



ГЛАВА

3

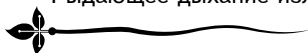
Кардинальный переворот в лечении гипертонии и гипотонии

**Традиционная медицина
не в состоянии решить проблему
высокого и низкого давления
с помощью лекарственных
препаратов**

Ошибки врачей с позиции естественной медицины

С позиции естественной медицины гипертония и гипотония — это не болезни, как считают врачи, а состояния организма, определяемые нарушением обмена веществ вследствие неправильного дыхания. Это две крайности, два варианта патологического отклонения от принятой врачами нормы 120–139 мм рт. ст.

Гипертония — это одна крайность. Характерная ее особенность — наличие постоянного достаточно сильного нервного стрессового напряжения в организме вследствие нарушения обменных процессов, приводящего к сужению кровеносных сосудов и повышению артери-



ального давления. Такое состояние может закрепляться в генах и передаваться по наследству из поколения в поколение. В таком случае люди превращаются в гипертоников с давлением от 140/90 мм рт. ст. и выше.

Гипотония — это другая крайность: нарушение обмена веществ у этих людей приводит к излишнему ослаблению тонусного состояния сосудистой системы, сверхнормальному расширению кровеносных сосудов и крайне низкому снижению давления в организме. Такое состояние также закрепляется у них в генах на протяжении ряда поколений, определяя многие особенности их организма. Эти люди оказываются в группе с давлением ниже 100/60 мм рт. ст. у мужчин и ниже 95/60 мм рт. ст. у женщин.

В этой связи нельзя согласиться с мнением врачей, что «понижение артериального давления не всегда является патологическим состоянием. Существует понятие „физиологическая гипотония“. При таком состоянии на фоне низкого давления человек ощущает себя абсолютно нормально и не предъявляет никаких жалоб» (*Савко Л.* Высокое и низкое давление. Причины, профилактика и лечение. СПб., 2013, С. 116). Такие оценки могут лишь говорить о степени приспособляемости тех или иных гипотоников к своему «патологическому состоянию». Лучше или хуже чувствует себя гипотоник — его состояние всегда остается патологическим отклонением от нормы, определяя общие для всех людей с пониженным давлением черты (в отличие от гипертоников).

Проявляется болезнь общим понижением тонуса, состоянием слабости, вялости, угнетенности — астенией. Гипотоники часто жалуются на потливость, головокружение, ломоту в суставах, изжогу, неустойчивый стул, частые головные боли. Имеет гипотония и множество симптомов невротического характера: сни-



жение работоспособности, раздражительность, истеричность, неумение сосредоточиться, слабование.

Гипотоники очень метеозависимы: при резких скачках атмосферного давления, в дни магнитных бурь у них могут быть гипотонические кризы — приступы сильнейших головных болей и обмороки.

Для сравнения приведем описание врачами стабильной гипертонии: она отличается постоянно повышенным давлением, которое можно снизить только с помощью весьма сильных лекарств. При этой форме гипертонии у пациента начинают появляться признаки сердечной недостаточности. Наряду с повышенной утомляемостью наблюдается излишняя задержка жидкости в организме (и как следствие — отеки). Другой частый признак сердечной недостаточности — одышка, которая может появиться даже в состоянии покоя, в том числе и ночью, когда больной спокойно лежит в своей кровати. Это происходит из-за застоя крови в легких. Могут отмечаться головокружения, обмороки, потемнения в глазах.

Особенно опасны гипертонические кризы, когда больной чувствует себя очень плохо. Гипертонический криз возникает из-за резкого нарушения механизмов регуляции артериального давления. Во время криза наблюдаются многочисленные симптомы, говорящие о расстройстве кровоснабжения головного мозга и сердца, появляются сильные головные боли (особенно в затылке) и боли в груди, шумы в ушах и одышка, нередко возникает состояние тревоги и даже паники. Криз представляет угрозу здоровью своими осложнениями: инфарктом, инсультом, отеками легких и мозга.

Врачи отмечают, что у гипотонии в отличие от артериальной гипертонии есть положительные стороны. На фоне пониженного давления не развиваются такие



тяжелые осложнения, как инсульт, инфаркт, ишемическая болезнь сердца. Продолжительность жизни гипотоников в среднем несколько, чем людей с повышенным и даже нормальным давлением.

По мнению специалистов, некоторые факторы, predisposing к развитию пониженного артериального давления, могут быть такими же, как для повышенного артериального давления.

Это обстоятельство весьма важно, так как при всех различиях и даже кажущейся внешне прямой несовместимости между этими состояниями организма гораздо больше внутренней общности, чем это может представляться. Такое противоречивое единство вполне объяснимо, так как гипертония и гипотония являются прямым отражением общего патологического состояния организма, его нездорового отклонения от единой нормы вследствие одной и той же причины — нарушения обмена веществ из-за неправильного дыхания.

В этой связи совсем не случайно, что при определении причин гипертонии и гипотонии специалисты приводят множество факторов, причем нередко абсолютно одинаковых.

К ним относят:

1. Психоэмоциональные перегрузки, хронические стрессы.
2. Вредные условия на производстве (вибрация, шум, высокая температура окружающего воздуха).
3. Черепно-мозговые травмы, разные болезни.
4. Нарушения в питании, много соли.
5. Недостаток сна, хроническое недосыпание.
6. Алкоголь, курение и др.

Как видим, среди множеств причин гипертонии и гипотонии врачи не знают самой главной причины —



нарушения обмена веществ в организме из-за неправильного дыхания. Даже верно указывая на то, что к повышению давления приводит сужение кровеносных сосудов, они просто не в состоянии дать ясный ответ. Так, врач И. С. Малышева пишет в книге «Лечебные диеты при высоком и низком давлении» (СПб., 2011. С. 11–12): «Для того чтобы понять, как предотвратить развитие гипертонии (или как бороться с ней, если она уже о себе заявила), нужно понять, почему она возникает. Можно сказать, что развивается она из-за того, что в организме запускаются особые механизмы, которые вызывают сужение артериальных сосудов. Иными словами, происходит разлад регуляции сосудистого тонуса (обращаем внимание на то, что никакого поражения внутренних органов при этом не наблюдается)».

Что это за особые механизмы, которые вызывают сужение артериальных сосудов? Почему запускаются? Почему происходит разлад регуляции сосудистого тонуса?

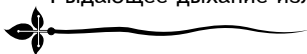
Никакой ясности, сплошной туман.

Кстати, такая трактовка характерна для всех врачей, которые считают, что подобного непонятого объяснения вполне достаточно, чтобы затем вести разговор об излечении гипертонии.

А замечание И. С. Малышевой, что «никакого поражения внутренних органов при этом не наблюдается» вообще само по себе крайне удивительно: ведь речь идет о состоянии патологического отклонения всех обменных процессов «от физиологической нормы».

Итак, не разобравшись в причине заболевания, врачи лечат его, заранее обрекая болезнь на неизлечимость, а больных — в лучшем случае на инвалидность.

Сами врачи считают, что в 90–95% случаев конкретную причину повышения артериального давления



установить невозможно. Тогда говорят о первичной — эссенциальной (беспричинной) артериальной гипертензии. Специалисты придерживаются мнения, что к этому виду гипертензии люди имеют наследственную предрасположенность.

Однако все, что сказано здесь о гипертонии, с таким же успехом можно в полной мере отнести и к гипотонии:

- и невозможность в 90–95% случаев установить конкретную причину понижения артериального давления;
- и что к этому виду гипотензии люди имеют наследственную предрасположенность.

На внутреннюю связь и единство гипертонии и гипотонии особенно наглядно указывает следующее обстоятельство. **Когда гипертоник использует рыдающее дыхание — давление у него снижается, когда гипотоник использует рыдающее дыхание — давление у него повышается.**

В обоих случаях происходит нормализация обмена веществ и утверждение его оптимального уровня.

Для врачей характерна следующая трактовка гипотонии.

Механизм возникновения пониженного артериального давления заключается в сниженной тонусе сосудистой системы. Другими словами, сосуды находятся в ослабленном («расширенном») состоянии, в связи с чем общая циркуляция крови в организме резко замедляется. Вместе с тем затормаживается питание всех органов и систем, и в первую очередь головного мозга, кислородом. Это приводит к общему снижению тонуса организма (*Малышева И. С.*, С. 64–65).

Но ведь что-то подобное (с обратным знаком) можно сказать и о гипертонии: механизм возникновения по-



вышенного артериального давления заключается в повышенном тоне сосудистой системы. Другими словами, сосуды находятся в напряженном («суженном») состоянии, в связи с чем общая циркуляция крови в организме резко усиливается (и так далее в том же духе).

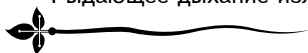
Все это еще раз подтверждает, что гипертония и гипотония — это две взаимосвязанные между собой крайние патологические состояния организма. Причем эти крайности одинаково успешно нормализуются с помощью рыдающего дыхания.

Наконец, есть еще один важный момент единства гипертонии и гипотонии, так сказать, «роднящий» оба эти внешне несовместимые противоположные патологические состояния. Кратко его можно было бы охарактеризовать так: «кровь без кислорода».

Он возникает, когда вдыхаемые гипертониками и гипотониками молекулы кислорода в условиях неправильного газообмена (правильный газообмен по Бутейко — 3 : 1 больше углекислого газа, чем кислорода) слишком прочно соединяются с гемоглобином и никак не могут отделиться от него, чтобы попасть в клетки органов. Без кислорода клетки не могут взять питание из крови и снижают свои функции, заболевают.

Этой важнейшей особенности гипертоников и гипотоников не знает ни один врач, ни один специалист, ни вся медицина в целом. Без такого знания бесполезно лечить не только гипертонию и гипотонию, но и все другие болезни (сердечно-сосудистые, сахарный диабет, заболевания головного мозга, бронхиальную астму, пневмонию и др.).

Другими словами, в организме (или в его частях) может возникнуть чрезвычайное обстоятельство, которое и в страшном сне не может присниться врачам и спе-



циалистам: кровь есть, она обильно течет по кровеносной системе, а кислород в органы практически не поступает, хотя в крови он есть.

Исправить это катастрофическое состояние, устранить образовавшийся в организме дефицит кислорода никакие лекарства не смогут. Только начав использовать рыдающее дыхание и создав правильный газообмен 3 : 1 (больше углекислого газа, чем кислорода), можно расслабить сцепку кислорода с гемоглобином, обеспечить кислородом все органы и системы организма, нормализовать обмен веществ, снять сильное нервное напряжение и стрессы у гипертоников, расслабить напряженный тонус сосудов и расширить их, снизив артериальное давление.

И снова мы видим здесь прямую (с обратным знаком) связь гипертонии и гипотонии. Так как у гипотоников артериальное давление повышается после использования рыдающего дыхания, то это свидетельствует о противоположном процессе: излишне расслабленный тонус артерии у них начинает напрягаться, что приводит к сужению излишне расслабленных кровеносных сосудов и естественному повышению артериального давления, более усиленному продвижению крови во все органы и системы, нормализации обмена веществ, излечению болезней, улучшению общего состояния организма и общему повышению его тонуса.

Понятно, что без знания и учета этого важнейшего обстоятельства многочисленные рассуждения специалистов о важности нормализации кровообращения теряют всю свою значимость. Становится ясно, что при лечении гипертонии и гипотонии важнейшей задачей становится обучение больных рыдающему дыханию.

Для более глубокого понимания несостоятельности лечения гипертонии и гипотонии врачами с помощью



питания нужно знать следующее обстоятельство. Так как все гипертоники и гипотоники дышат неправильно, определяя дефицит кислорода во всех органах и мышцах, то даже самая хорошая пища может вообще не сработать. Не получая кислорода, органы и мышцы не могут брать питание из крови — обменный процесс имеет окислительный характер. В таком случае сахар, жиры, белки, витамины, минеральные элементы поступают не в органы, а в жиры или вообще выбрасываются из организма. В результате роль разнообразного питания, которому врачи уделяются исключительно большое внимание, как важнейшего средства лечения гипертоников и гипотоников в действительности становится близкой к нулю.

В отличие от врачей самарский физиолог доктор наук Ю. Н. Мишустин в книге «Выход из тупика. Ошибки медицины исправляет физиология» (Самара, 2011, С. 5) пишет о том, что гипертония — «это не болезнь, а состояние организма, порождающее большинство хронических болезней. Именно гипертония порождает бессонницу и мигрень, ослабление памяти и шум в голове, головокружения, а также стенокардию, аритмию и одышку, диабет, остеохондроз и артроз, пародонтоз, холецистит, гастрит и запор (колит), и еще множество недугов. Гипертония вынуждает организм поднимать артериальное давление, а это уже гипертоническая болезнь, считающаяся самой распространенной болезнью людей».

Итак, если с позиции естественной медицины гипертония и гипотония — это не болезни, а состояния организма, определяемые нарушением обмена веществ вследствие неправильного дыхания, это две крайности, два варианта патологического отклонения от принятой врачами нормы 120–139 мм рт. ст., то у Ю. Мишустина все перепуталось.



Оказывается, гипертония (которая сама является следствием, результатом нарушенных обменных процессов в организме) вдруг сама порождает большинство хронических болезней. Но ведь все эти хронические болезни (как мы теперь понимаем) сами являются, подобно гипертонии, прямым следствием, результатом произошедшего нарушения обмена веществ. Получается, одно следствие (гипертония) порождает другие, совершенно независимые от него следствия... Какая-то, извините, неувязка. С таким же успехом можно было бы сказать: сахарный диабет порождает большинство хронических болезней (в том числе гипертонию).

Подведем итог.

1. Врачи не знают основную причину возникновения гипертонии. Поэтому нередко говорят о беспричинной (эссенциальной) гипертонии. Излечить болезнь, не зная ее причину и не устранив ее, невозможно. Не случайно современная медицина объявляет гипертонию неизлечимой.

Но тут же возникает вопрос: а разве гипотония излечима? Тот факт, что на фоне пониженного давления не развиваются такие тяжелые осложнения, как инсульт, инфаркт, ишемическая болезнь сердца (как при гипертонии), совсем не делает гипотонию излечимой. Почему же врачи об этом стыдливо умалчивают?

Следовательно, надо четко сказать:

врачи не знают причину возникновения гипотонии, о которой можно также сказать как об эссенциальной (то есть беспричинной) и неизлечимой.

2. Гипертония и гипотония — это не болезни, а разные патологические состояния организма, одинаково определяемые произошедшими нарушениями обмена веществ в организме из-за неправильного дыхания. Поэтому лечить их лекарствами (что делают



врачи) совершенно бессмысленно и бесперспективно.

3. Но с позиции естественной медицины оба эти состояния в принципе излечиваются, если больной начинает использовать рыдающее дыхание и другие природные механизмы здоровья, восстанавливает обмен веществ, снимает стрессы и восстанавливает прежнее нормальное состояние всей кровеносно-сосудистой системы, преодолевая постепенно как излишнее сужение сосудов (гипертония), так и излишнее расширение сосудов (гипотония).

Однако следует иметь в виду, что полное излечение гипертонии и гипотонии — весьма длительный процесс, так как эти патологические состояния закреплялись в генах на протяжении, возможно, нескольких поколений (в отличие от разных болезней, которые нередко излечивают за 1–2 месяца).

Тем не менее именно использование природных механизмов естественной саморегуляции позволяет в самый короткий срок — за один месяц — поставить под действенный контроль всю систему регуляции давления в своем организме и полностью отказаться от применения лекарств.

Лечение официальной медицины не отвечает современным требованиям

Нынешний уровень лекарственной медицины не позволяет врачам понять сущность многих процессов в организме гипертоников и гипотоников, дать им правильную научную оценку и определить действенное средство оздоровления.

Постараемся продемонстрировать это хотя бы на некоторых примерах.