

Под редакцией доктора медицинских наук,
профессора, академика РАМТН Ю. Ю. Елисеева

Самолечение

Полный медицинский справочник

Подробное и доступное описание
нетрадиционных методов терапии



Рекомендации по сочетанию самолечения
с назначениями врача



Особенности лечения хронических,
острых, детских и профессиональных
заболеваний

Главные принципы самопомощи
и рецепты в одной книге



Москва

УДК 615.89
ББК 53.5
С17

Под редакцией доктора медицинских наук,
профессора, академика РАМТН Ю. Ю. Елисеева

Авторский коллектив:

*Л. В. Алешина к.м.н.; Е. В. Анисимова; И. В. Гамова к.м.н.; В. В. Градович;
С. В. Дворников; Г. И. Дядя; О. В. Живайкина; Н. В. Иваничкина; О. В. Иванова;
Т. И. Кошелева; Г. Ю. Лазарева; Н. Д. Леванова; В. В. Леонкин; Э. А. Муллаярова;
И. А. Пивоварова; С. А. Пугалев; А. А. Погосян; А. Ю. Полянина; Н. В. Семенова;
Е. А. Скучаева; О. А. Торозова; Р. Н. Фомкин; Л. А. Цеханович; М. А. Шальнов*

В оформлении обложки использованы элементы дизайна:
TWINS DESIGN STUDIO / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

С17 Самолечение : полный медицинский справочник / под редакцией Ю. Ю. Елисеева. — Москва : Эксмо, 2026. — 928 с. — (Полный медицинский справочник).

ISBN 978-5-04-185711-0

Перед вами универсальное практическое руководство по поддержке здоровья в домашних условиях. В книге системно изложены основы натуропатии, ароматерапии, йоги, фитотерапии и апитерапии. Книга включает подробное описание принципов применения, способов приготовления средств, дозировки, показаний и противопоказаний. Справочник помогает быстро находить подходящие немедикаментозные меры поддержки и понимать границы безопасного самолечения.

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

**УДК 615.89
ББК 53.5**

ISBN 978-5-04-185711-0

© **Макеев А. В.**, текст, 2025
© **Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо»**, 2026

Содержание

ЧАСТЬ I

ОСНОВЫ И ОСОБЕННОСТИ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДОВ САМОЛЕЧЕНИЯ

Глава 1. Натуропатия	9
<i>Биохакинг</i>	13
<i>Суперфуды</i>	16
<i>Некоторые методы лечения, используемые в натуропатии</i>	19
<i>Натуропатия для детей</i>	25
<i>Голодание</i>	26
Глава 2. Ароматерапия	36
<i>Значение органов чувств в жизни человека</i>	36
<i>Эфирные масла</i>	42
<i>Натуральные ароматы против идентичных натуральным</i>	47
<i>Как действуют эфирные масла</i>	48
<i>Использование эфирных масел</i>	51
<i>Действие некоторых эфирных масел</i>	55
Глава 3. Йога	59
Глава 4. Фитотерапия	77
<i>Лечебные компоненты растений</i>	77
<i>Сбор и заготовка растений</i>	86
<i>Приготовление лекарственных средств</i>	89
<i>Дозировка фитопрепаратов</i>	93
<i>Общие принципы фитотерапии</i>	95
<i>Противопоказания к применению некоторых лекарственных растений</i>	96
Глава 5. Апитерапия	114
<i>Пчелиный мед</i>	114
<i>Прополис</i>	126
<i>Цветочная пыльца и перга</i>	129
<i>Маточное молочко</i>	130
<i>Пчелиный яд</i>	131

ЧАСТЬ II

МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Глава 6. Акушерские заболевания	133
<i>Диетотерапия</i>	133

Содержание

<i>Гимнастика для будущих мам</i>	141
<i>Фитотерапия</i>	145
<i>Массаж су-джок</i>	149
<i>Ароматерапия для будущих мам</i>	155
<i>Немедикаментозные методы лечения при некоторых акушерских патологиях</i>	157
Глава 7. Гинекологические заболевания	179
<i>Бесплодие</i>	179
<i>Нарушения менструального цикла</i>	183
<i>Миома матки</i>	187
<i>Анемия, вызванная обильными менструациями</i>	192
<i>Эрозия шейки матки</i>	192
<i>Климакс</i>	194
<i>Онкологические заболевания половых органов</i>	199
<i>Кольпит</i>	202
<i>Генитальный герпес</i>	205
<i>Зуд наружных половых органов у женщин</i>	206
<i>Эндометрит</i>	207
<i>Воспаление придатков (сальпингоофорит)</i>	209
<i>Фригидность</i>	213
<i>Предменструальный синдром</i>	216
<i>Полип эндометрия</i>	218
Глава 8. Болезни полости рта	219
<i>Воспаления слизистой оболочки. Стоматит</i>	219
<i>Заболевания языка. Глосситы</i>	223
<i>Глоссалгия</i>	226
<i>Заболевания губ. Хейлит</i>	227
<i>Лейкоплакия</i>	231
<i>Хейлит Манганотти</i>	232
<i>Болезнь Боуэна</i>	232
<i>Физиотерапия в лечении заболеваний полости рта</i>	233
Глава 9. Глазные болезни.	260
<i>Глаукома</i>	260
<i>Бельмо (стойкое помутнение роговицы)</i>	263
<i>Катаракта (помутнение хрусталика глаза)</i>	264
<i>Конъюнктивит (воспаление соединительной оболочки, выстилающей веки и наружную сторону глаза)</i>	266
<i>Ячмень (острое гнойное воспаление волосяного мешочка или сальной железы у корня ресниц)</i>	270
<i>Лекарственные растения и их лечебные свойства</i>	273

<i>Немедикаментозное лечение</i>	290
<i>Физиотерапия</i>	292
Глава 10. Болезни уха, горла, носа	295
<i>Заболевания уха. Ожог ушной раковины</i>	295
<i>Простудные заболевания уха</i>	295
<i>Извлечение из уха камешка или насекомого</i>	295
<i>Фурункул наружного слухового прохода</i>	296
<i>Экзема</i>	297
<i>Воспаление среднего уха</i>	299
<i>Отит</i>	299
<i>Как улучшить слух</i>	304
<i>Заболевания носа. Кровотечения из носа</i>	304
<i>Гайморит</i>	306
<i>Насморк</i>	311
<i>Ринит острый, ринит хронический</i>	312
<i>Хронический суб- и атрофический ринит</i>	317
<i>Аллергическая риносинусопатия</i>	320
<i>Заболевания околоносовых пазух (синуситы)</i>	320
<i>Аденоиды, аденоидит</i>	320
<i>Пансинусит</i>	321
<i>Заболевания горла. Ангина</i>	323
<i>Трахеит</i>	328
<i>Острый фарингит, хронический фарингит</i>	330
<i>Хронический тонзиллит</i>	332
<i>Острый ларингит</i>	334
<i>Хронический ларингит</i>	335
Глава 11. Болезни органов дыхания	337
<i>Растения, применяемые для лечения болезней органов дыхания, и виды их действий</i>	338
<i>Применение русской бани в сочетании с действием лекарственных растений для профилактики и лечения</i>	341
<i>Острые респираторно-вирусные инфекции и ангина</i>	344
<i>Коронавирусная инфекция COVID-19</i>	346
Глава 12. Болезни желудочно-кишечного тракта, печени и поджелудочной железы.	348
<i>Физиотерапевтическое лечение заболеваний пищеварительного тракта. Иглокальвание</i>	348
<i>Грязелечение</i>	349
<i>Острый гастрит</i>	349
<i>Хронический гастрит</i>	351

Содержание

<i>Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь (ГЭРБ)</i>	359
<i>Язвенная болезнь</i>	361
<i>Гастроптоз</i>	364
<i>Хронические холецистит и холангит</i>	365
<i>Хронический панкреатит</i>	372
<i>Синдром раздраженного кишечника</i>	374
Глава 13. Болезни почек и мочевыделительной системы	377
<i>Мед и продукты пчеловодства в лечении воспалительных заболеваний почек и мочевыводящих путей</i>	377
<i>Фитотерапия в лечении заболеваний почек и мочевыводящих путей</i>	379
<i>Цистит</i>	387
<i>Пиелонефрит</i>	390
<i>Мочекаменная болезнь</i>	393
<i>Мочекислый диатез и уратные камни.</i>	394
<i>Фосфатные и карбонатные камни</i>	394
<i>Почечная колика</i>	395
<i>Острый гломерулонефрит</i>	397
<i>Хронический гломерулонефрит</i>	398
<i>Диетотерапия при заболеваниях почек</i>	400
Глава 14. Болезни суставов	405
<i>Остеохондроз</i>	405
<i>Шейный остеохондроз</i>	409
<i>Грудной остеохондроз</i>	416
<i>Поясничный остеохондроз</i>	421
<i>Спина крепкая, плечи ровные (за компьютером)</i>	434
<i>Подагра</i>	434
Глава 15. Болезни сердечно-сосудистой системы	443
<i>Атеросклероз</i>	443
<i>Артериальная гипертензия</i>	452
<i>Сердечная недостаточность</i>	466
<i>Первичная артериальная гипотензия</i>	476
Глава 16. Болезни системы крови	481
<i>Медикаментозное лечение</i>	481
<i>Лечение заболеваний крови природными средствами.</i>	500
<i>Лечебное питание при болезнях крови</i>	502
<i>Некоторые биологически активные добавки к пище, используемые при лечении заболеваний крови</i>	511
Глава 17. Болезни эндокринных желез и нарушений обмена веществ	513
<i>Сахарный диабет</i>	514

<i>Заболевания щитовидной железы</i>	541
<i>Ожирение</i>	543
Глава 18. Нервные болезни	564
<i>Бессонница</i>	564
<i>Энурез (недержание мочи)</i>	585
<i>Депрессия</i>	589
<i>Потеря аппетита</i>	592
<i>Стресс, нервное утомление</i>	595
Глава 19. Психические нарушения	599
<i>Фитотерапия некоторых психических заболеваний</i>	599
<i>Психотерапия</i>	603
<i>Ароматерапия</i>	625
<i>Фототерапия</i>	630
<i>Терапия лишением сна</i>	631
Глава 20. Сексуальные расстройства	632
<i>Импотенция</i>	632
<i>Фригидность</i>	647
<i>Вагинизм</i>	659
Глава 21. Болезни кожи и венерические заболевания	664
<i>Гнойничковые заболевания кожи</i>	664
<i>Грибковые заболевания кожи</i>	671
<i>Вирусные дерматозы</i>	682
<i>Болезни сальных и потовых желез</i>	711
<i>Болезни волос</i>	717
<i>Венерические заболевания</i>	721
Глава 22. Детские болезни	721
<i>Аллергические заболевания у детей</i>	721
<i>Аллергический диатез</i>	722
<i>Анемии у детей</i>	734
Глава 23. Инфекционные болезни	737
<i>Вирусные гепатиты (болезнь боткина)</i>	737
<i>Геморрагическая лихорадка</i>	741
<i>Герпетическая инфекция</i>	743
<i>Коклюш</i>	745
<i>Корь</i>	748
<i>Краснуха</i>	749
<i>Оспа ветряная</i>	751
<i>Инфекции острые кишечные</i>	753
<i>Острые респираторные заболевания</i>	761
<i>Паротит эпидемический</i>	773

Содержание

<i>Паракоклюш</i>	774
<i>Пищевая токсикоинфекция</i>	775
<i>Скарлатина</i>	778
<i>Энтеровирусные болезни</i>	780
<i>Ящур</i>	783
Глава 24. Витаминная недостаточность.	
Заболевания иммунной системы.	785
<i>Витаминная недостаточность</i>	785
<i>Иммунодефициты</i>	814
Глава 25. Хирургические заболевания	826
<i>Варикозное расширение вен</i>	826
<i>Геморрой</i>	849
<i>Панариций</i>	864
<i>Пупочная грыжа</i>	867
<i>Дисплазия тазобедренного сустава (ДТС)</i>	868
<i>Кривошея</i>	874
<i>Растяжение</i>	875
<i>Эндартериит</i>	880
<i>Раны</i>	883

ЧАСТЬ III

МЕТОДЫ САМОЛЕЧЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Глава 26. Профессиональные болезни	885
<i>Профессиональные болезни, вызванные действием пыли</i>	886
<i>Вибрационная болезнь</i>	914
<i>Отравления химическими соединениями</i>	915
Библиография	918
Алфавитный указатель	920

ЧАСТЬ I

ОСНОВЫ И ОСОБЕННОСТИ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДОВ САМОЛЕЧЕНИЯ

ГЛАВА 1

Натуропатия

Можно сказать, что натуропатия — это просто разумное поведение в отношении здоровья. Основной принцип натуропатии состоит в том, что в человеке от рождения заложены огромные возможности самоизлечения, все системы нашего организма всегда будут стараться победить болезнь и восстановить равновесие. Натуропатия поддерживает эти усилия организма, используя такие естественные факторы, как диета, физические упражнения и отдых, свежий воздух и водные процедуры (гидротерапия).

Главная идея натуропатии состоит в том, чтобы человек сам, насколько это возможно, отвечал за состояние своего здоровья и чтобы болезни в большей степени предупреждались, чем излечивались.

Натуропатия, в отличие от общепринятой медицины, акцентирует внимание не на самом заболевании, а на индивидуальности человека и его потенциале к выздоровлению. Особое значение придается сбалансированному питанию, а также гармонии духовного и физического состояния.

Сама идея «целительной силы природы» уходит корнями в труды Гиппократов, жившего 2400 лет назад. Он утверждал, что природа сама по себе является врачом, способным находить пути к исцелению без внешнего вмешательства.

Натуропатия основывается на нескольких принципах: приоритет душевного и эмоционального состояния, партнерство врача и пациента, способность организма к самоисцелению, использование пищи для очищения организма, профилактика как основа здоровья, индивидуальный подход к каждому пациенту, природное происхождение

ЧАСТЬ I. Основы и особенности различных методов самолечения

лекарств и комплексное лечение. Основой здоровья считается сбалансированная работа нервной, гормональной, выделительной и иммунной систем. В натуропатии традиционно выделяется ряд направлений:

- Акупунктура (иглорефлексотерапия). Воздействие тонкими иглами на биологически активные точки на теле человека.
- Анималотерапия. Терапия путем общения с животными.
- Апитерапия. Лечение медом и продуктами пчеловодства.
- Ароматерапия. Лечение ароматическими веществами.
- Гипнотерапия. Гипноз и погружение человека в сон оказывают лечебный эффект.
- Гирудотерапия. Применение пиявок.
- Гомеопатия. Представляет собой применение активных натуральных веществ в сильном разведении — буквально в долях процента.
- Дендротерапия. Исцеление путем общения с деревьями.
- Лечебное голодание. Отказ от пищи, иногда и от воды, после которого следует период диетического питания.
- Лечебный массаж. Терапевтический эффект достигается путем поглаживающих, поколачивающих, растирающих и разминающих движений.
- Литотерапия. Лечение камнями и минералами.
- Магнитотерапия. Исцеление с помощью магнитного поля.
- Мануальная терапия. Представляет собой глубокую проработку мышц, позвонков, межпозвоночных дисков, суставов, связок руками.
- Талассотерапия. Применение лечебных грязей, солей и водорослей.
- Фитотерапия. Основана на применении лекарственных растений и препаратов на их основе.
- Флоротерапия. Лечение с помощью цветов.
- Хиропрактика. Постановка диагноза и назначение лечения осуществляются в зависимости от состояния опорно-двигательного аппарата, преимущественно позвоночника.
- Хронотерапия. Оптимизации биоритмов организма.

В наше время все шире распространяется точка зрения, что плохое состояние здоровья является следствием неблагоприятных изменений в окружающей среде, например ее загрязнения, так что индивидуальные способы защиты здоровья оказывается недостаточно,

могут потребоваться и более широкие меры, за которые необходимо проводить серьезную агитацию. И все же каждый может сделать очень многое, чтобы сохранить свое здоровье.

Хотя главной составной частью лечебной диеты являются свежие, необработанные продукты, нередко бывает, что для поднятия жизненных сил до такого уровня, когда самоизлечение станет возможным, эта диета нуждается в различных дополнениях. Физические упражнения являются наиболее важной формой самопомощи, но очевидно, что их вид и интенсивность подбираются индивидуально.

В упражнениях равно существенно как положение тела, так и правильное дыхание, поскольку нагрузка при неправильном дыхании приводит к перенапряжению. Очень важно при этом обеспечить организму также и равноценный отдых, или расслабление (при современной напряженной жизни), так что натуропаты, безусловно, дают советы, связанные и с отдыхом как частью лечения.

Различные виды водных процедур, или гидротерапия, — тоже очень полезный раздел натуропатии. Идея использования горячей и холодной воды восходит, по крайней мере, к Древней Греции. Чтобы наше тело было красивым, сильным и здоровым, необходимо регулярно заниматься физкультурой — теперь это общепризнанный факт. Интерес к водолечению вновь усилился в Европе в XIX в. благодаря баварскому монаху Себастьяну Кнайппу, очень влиятельной фигуре. И в наши дни в Германии, Австрии и Швейцарии существует множество центров Кнайппа, чрезвычайно популярных среди пациентов. На курортах Германии можно найти, кроме того, около 120 лечебных учреждений, где применяют различные водные процедуры.

Одной из простейших процедур является компресс. Его делают так: намоченное в воде маленькое полотенце отжимают и кладут на больное место. Если делают попеременно горячие и холодные компрессы (обычно горячий кладут на 3–5 мин, а холодный не более чем на 1 мин), то местное кровообращение чрезвычайно усиливается. При избыточном весе лучше ограничиться использованием прохладного компресса, поскольку это меньше влияет на сердце. Подобного же эффекта можно добиться, принимая контрастный душ либо обливаясь холодной водой после теплой ванны. Специфической формой лечения в гидротерапевтических клиниках являются сидячие, или поясные, ванны, которые воздействуют на область живота и таза. Сначала пациент принимает горячую ванну, затем на короткое время переходит в холодную — по указанной выше схеме.

ЧАСТЬ I. Основы и особенности различных методов самолечения

В соответствии с подходами к здоровью и лечению натуропатия делится на многие виды терапии: одни действуют преимущественно через тело (например, массаж, остеопатия, хиропрактика и физиотерапия); другие имеют дело с энергетическим равновесием (например, акупунктура, рефлексотерапия и шиацу); третьи оказывают воздействие на здоровье на психическом и эмоциональном уровне (например, гипнотерапия, психотерапия и групповые занятия). Каждый вид лечения имеет свои сильные и слабые стороны, и каждый помогает восстановить баланс в организме со своей специфической точки зрения. Не все эти виды терапии легко использовать при самолечении, но не забывайте: если вам не удастся самостоятельно разобраться в проблемах вашего здоровья, вы всегда можете обратиться к терапевтам-профессионалам.

Естественное лечение — это не одно лишь голодание или исключительно диета, одни лишь упражнения и релаксация или же только положительное мышление. Каждый из этих методов эффективен и существенен, но полный результат естественного лечения не придет до тех пор, пока все методы не будут использованы одновременно. Эти простые методы вызывают восхищение своей эффективностью, когда используются вместе.

В естественном лечении наблюдаются два противоположных направления — реформистское и другое, признающее теорию кризисов. Реформисты — это те люди, которые считают, что массы не готовы к восприятию полной истины натурального образа жизни и что частичных методов, проповедуемых ими, вполне достаточно. Эти люди могут верить только лишь в одну диету, в одно лишь голодание или в какой угодно другой вид натуропатии и пользуются им односторонне. Они могут достигнуть некоторого улучшения даже при одностороннем подходе к делу, но никогда не достигнут истинно положительных результатов, которые приходят в том единственном случае, когда используется ряд методов в сочетании друг с другом. Очень часто последователи одностороннего реформистского течения находятся под влиянием медицинской философии и ищут специальные средства от заболеваний.

Направление, признающее теорию кризисов, представляет собой чистую натуропатию. Последователи этого направления сознательно и научно комбинируют для достижения наилучших результатов те методы натуропатии, которые последователями реформистского направления также используются, но без сознательного сочетания и односторонне.

Сторонники теории кризов знают, что силы, скрытые в естественной диете, голодании, воде, воздухе, солнце, земле, физических упражнениях, расслаблении и положительном умственном взгляде на жизнь, должны использоваться в сочетании друг с другом для того, чтобы поднять общий уровень здоровья организма. Когда это достигается, природа устраивает исцеляющий криз. Само слово «криз» обычно пугает, но в данном случае это не есть нечто, чего следует бояться, это всего лишь признак жизненной активности, который нужно приветствовать. Криз может вылиться в форму интенсивного потения, диареи, рвоты, воспаления, головных болей или болей в разных частях тела или кожных высыпаний. Естественный криз всегда сопровождается повышением температуры. Когда наступает криз, больной должен проводить полное голодание на чистой воде до тех пор, пока явления криза не пройдут. Когда криз спадет, больной взамен его получит естественное крепкое здоровье.

Криз представляет собой реконструктивный период, в течение которого ткани, очищенные голоданием, вновь строят и усиливают свои клетки. Может пройти не один криз, прежде чем больной может сказать, что он излечен.

БИОХАКИНГ

Биохакинг представляет собой комплексный подход к улучшению физического и психического здоровья человека, основанный на научных данных, технологических достижениях и экспериментальных изменениях образа жизни.

Основная цель биохакинга — увеличение продолжительности жизни и замедление процессов старения. Кроме того, он направлен на повышение когнитивных функций, таких как улучшение памяти и концентрации, повышение продуктивности, эмоциональной устойчивости и устойчивости к стрессу.

К основным направлениям биохакинга относятся:

Питание: оптимизация диеты, выбор продуктов с учетом индивидуальных особенностей организма.

Сон: улучшение качества сна, установление оптимального режима, использование устройств для отслеживания фаз сна и применение специализированных методов восстановления.

Физическая активность: выбор оптимальных тренировок для поддержания здоровья и долголетия, эксперименты с интенсивностью нагрузок и периодами восстановления.

ЧАСТЬ I. Основы и особенности различных методов самолечения

Психическое здоровье: управление стрессом, медитация, когнитивные упражнения, практики осознанности.

Фармакология и добавки: применение ноотропов, витаминов, биологически активных добавок, гормонов и других веществ для улучшения функционирования организма.

Важно помнить, что эффективность многих методов, используемых сторонниками биохакинга, не подтверждена научными исследованиями. Тем не менее в настоящее время биохакинг пользуется большой популярностью, особенно среди приверженцев здорового образа жизни. Появляется множество школ и клубов, предлагающих обучение биохакингу.

Однако важно понимать, что истинное понимание биохакинга выходит за рамки правильного питания и утренних пробежек. Это целостная система мер и образа жизни, сочетающаяся с осознанным принятием и четко определенными целями.

Рекомендуется начинать биохакинг с диагностики организма. Любые изменения, вносимые в ваш образ жизни, должны быть обоснованными и адаптированными к вашим индивидуальным потребностям. Прежде чем начинать заботиться о здоровье, необходимо провести лабораторные и генетические исследования. Это позволит определить ваш гормональный фон, дефицит микроэлементов и общее состояние организма.

Вот основной перечень исследований:

1. Общеклинические исследования:
 - Общий анализ крови + СОЭ Ретикулоциты
2. Биохимические исследования:
 - АЛТ (аланинаминотрансфераза)
 - Альбумин
 - Амилаза панкреатическая
 - АСТ (аспартатаминотрансфераза) — альфа-амилаза
 - Белковые фракции
 - Билирубин непрямой
 - Билирубин общий
 - Билирубин прямой
 - Гамма-ГТ
 - Гликозилированный гемоглобин
 - Глюкоза
 - Гомоцистеин
 - Железо сывороточное

- Креатинин
 - Липаза
 - ЛПВП (липопротеиды высокой плотности) — ЛПНП (липопротеиды низкой плотности)
 - Мочевая кислота
 - Мочевина
 - Общий белок
 - ОЖСС (общая железосвязывающая способность сыворотки)
 - С-реактивный белок (ультрачувствительный)
 - Трансферрин
 - Триглицериды
 - Ферритин
 - Фосфатаза щелочная
 - Холестерин
3. Госпитальный комплекс:
- Гепатит В
 - Гепатит С
 - Система гемостаза, гемостазиограмма (коагулограмма)
 - Сифилис-АТ и *Treponema pallidum* (IgG/IgM) АТ и ВИЧ 1-го и 2-го типа и АГ
4. Гормональные исследования:
- 17-ОН-прогестерон
 - Аминокислоты и азотистые основания
 - Антитела к ТПО
 - ГСПГ (глобулин, связывающий половые гормоны)
 - Дигидротестостерон
 - Кровь на аминокислоты (32 показателя),
 - Прогестерон
 - Пролактин
 - Т4 свободный
 - Тестостерон свободный
 - ТТГ (тиреотропный гормон) — Т3 свободный
 - ФСГ (фолликулостимулирующий гормон) — ЛГ (лютеинизирующий гормон)
 - Эстрадиол (пурины и пиримидины)
 - Метод ВЭЖХ
5. Витамины:
- Расширенный комплексный анализ крови на витамины (жирорастворимые, водорастворимые)