основанный на результатах лабораторных и клинических исследований и достижениях фармакологии.

Отношения традиционной и нетрадиционной медицины больше всего напоминают взаимоотношения злой мачехи и падчерицы. Энергичная, прагматичная и коммерциализованная официальная медицина всегда смотрела на нетрадиционную медицину в лучшем случае свысока, а чаще — просто враждебно. И с начала 20-х годов прошлого столетия объявила народную медицину вне закона, ненаучной, а значит, несостоятельной. И вместо гармоничного объединения наилучших достижений с обеих сторон на деле имеем их непреходящее противостояние. Шопенгауэр писал: «Истина проходит через три стадии: сначала её высмеивают, потом ей яростно сопротивляются и, наконец, принимают как очевидное». К сожалению, мы с вами сейчас находимся только на втором этапе принятия траволечения как истины.

Народная медицина потому и была народной, что наряду с целителями, знахарями и лекарями практически все слои населения обладали элементарными знаниями об использовании трав в качестве первой доврачебной помощи при лихорадке, отравлении, простуде или болях в животе.

Почему мы сегодня говорим о необходимости возрождения семейного травничества? Да потому, что именно семья больше всех заинтересована в сохранении здоровья его членов. Именно семья может обеспечить регулярный приём назначенного лечения и проконтролировать его. И именно семья может помочь провести большинство процедур и лечебных мероприятий, что называется, «без отрыва от производства» для наилучшего результата лечения.

И задача народной медицины — не столько подготовить целителей-травников, сколько познакомить всех с богатством неисчерпаемых кладовых Природы, обратить внимание на разнообразие окружающих нас лекарственных растений, на многогранность их свойств и воздействий на человеческий организм, научить, как с их помощью можно укрепить и улучшить здоровье.

А начинать нужно с малого. Купите себе домой справочники по лекарственным растениям, лучше с фотографиями, а не рисунками. Стоят же в каждом доме атлас мира, орфографический словарь. Начните их рассматривать, лучше вместе с детьми или внуками, или обратитесь для этого к просторам Интернета. К весне, выбравшись на природу, вы встретите большинство трав как старых знакомых, радуясь узнаванию.

Хватит пить пыль в фильтр-пакетиках. Заведите себе симпатичный заварной чайник и начинайте потихоньку экспериментировать, добавляя в любимые чаи по щепоточке травы — зверобой, Melissa, душицу, календулу, таволгу, рябину — или мандариновые

корочки. Продолжать этот перечень можно ещё очень долго. Но главное, что эти чаи станут не только полезными. Они будут очень вкусными и ароматными. А сколько здоровья они вам сэкономят! В эти дегустационные вариации втягиваешься и получаешь от них море удовольствия.

И когда выезжаете на природу, не берите с собой кофе или чай. Гляньте под ноги, сорвите лист земляники, малины, крапивы, соцветия чабреца, зверобоя, иван-чая и заварите душистый настой. Жизнь сразу станет прекрасней!

Господь создал целую аптеку, которая растёт у нас под ногами. Нужно только оглянуться по сторонам, посмотреть себе под ноги, приложить немножко труда и душевного тепла. Права китайская поговорка: «Лекарство в тысячу юаней растёт у самого плетня». У нашего с вами плетня, а не за семью горами, за семью морями. Для каждого из нас самыми лучшими и сильными лекарями будут растения, которые выросли в тех же условиях, что и мы. И здесь важно всё — уровень магнитного поля Земли и солнечной активности, длительность дня и смена сезонов года, минеральный состав воды и почвы. Как говорил Маугли: «Мы с тобой одной крови!» «Заморские» травы и лекарства из них совершенно по-разному лечат жителя средних широт и тропиков. И если на своей родине они просто творят чудеса, то у нас зачастую даже до хорошего результата откровенно не дотягивают.

Во всём мире в народной медицине не используется около 23 тысяч лекарственных растений, то есть примерно 70 % всей флоры. Более трети современных лекарственных препаратов созданы на основе растений. Казалось бы, идеальное решение: принимай таблетки и микстуры без мороки с завариванием, настаиванием, процеживанием. А вот и нет! Для изготовления медикаментов из растения выделяют

одно или несколько наиболее активных веществ. Они, конечно, самые-самые, но зачастую такие препараты уступают по эффективности исходным травам. И это объясняется тем, что в цельном растении **работает весь комплекс действующих веществ**, в том числе и так называемые балластные вещества, которые не использует фармакология. Именно поэтому белладонна помогает при болезни Паркинсона, а синтетический атропин, аналогичный её главному действующему веществу, таким эффектом не обладает. Аспирин может вызывать язву желудка, а кора ивы, из которой были получены первые салицилаты, — никогда. Да и многочисленные технологические операции, через которое проходит растение до конечного результата, полностью лишают его важной составной части — его энергетики, души. Остаётся голая химия. Поэтому цельное растение, особенно ручного сбора, действует всегда более эффективно и разносторонне.

При приёме растений повышаются защитные и компенсаторные силы организма, корректируются обменные процессы, нарушенные в ходе заболевания, усиливается выведение из организма токсических метаболитов. Использование лекарственных трав позволяет увеличивать барьерную функцию очага воспаления, оказывает антидеструктивное воздействие, ограничивает объём повреждений за счёт повышения резистентности тканей, повышает неспецифическую сопротивляемость организма.

Обусловлено это прежде всего тем, что биологически активные вещества лекарственных растений не изменяют так грубо и резко всю систему химических реакций живой клетки человека, как синтетические. Особенность действия растительных средств обусловлена **биогенетическим родством** и совместимостью природных веществ с человеческим организмом.

Эволюционное развитие животных и растений на Земле протекало параллельно, они приспособлялись и дополняли друг друга. Поэтому растительные вещества не являются чужеродными для человеческого организма и способны органично включаться во многие внутриклеточные процессы и активно на них влиять.

Организм человека, в свою очередь, располагает обширной системой ферментов и других веществ, способствующих усвоению и использованию природных компонентов в своих многочисленных обменных процессах.

По сравнению с химиотерапевтическими препаратами травы действуют мягче, длительнее, физиологическая активность их шире. Они сочетают высокую эффективность с возможностью охвата всех патогенетических звеньев заболевания, редко проявляют кумулятивные и алергизирующие свойства, в ряде случаев снимают отрицательные последствия от применения синтетических препаратов и профилактируют развитие осложнений.

Подавляющее большинство лекарственных растений обладает **высокой биологической активностью** при сравнительно **низкой токсичности** и **широким терапевтическим индексом** (разницей между терапевтической и токсической дозой). Побочные явления от применения препаратов растительного происхождения встречаются в 5–8 раз реже, чем осложнения от химиопрепаратов.

Благодаря **политерапевтичности** (способности каждого растения оказывать комплексное влияние на различные органы и системы) травы оказывают системное, многостороннее органопротекторное воздействие, восстанавливая и мобилизуя защитные силы организма, проявляя регуляторное, нормализующее нарушенные функции действие. Происходит это благодаря многообразию действующих начал в растении и соответственно

увеличению «точек приложения» биологически активных веществ, вводимых в организм. Это создаёт предпосылки к тому, чтобы организм **сам** начал более эффективно бороться с болезнью. Благодаря этому одна и та же трава оказывается способна лечить многие недуги.

Политерапевтичность свойственна практически всем растениям. Одним из ее наиболее ярких примеров является **таволга**. Это растение заслужило мою особую любовь и признательность. В народе её называют сорокоприточником — средством, помогающим при сорока недугах. И абсолютно справедливо! Для таволги характерны выраженные общеукрепляющее, сильное противовоспалительное, антимикробное действие. Особую тропность она проявляет к слизистым оболочкам, поэтому очень эффективна при гастритах, циститах, бронхитах. Для неё характерно успокаивающее (сильнее валерианы), стресс-протекторное, противосудорожное, сильное ноотропное действие. Улучшает память, устраняет бессонницу. Оказывает гипотензивное (на нормальное и пониженное давление не влияет), мочегонное, потогонное действие, снижает уровень холестерина в крови, нормализует уровень сахара в крови, гепатопротектор, то есть выполняет роль активного гармонизатора обмена веществ, кровоочищающее, детоксицирующее растение. Разжижает кровь, оказывает выраженное противовирусное, вяжущее, ранозаживляющее, противоглистное действие. При раннем токсикозе беременных устраняет тошноту и рвоту. Снимает мышечные боли при значительных физических нагрузках, поэтому раньше её пили косари. А сегодня она очень помогает спортсменам и любителям тренажёрных залов.

Для получения такого же эффекта пришлось бы принимать целые горсти лекарств, и у каждого из препаратов длинный перечень побочных

и токсических эффектов, последствия которых тоже придётся лечить.

Отличие натуротерапии от современной медицины состоит в том, что основным принципом её является не «замещающее» действие препарата, которое по принципу обратной связи может вызывать ослабление функциональной активности исходного органа, а **мобилизация собственных сил организма**, всех уровней эндогенной защиты для сохранения и поддержания гомеостаза.

Гиппократ указывал, что лекарственные вещества содержатся в растениях **в оптимальных качествен-но-количественных соотношениях**, а наш организм, «более умный и совершенный, чем самоуверенный разум», выбирает сам из всего многообразия биологически активных веществ, витаминов, микро- и макроэлементов в растениях всё необходимое для восстановления здоровья и борьбы с недугом.

Травы можно пить годами без каких-либо осложнений. Нужно только периодически менять состав сбора, примерно каждые 1,5–2 месяца. Любое длительное лечение вызывает в конце концов привыкание и снижение чувствительности к нему. Если длительно воздействовать на одни и те же ферментные системы, они перестанут реагировать на воздействие. Кроме того, в результате проведённого курса лечения состояние пациента наверняка изменилось: исчезла часть жалоб, уменьшилась выраженность тех или иных симптомов. Следовательно, и состав сбора уже должен быть другим. Корректируя состав сбора в зависимости от самочувствия больного, меняя акценты в лечении, мы запускаем новый этап восстановления и гармонизации организма.

Важное преимущество фитотерапии состоит в том, что даже у пациентов, вынужденных длительное время соблюдать строгую диету, но прини-