

Очень интересная и полезная книга! Конечно, она не дает готовых рецептов для каждого конкретного пациента — да это и невозможно, однако указывает путь к выздоровлению и дарит надежду!

*Дарья Б.,
Воронеж*

Уникальная книга, написанная потрясающей женщиной! Эти лекции должны войти в сокровищницу отечественной медицины!

*Константин Р.,
Санкт-Петербург*

Книга интересна не только больным людям, но и здоровым — ведь она и о том, как не допустить коварных и страшных заболеваний, таких как астма, рак, диабет. Замечательно, что советы Лидии Александровны просты и выполнимы в повседневной жизни каждого человека.

*Ирина Л.,
Москва*

Книга читается как увлекательный роман — у автора дар интересно излагать даже медицинские проблемы, а рассказы о жизни ее семьи в период Второй мировой войны и сложности взаимоотношений «светил» в советской медицине — это самые настоящие исторические хроники.

*Максим Н.,
Архангельск*

Отличное пособие для студента-медика! Понятно и наглядно излагаются самые сложные вещи.

*Иван Д.,
Новосибирск*

Давно интересуюсь методом Бутейко, и эта книга многое прояснила для меня и расставила по местам. Спасибо авторам!

*Елена Г.,
Севастополь*

ЗНАХАРЬ

ЛИДИЯ ПАНОВА, ГЕННАДИЙ ПАНФИЛОВ

ДЫШИТЕ И ИСЦЕЛЯЙТЕСЬ!

ВРАЧ СЕМЬИ СТАЛИНА

УНИКАЛЬНАЯ МЕТОДИКА ЛЕЧЕНИЯ
РАКА, АСТМЫ, ДИАБЕТА,
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ

ПРАЙМ


Издательство
АСТ
Москва



СОДЕРЖАНИЕ

Пролог	7
Света	7
Аня	21
Третья встреча	43
Четвёртая встреча	46
Пятая встреча	51
Беседы	58
2006	58
7 ноября	58
9 ноября	68
10 ноября	82
11 ноября	88
2007	97
8 января	97
11 ноября	105
17 января	117
30 января	121
6 февраля	136
13 февраля	143
20 февраля	157
8 мая	164
15 мая	179
10 ноября	184
14 ноября	193
17 ноября	205

24 ноября	209
1 декабря	218
23 декабря	224
29 декабря	233
2008 год	240
3 января	240
12 января	245
19 января	256
26 января	264
9 февраля	271
16 февраля	277
10 марта	283
14 марта	289
15 марта	296
29 марта	306
5 апреля	308
12 апреля	316
19 апреля	322
2010 год	328
15 января	328
27 января	339
24 февраля	344
10 марта	350
26 марта	353
31 марта	358
14 апреля	361
21 апреля	367
16 июня	371
18 августа	375
2011 год	380
24 января	380
7 февраля	386
15 марта	390
2012 год	393
Эпилог	410



ПРОЛОГ

Света

Встрече с Лидией Александровной Пановой предшествовали мои, скажем так, невесёлые семейные обстоятельства, в конечном счёте предопределившие не только наше с ней знакомство, но и, смею думать, — плодотворное общение. Поскольку эти обстоятельства и другие события прямо или косвенно перекликаются с содержанием книги, считаю уместным кратко изложить их в хронологическом порядке.

В философии Дзэн ясно объясняется, что любое несчастье или неудачу надо воспринимать как нормальное явление, ибо нет в природе ни плохого, ни хорошего. Эта философия привлекательна в отвлечённом восприятии, но как трудно принять за нормальное явление тяжёлую болезнь близкого тебе человека!

Света, моя жена, в июне 2001 г., пройдя обследование в поликлинике, объявила о раковых симптомах в груди. Я сказал Свете, что эти симптомы — ещё не рак, надо обследоваться дополнительно.

В середине июля она сделала это в институте кибернетической медицины (по объявлению в газете). Результат: ткань органов, которые не участвуют в жизненном цикле, молочные и другие железы находятся в состоянии как бы отмирания, плохие печень и кровь; фиброзные ткани — опухолевые. Врачи не утверждали, что опухоль злокачественная, но не исключали такой возможности. Организм пока борется, но ему надо помочь — почистить печень и настроить головной мозг. На Бауманской, взяв у Светы две пробы, врачи не смогли поставить окончательный диагноз.

В конце июля Света прошла обследование в реабилитационном центре районного отдела Союза «Чернобыль», возглавляемого моим другом. Врач Ирина Андреевна сказала, что левая грудь у Светы в предраковом состоянии, в целом состояние организма пограничное, любой стресс, душевное волнение могут подтолкнуть к необратимым последствиям.

Из уст Ирины Андреевны мы впервые услышали имя Пановой Лидии Александровны, с которой Ирина Андреевна какое-то время общалась по работе. С её слов, Лидия Александровна

добилась определённых успехов в лечении раковых больных с помощью голодания. Свете такой метод лечения был противопоказан ввиду её худобы. Но на всякий случай она записала телефон этого врача.

В ноябре Света призналась, что быстро устает, слабеет физически, непрерывно болит левая грудь.

А в декабре крайне плохо стало Светиной маме — не прекращались боли в верхней части живота; она всё больше худела. При этом обе, мать и дочь, курили.

Света расспрашивала меня о моей маме, с чего начался у неё рак груди, как протекала болезнь, как лечили её в институте Герцена, сколько времени прожила.

В конце февраля 2002 г. в онкологическом центре на Бауманской после пункции лимфатического узла Светиной маме поставили диагноз: рак поджелудочной железы в последней стадии. Этот рак не лечился, не оперировался. Света использовала любую возможность, чтобы облегчить состояние мамы, продлить ей жизнь, но все усилия оказались тщетными. Во второй половине апреля мамы не стало.

Смерть мамы мгновенно отразилась на физическом состоянии Светы — онкологический процесс заметно ускорился.

В очередной раз Света сдала кровь в Институте геронтологии. Анализ показал какие-то

«разломы» в крови. Передавая мне заключение, врач сказала, что состояние Светы очень серьёзное. По устной договорённости, институт направляет Свету на обследование в институт Герцена.

В институте Герцена сделали пункцию в груди. Света несколько успокоилась — придёт хоть какая-то определённость. До сих пор обследовалась не у онкологов. Помощь — только на словах и таблетки-витамины. На следующий день Света вернулась со слезами на глазах: главный хирург института настоял на срочной операции, после которой — химия и облучение, чтобы исключить метастазы. Оперировать будет Ирина Викторовна. Позвонит, как только освободится место в палате.

Тридцатого мая Ирина Викторовна позвонила — завтра Свете быть в институте для оформления. Осевшим, ослабевшим голосом Света спросила её: «У меня точно онкология?» «Точно», — сухо ответила та. «Результаты анализа пункции ещё не готовы, а они, хирурги, уже уверены в своём диагнозе», — проговорила Света. В голосе её звучали беспомощность и обречённость. Она боялась, что операция спровоцирует метастазы. Я обнял её, попытался вдохновить: случаи выздоровления после операции не редки.

После оформления мы со Светой сидели в сквере институтского двора — деревья, кусты, скамейки вокруг заброшенного, отделанного мраморными плитками фонтана. Двадцать

четыре года назад я сидел здесь с мамой, она тепло отзывалась о соседках по палате. Мама была старше их, и ей приходилось успокаивать всех, отвлекать от «грустных мыслей». Мягко улыбаясь, пригibasла к себе колючую веточку розы, с чувством вдыхала запах цветов. Здесь же, у замолкнувшего фонтана, я услышал от мамы жуткую историю о больном с Дальнего Востока: отчаявшись, он выбросился из окна верхнего этажа. В институте маме провели несколько безуспешных курсов химиотерапии, потом в Калужской областной больнице ей облучили лимфоузлы под мышкой, но метастазы распространились на позвоночник.

Прощаясь, Света попросила меня завтра, в день операции, не приезжать.

Я приехал. Осторожно, волнуясь, вошёл в палату. Женщины, соседки, приветливо поздоровавшись, вышли. Света лежала на боку под простыней, медленно открыла глаза. Потёки йода на правой груди; на правой руке, под повязкой, игла с катетером.

Посмотрела на меня медленным, усталым взглядом, чуть улыбнулась. Всё болит, сказала. Я поцеловал её, она спросила, что я делал вечером. Вечером, ответил ей, посетил Старосибиновский храм, поставил свечку перед иконой Спаса, копией иконы из Звенигородского чина, и коротко попросил Его: «Помоги». Света улыбнулась: «Так и сказал запросто, как другу?» А ей

снились и вспоминались все больницы в Красноярске, где она лежала. Положила руку на мою и ровным, уставшим голосом сказала: «Отдыхать тут, в больнице, мне будет нескучно — рядом новые люди, интересные судьбы. Одна женщина из Чечни, вторая с Сахалина, напротив — москвичка. Все женщины добрые и полные. Печально только то, что среди больных женщин в институте много молодых». И попросила меня сегодня вечером отметить рюмкой этот день.

Шестого июня постучал в дверь палаты, на встречу Света — уже на ногах! Сели в коридоре. Сказала, что больше в больнице она лечиться не будет, даже если операция не даст положительный результат. «Вообще, всё то, как легко я попала сюда, в институт, как быстро сделали мне операцию, вызывает у меня какие-то мистические ощущения. Будто судьба меня вела к этому. Соседка, что напротив меня, ждёт операцию вторую неделю. Или это к добру, или — к концу». **И ещё: здесь она убедилась, что хирургия, за исключением травматологических случаев, — античеловеческая медицина, такие болезни, как рак, должны лечиться по-другому, без химии и облучения — такое у неё сложилось внутреннее убеждение.**

Восемнадцатого я забрал Свету из института. Анатолий, молодой хирург, к которому Света перешла от Ирины Викторовны, предупредил, что

ей обязательно надо пройти курс химиотерапии в районном онкологическом диспансере и, возможно, облучение на Бауманской.

Пребывая в институте, Света прочитала об опыте лечения рака немецкими врачами; рак, узнала, есть следствие клеточных нарушений, ослабления иммунитета. У нас рак не лечат, а только продлевают больным мучения. Питаться она будет фруктами, овощами и орехами; те же немцы едят, что после операции в большинстве случаев выживают вегетарианцы.

В институте Герцена Света получила на руки подробное резюме консилиума врачей, согласно которому у Светы вторая стадия рака. В районном онкологическом диспансере Свету «просветили»: инвалидность она сможет оформить только после химиотерапии. И пригрозили: без химиотерапии она проживёт максимум два года.

Света позвонила Пановой Лидии Александровне, и та назначила встречу на четвёртое июля.

Дверь нам открыла пожилая, полная, седоволосая женщина с тёплым взглядом карих внимательных глаз. «Проходите, дорогие», — сказала Лидия Александровна приветливым, сразу расположившим к общению голосом. Приняла нас в маленькой комнате своей небольшой двухкомнатной квартиры. На шкафах, на полках стояли в вазах яркие искусственные цветы,

на стенах — репродукции пейзажей, монастырей, икон, фотографии в рамках. В углу — телевизор, на нём — видеомэгафон, на столе и тумбочке — видеокассеты, книги; книги вообще были всюду — на полках, на стеллажах в прихожей — медицинские, художественные, энциклопедии, словари. Вслед за нами открылась входная дверь, и в комнату вошёл стройный мужчина в строгом сером костюме, постарше и повыше меня; познакомились — Анатолий Васильевич. Устроившись рядом со мной на диване, он раскрыл на коленях рабочую тетрадь, а за столом друг против друга уселись Лидия Александровна и Света.

Света коротко изложила историю своего заболевания. Лидия Александровна прочитала медицинское заключение, просмотрела результаты анализов и обратилась к Свете: «Ну что же, мы вас вылечим. Через два месяца будете здоровы». Удивление на наших лицах не осталось незамеченным — Анатолий Васильевич, довольный произведённым эффектом, рассмеялся, а Лидия Александровна, коротко улыбнувшись, попросила Свету раздеться.

Раздеваясь, Света возмущённо поделилась, как оперируют врачи в институте и больницах: «Кромсают, кастрируют». Лидия Александровна и Анатолий Васильевич рассмеялись. «Ты умница, сама всё понимаешь, — сказала Лидия Александровна, — а это залог того, что ты

выздоровеешь». Света спросила, вылечилась бы она у них, если бы не стала удалять грудь. «Да, — уверенно ответила Лидия Александровна. — Но вы хорошо поступили, отказавшись от химии. Химия и облучение ведут к раку. Эти методы не лечат». И стала рассказывать, что любые попытки лечить рак неофициальными методами пресекаются на корню. А у нас были и есть люди, которые самоотверженно искали и находили свои, оригинальные методы лечения рака, и с успехом применяли их на себе и больных. У всех этих врачей трагическая судьба. Она, Лидия Александровна, была знакома со многими из них.

После медучилища она училась в Новосибирском мединституте, многие годы работала в больнице города Бердск, недалеко от Новосибирска. Опираясь на научные данные, на собственный опыт и опыт других врачей, она поняла клеточную природу рака, поняла, что он развивается в кислой среде; поэтому при его лечении в первую очередь надо восстановить рН крови.

К настоящему времени разработано два эффективных метода уничтожения раковых клеток — **гипертермия** и **голодание**. Второй метод Свете противопоказан ввиду отсутствия у неё жировых клеток. Лечение будет комплексным, включающим в себя, кроме щелочной диеты, правильное, по Бутейко, дыхание.