

М. Норбеков, А. Осипова, А. Свияш

Лучшие практики против рака

Издательство АСТ
Москва

УДК 615.89
ББК 53.59
Н82

*Внимание! Информация, содержащаяся в книге,
не может служить заменой консультации врача.
Необходимо проконсультироваться со специалистом
перед применением любых рекомендуемых действий.*

Норбеков, Мирзакарим.

Н82 Лучшие практики против рака / М. Норбеков, А. Осипова, А. Свияш. – Москва: Издательство АСТ, 2016. – 192 с. – (Русские оздоровительные практики). ISBN 978-5-17-096298-3.

Тайна возникновения рака до сих пор не раскрыта. Почему одни заболевают, а других эта напасть обходит стороной? Передаются ли по наследству гены рака? Ответов нет — есть лишь десятки гипотез. Но все специалисты уверены в одном: если человек верит в удачу, он сможет справиться с болезнью.

Для оптимистичного настроения больных были даже разработаны специальные психологические техники. А для окончательного выздоровления, а также профилактики болезни составлены особые меню, упражнения, рекомендации. Также врачами собраны важные советы, как людям избегать контактов с канцерогенными веществами.

Очень важен для поднятия «боевого духа» и опыт излечившихся. О нем рассказывают в этой книге Роберт де Ниро, Майкл Дуглас, Лора Буш, Кайли Миноуг, Лайма Вайкуле, Артем Тарасов, Аида Ведищева и многие другие. Вы убедитесь, что их схватка с болезнью только закалила и «переплавил», как в сталелитейной печи, их души, которые наполнились после таких испытаний невероятным опытом, милосердием, мудростью и силой.

УДК 615.89
ББК 53.59

ISBN 978-5-17-096298-3.

© Норбеков М. С., Осипова А. Ю., Свияш А. Г.
© ООО «Издательство АСТ»

ПРЕДИСЛОВИЕ. СХВАТКА С БОЛЕЗНЬЮ ЗАКАЛЯЕТ И «ПЕРЕПЛАВЛЯЕТ» ДУШУ

Рак – это страшное, уродливое заболевание, нарушающее слаженную и гармоничную работу всего организма человека. Это заболевание приносит огромную горе не только самим больным, но и их родственникам. От возникновения рака не застрахован ни бедный, ни богатый. Раку совершенно все равно – живешь ты в канаве рядом с вокзалом, в шалаше на берегу Ганга или обитаешь в особняках Рублевки или на виллах Майями.

Перед раком все равны.

И тот, кто узнает, что у него рак, испытывает настоящий шок! Многие, услышав этот диагноз, еще долго не могут прийти в себя. Не верят. Внушают себе мысль, что это ошибка, что с ними судьба не может так жестоко распорядиться. А когда приходит осознание, то вырывается крик отчаяния: «За что?! Почему я?!» После этого мир как будто делится на два лагеря: здоровых и больных. Последние часто даже начинают ненавидеть первых. Замыкаются в себе. Прячутся, как улитка, в свой



«домик». Перестают общаться. Ждут конца. И в это время нужно, чтобы или сам человек, или кто-то из его близких смог сказать: «Очнись! Возможно, что еще не конец света!»

...Знакомство людей со своим самым коварным врагом насчитывает тысячелетия, что подтверждают древние манускрипты. В папирусе Эберса (XVI век до н.э.) подробно описаны раковые опухоли. В индийских священных книгах («Веды», ок. 1500 года до н.э.) в повествовании Сушрута, кроме описания опухолей, указано, что они подлежат иссечению. За две тысячи лет до нашей эры в Индии против рака применялись мази, содержащие мышьяк. В древних китайских письменных памятниках приводится классификация опухолей (простые, золотушные, постоянные) и говорится о предполагаемых причинах их возникновения: травмы, термическое влияние, употребление в пищу определенных веществ.

Древнегреческий врач Гиппократ фактически был создателем понятий «рак» и «саркома». На основании сходства с рыбьим мясом некоторых опухолей из соединительной ткани он предложил называть их мясистыми опухолями – саркомой, а эпителиальные опухоли, напоминающие распускающие в стороны ножки омара или рака, – карциномами, или раком. Гиппократ уже знал о проявлениях злокачественных опухолей и пытался оказать больным возможную помощь. Он пользовался каленым железом, пытаясь выжечь опухоль...



В Ипатьевской летописи рассказывается, как в 1287 году заболел князь Галицкий. Подробно описывая симптомы болезни, летописец воспроизводит картину рака нижней губы: рассказывает о первичной опухоли, о ее распространении, об увеличении лимфатических узлов в подчелюстной области. Но как бы ни боролись с недугом целители, все было напрасно. Больные умирали.

Сегодня же этот враг хорошо изучен, и в большинстве случаев с ним даже удастся справиться. По статистике ВОЗ, почти 30% заболевших излечивается! И эта цифра растет. Ведь медицина становится все совершеннее.

– Научные лаборатории во всем мире буквально «кипят» новой интереснейшей информацией, связанной с открытиями последних лет, – обнадеживает врач-терапевт, преподаватель Лондонского королевского гомеопатического колледжа, специалист по гомотоксикологии и натуропатии Алла Осипова. – Открыли за последнее время немало интересного, в частности ген p53, который защищает от рака, и исследовали его удивительное свойство по каким-то причинам «засыпать» и не выполнять свои функции. Также были открыты специальные вещества на основе лекарств от малярии, называемые кураксины (от английского слова «cure» лечить) и нередко выступающие как своеобразная защита и профилактика от возникновения рака.



Врачи все уверенней заявляют: рак можно победить! И их уверенность доказывают истории многих излеченных, в том числе и мировых знаменитостей. Они не скрывают своего заболевания, потому что вышли из борьбы настоящими победителями. Это такие люди, как Солженицын, Роберт де Ниро, Майкл Дуглас, Лора Буш, Кайли Миноуг, Габриель Гарсиа Маркес, Мари Фредрикссон, Лайма Вайкуле, Эммануил Виторган, Людмила Улицкая и многие другие. Их пример борьбы и выживания поучителен и дает надежду для других.

Самое главное – в их исцелении нет никакого чуда! Они выжили благодаря квалифицированной помощи медиков. И они – медики – в этой книге доказывают, что если неукоснительно следовать правилам здорового питания, если научиться жить в естественном для организма ритме, если настроить себя на победу и поддерживать этот настрой, то даже в случае серьезных симптомов организм обязательно справится с недугом. А для полного выздоровления врачи рекомендуют задуматься над причинами возникновения рака, пересмотреть свой образ жизни и, возможно, что-то в нем изменить, узнать, чем грозят некоторые распространенные привычки, понять, какие же механизмы внутри нас отвечают за здоровье и крепкий иммунитет.

Больные должны понять, что рак – это не судьба, – призывает академик РАМН Сергей Терновой, – и не слепой случай, а расплата за пре-



небрежение потребностями организма: неправильное, неестественное питание, несоблюдение режима, насыщение организма ядами.

Авторы книги укажут на истинные причины возникновения рака. Объяснят, как вредные привычки – курение, алкоголь, переедание – лишают организм естественной защиты от болезней. Научат, как правильно питаться, чтобы вернуть себе здоровье. И расскажут, какие вещества, содержащиеся в пище, полезны онкобольным, а какие вредны. А истории людей, покинувших больничные палаты здоровыми, убедят, что человек может быть сильнее рака. А схватка с болезнью только закалит и «переплавит», как в сталелитейной печи, вашу душу, которая наполнится после таких испытаний невероятным опытом, милосердием, мудростью и силой.

«РАКОВЫЙ ХАРАКТЕР»

Есть очень важный вопрос, который волнует каждого: почему одни заболевают раком, а других эта напасть обходит стороной? Оказывается, 30–40% людей в популяции имеют так называемый «раковый характер».

– В течение более чем двадцати лет известный европейский онколог, доктор Рональд Гроссарт-Матичек проводил исследование, которые позволили установить 2 особые группы: тип личности, который подвержен заболеваниям коронарных сосудов сердца, и тип личности, у которого, скорее всего, разовьется онкология, – рассказывала врач-терапевт Алла Осипова. Предрасположенные к раку люди характеризовались следующими общими чертами:

- слишком большое послушание,
- слишком большое желание угодить мужу или начальству,
- неуверенность в себе,
- слишком большое терпение,
- склонность скорее переживать внутри себя негативные эмоции, особенно гнев, чем выражать их вслух или идти на открытую конфронтацию.



Одним словом, основной для «ракового характера» является склонность подавлять эмоции и не осознавать их.



Основной для «ракового характера» является склонность подавлять эмоции и не осознавать их.

В противоположность этой группе вторая группа, предрасположенная к коронарным и другим сосудистым заболеваниям, характеризовалась прямо противоположными чертами характера: агрессивностью, гневливостью, спонтанностью, торопливостью, амбициозностью.

Однако есть работы, которые утверждают, что понятие «раковый характер» не имеет под собой глубокой научной подоплеки.

Киссен провел глубокие исследования по проверке только больных раком бронхов и подавлением эмоций. Он организовал двойное слепое исследование с соблюдением всех правил научных исследований. Проводилось сравнение с контрольной группой, использовались объективные критерии и научные измерительные методы, к тому же результаты исследования были подвергнуты безупречной статистической обработке.



Пациенты с низкими показателями по эмоциональной шкале, подавляющие свои эмоции, в полном согласии с выдвинутой ученым гипотезой намного чаще заболевали раком бронхов, чем представители контрольной группы, показатели которых по шкале эмоций были нормальными. Риск заболеть раком бронхов у людей с подавленными эмоциями оказался в 6 раз больше!

Кстати, еще во II в. н.э. римский врач Гален обратил внимание на то, что жизнерадостные женщины реже заболевают раком, чем женщины, находящиеся в подавленном состоянии.

В XVIII в. английский врач Гедрон в трактате, посвященном природе и причинам рака, указал на его взаимосвязь с жизненными трагедиями, вызывающими сильные неприятности и горе.



Жизнерадостные женщины реже заболевают раком, чем женщины, находящиеся в подавленном состоянии.

В многочисленных психосоматических исследованиях онкологических больных показана взаимосвязь эмоций, центральной нервной и иммунной систем (Baltrusch et al 1991, Temoshok, 1987).



Одно из лучших и полных исследований, посвященных связи эмоций и рака, проведено последовательницей Карла Юнга Элидой Эванс и опубликовано в работе под названием «Исследование рака с психологической точки зрения».

Элида Эванс раскрыла многие тайны рака, включая непредсказуемость течения этого заболевания и то, почему болезнь иногда возвращается после долгих лет отсутствия каких-либо ее признаков.

Эванс сделала вывод, что незадолго до начала развития болезни многие из больных утратили значимые для них эмоциональные связи. Она считала, что все исследованные ею онкологические больные относились к психологическому типу, склонному связывать себя с каким-то одним объектом или ролью (с человеком, работой, домом), а не развивать собственную индивидуальность.

Если по стечению обстоятельств объект или роль, с которой человек себя связал, исчезали или просто возникала угроза такого исчезновения, такие пациенты оказывались, словно наедине с собой, но при этом у них отсутствовали навыки, позволяющие справляться с подобными ситуациями. Для онкологических пациентов свойственно ставить на первое место интересы окружающих.

После Эванс проблемой «психоонкологии» увлеклось много других ученых. Так, онколог С. Бансон, выступая с докладом на конференции Нью-Йоркской академии наук, отмечает, что существует явная связь между образованием рака и следующими состояниями:



Угнетенное состояние
Отчаяние
Утрата объекта
Депрессия

Исследователь и психолог Х. Вот, выступая в фонде Маннингера, заключает, что **рак появляется:**

- *после утраты незаменимого объекта привязанности;*
- *у тех, кто находится в угнетенном состоянии;*
- *у людей, которые страдают тяжелой формой меланхолии.*

А исследователь Роланд Бартроп обнаружил, что у овдовевшего супруга отчетливые нарушения в иммунной системе проявляются уже через пять недель с момента смерти партнера.

Группой исследователей из Рочестера доказано, что заболевают раком преимущественно люди, находящиеся в стрессовом состоянии, с которым не могут самостоятельно справиться. Чувствуют себя беспомощными и покинутыми, бояться потерять любой «исключительно ценный источник удовлетворения».

По теории австрийского и американского психолога Вильгельма Райха, в основе канцерогенеза лежат блокировка таких чувств и эмоций, как влечение, страх и либидо. Чаще всего для таких больных характерны следующие черты:



- Пессимистический характер.
- Чувство эмоциональной пустоты.
- Сниженное чувство наслаждения жизнью.
- Подавленная агрессия.
- Невозможность получить оргазм.
- Метафорический бессознательный суицид.



У овдовевшего супруга отчетливые нарушения в иммунной системе проявляются уже через пять недель с момента смерти партнера.

Значительный вклад в изучение связей эмоций и здоровья внес немецкий онколог доктор Хамер. Через два месяца после трагической гибели восемнадцатилетнего сына сначала он сам, а немного позднее и его жена заболели раком. Хамеру удалось выжить. Позднее он создал теорию, объясняющую связь пораженного органа с содержанием психологических проблем, приводящих к его ослаблению.

Исследовав более десяти тысяч случаев, Хамер выяснил, что буквально во всех из них первые признаки заболевания раком появились через один-три года после эмоциональной травмы. Вот так Хамер описывает переживание онкологиче-



скими пациентами эмоциональной травмы, предшествующей раку: «Ты изолируешь себя и не пытаешься поделиться своими эмоциями с другими. Ты печален, но никому не рассказываешь о том, что тебя мучает. Это полностью изменяет твою жизнь. Ты никогда уже не станешь прежним».

Кроме того, в своей работе он выявил четкое соответствие между типом психологической травмы и локализацией опухоли.

Согласно гипотезе доктора Хамера, травмирующие эмоции воздействуют на строго определенные области мозга аналогично легкому инсульту, что, в свою очередь, приводит к изменению тонуса мышц и сосудов в связанных с этими зонами мозга участках тела. Чем более негативный заряд имеет критическая ситуация, тем сильнее это воздействие.



Первые признаки заболевания раком появляются через один-три года после эмоциональной травмы.

Инициирование различных заболеваний стрессовыми ситуациями основано на «замораживании» негативных эмоций в нашей памяти. С точки зрения доктора Хамера, не нашедшие выхода «замо-



рожденные» эмоции годами влияют на ту или иную зону мозга, что приводит к хроническому ухудшению кровообращения и нарушению клеточного метаболизма в соответствующей области тела. В результате там развивается раковая опухоль.

Есть исследования, которые связывают определенные эмоции с возникновением рака определенных областей.

Например:

Рак молочной железы справа, по данным ряда исследователей, на символическом уровне означает конфликт с матерью, сопровождающийся сексуальной автодеструкцией, связанной с чувством вины.

Согласно теории врача-гемеопата Марчелло Монселлато, **рак левой молочной железы** связан с наличием претензий к партнеру, а рак правой молочной железы – с претензиями к родителям и отсутствием безусловной любви.

Рак предстательной железы, по теории доктора Бооса, обнаруживается в первую очередь у тех пациентов, которые часто испытывают сексуальное влечение, не сопровождающееся освободительным оргазмом. А по теории Марчелло Монселлато, это аккумулированный и неосознанный страх мужчины быть несостоятельным в сексуальной сфере.

Рак шейки матки появляется только у тех женщин, которые требуют от партнеров день-