

Альтернативная медицина

Содержание:

Наружные средства на солидоловой основе.....	1
Результаты опроса: “Солидоловые мази и их применение при псориазе”	16
Мазь Магнипсор. Ответы производителя	23
Маски Ами при псориазе на голове	31
Эфирные масла в лечении псориаза	33
Лечебное голодание при псориазе	39
Психотерапия в лечении псориаза	42
Апитерапия псориаза (лечение продуктами пчеловодства)	47
Применение лопуха при лечении артрита в стадии обострения.....	57
Тибетская медицина при псор. артрите глазами очевидца	62
О границах применимости целительских практик.....	67
Лечение баней.....	68
Лечение псориаза белокопытником	70
Бальзам Цитопсор. Результаты тестирования в форуме	71

Наружные средства на солидоловой основе

Автор: участник форума **FROL**

Обсуждение в форуме — в теме [«Подумалось вдруг о солидоле...»](#) (откроется в новом окне)



Содержание

Мазь Н.Ф. Рыбакова

Мазь М.В. Голюка

Мазь Унгветол

Мазь Магнийсор

Мазь Антипсор (А.А. Иванов)

Мазь И.С. Чернышева

Мазь Карталин

Бальзам Цитопсор

Мазь Б.А. Маркина

Крем Псориум

Крем-бальзам Псорилам

Псори-крем

В настоящее время применяется много неофициальных наружных средств на солидоловой основе; рассмотрим наиболее известные. Эффективность их зависит от составов (наборов действующих веществ), однако немалое значение имеет и сама жировая основа, т.е. солидол.

Популярность подобных наружных средств заключается в том, что солидол, удовлетворяя требованиям, предъявляемым к мазевым основам, обладает одновременно самостоятельным терапевтическим

действием (кератопластическое и эпителизирующее влияние на эрозированные и язвенные поверхности кожи).

По данным опросов, проводимых на нашем форуме среди людей с псориазом, солидоловые мази являются лидером среди антипсориазных средств (как наружного, так и общего действия, а также немедикаментозных методов терапии), что видно из «Результатов опросов».

Солидолы получают «замыливанием» минерального масла, т.е. загущением его кальциевыми солями высших жирных кислот. Солидолы содержат от 11 до 18% мыла, 0,2% свободной щёлочи, 2-3% воды. В странах бывшего СССР разными заводами производится солидол жировой (по ГОСТ 1033-79) и солидол синтетический марки «Солидол-С» (по ГОСТ 4366-76). Для некоторых мазей применяется также эмульсионный солидол, который представляет собой эмульсию типа вода-масло минеральных дистиллятных масел, эмульгированных известковым молоком. Используемый иногда в публикациях «медицинский солидол» — выдуманный термин, определения не имеет.

Мазь Н.Ф. Рыбакова (1953)



Многие помнят старые времена, когда в аптеках можно было свободно приобрести солидоловую мазь по прописи Н.Ф. Рыбакова. Она облегчала состояние больных, смягчала и отшелушивала бляшки, а некоторые из них полностью пропадали. Чаще всего это происходило у детей или на легко уходящих местах.

Состав мази Unguentum Solidoli Ribacovi: эмульсионный солидол – 75 частей, вазелин – 20, ментол – 0,5, борная кислота – 5. Мазь слегка втирают в очаги поражения (по направлению роста волос) 1–2 раза в день; на инфильтрованные бляшки накладывается в виде мазовых компрессов. 1 раз в 3 дня больной принимает душ с мылом или ванну. Лечение продолжается 4–6 недель. Иногда возникают осложнения в виде фолликулитов. Условия хранения: в прохладном месте. Срок годности 4 года.

Отзывы с Форума:

Toliksh

Я сторонник солидола ещё с Союза, моя любимая мазь №1 — Рыбакова, дёшево и сердито. И стоила, сейчас в голове не укладывается — 9 копеек. Тюбика хватало на день, 2 р. 70 коп. в месяц, при зарплате 500 рублей! Помогало неплохо, я знал нескольких человек, которые благодаря мази Рыбакова полностью замазывали псориаз. С распадом Союза она исчезла.

FROL

Применял несколько разных мазей на солидоловой основе. Эти мази можно условно разделить на 3 группы по действующим веществам (ДВ): 1) ДВ — минеральные компоненты (например, мазь Рыбакова), 2) ДВ — только растительные компоненты (фитомази Антипсор, Карталин и др.), 3) ДВ — растительные + минеральные компоненты (Магнипсор, Цитопсор и др.). Понятно, что можно применять и очищенный солидол, вообще без добавления ДВ.

Лично мой опыт показал, что собственно солидол, без добавок, действие оказывает довольно слабое. Однако можно его применить, особенно на первый раз, но приходится очень долго мазаться — 3-6 мес. И этот факт о слабом действии как бы опровергает то предположение, что главное терапевтическое значение имеет солидол. Хотя есть и другая точка зрения, что эффективность мази определяется не только жировой основой (солидолом), но и теми ДВ, которые смешиваются с этой основой. Но это всего лишь МОЙ опыт.

McSure

Максимум я применял мазь Рыбакова 15 дней, при том что начинал с огромных площадей в 2-3 ладони на нижних частях ног, и уже на 10-12-й день там оставалась только пигментация... НИКОГДА не применял одну только мазь — всегда одновременно с диетой, фиточаями и в антистрессовой обстановке. Обязательно после намазывания надо выдержать сутки, не смывая, что бы ни говорили окружающие!

Салицилка, фторокорт, лоринден-С, целестодерм, дипросалик, белосалик — применял раньше по глупости. Они начисто проиграли простой солидоловой мази по прописи Рыбакова за 9 коп. (У меня есть пузырёк именно с такой этикеткой, пр-во Бакинского фармзавода, полный, правда, срок годности истёк в 1996 г. — нашёл на одной из заброшенных Полярных станций). Вообще солидол — это единственное средство, встретившееся в моей жизни, которое помогает ВСЕГДА, без эффекта привыкания, причём проходят даже те бляшки, которые не мажешь из-за их труднодоступности.

Поэтому тут можно вообще сказать огромное СПАСИБО тем врачам, которые практикуют солидол в том или ином варианте. Можно даже самим поэкспериментировать, поискать «свой» вариант — главное, чтобы в этом варианте присутствовали: 1) солидол, 2) очистка организма, 3) диета (желательно), 4) спокойная, антистрессовая обстановка.

Мазь М.В. Голюка (1982)

.



В 70-80-х годах прошлого века наблюдалась массовая волна лечения псориаза мазью М.В. Голюка. Недостатком этой мази является, во-первых, длительный курс лечения (4 и более месяцев), во-вторых, с повторным использованием мази при очередном рецидиве результаты однозначно и всегда хуже из-за устойчивого привыкания организма к её действию.

Из описания изобретения «Способ лечения псориаза» (А.с. СССР № 917839):

Сперва применяют мазь №1, после исчезновения бляшек — мазь №2.

Мазь №1 содержит (вес. %): яичный белок свежий 5.0-6.0, мёд пчелиный цветочный 3.0-3.2, крем детский 0.8-1.0, солидол — остальное (90-91).

Мазь №2 содержит (вес.%): яичный белок свежий 5.0-5.5, мёд пчелиный цветочный 2.0-2.5, крем детский 1.5-2.0, порошок травы чистотел 1.0-1.3, солидол — остальное (89-90.5).

В течение первой стадии лечения 2 раза в сутки на высыпания наносят тонким слоем мазь №1 и тщательно втирают. Кроме того, через 10 дней после начала втираний и в течение последующих 30-40 дней внутрь принимают настойку аралии маньчжурской — по 30-40 капель 3 раза в день за полчаса до еды. Через некоторое время после начала лечения чешуйки сходят. Если на коже выступает гнойничковая сыпь, возникает зуд, то с этого момента омывают кожу кипячёной водой и вытирают насухо, 2-3 раза в неделю моются с мылом. Постепенно гнойнички исчезают, а зуд прекращается. Лечение не рекомендуется начинать в период обострения псориаза. В среднем продолжительность курса составляет 2-4 месяца с момента начала процедур.

.

Отзывы с Форума:

.

Ольга

А пробовал кто-нибудь лечиться по методу Голюка? Я в 1991 году пролечилась — мне хватило года на 2-3 (не помню точно), позже пробовала ещё раз — хватило на меньше.

Doom

Я перепробовал, кажется, все солидоловые составы, включая и чистый жировой солидол. При первом применении мази Голюка эффект был потрясающий. Тогда псориаз у меня был на голове (почти полностью ВЧГ была покрыта кровавой коркой) — и за 2-3 недели всё исчезло.

Но в дальнейшем мазь Голюка уже не помогала. И вообще, кроме самого первого применения мази Голюка, не помогло ничего и ни разу. Что дальше делать, в частности, попробовать Магнипсор вместо мази Голюка? Скажете, дались мне эти солидоловые мази? Ответу: это единственное, что мне серьёзно помогло, и в очень тяжёлой ситуации.

.

Iuda

Я первый раз про Голюка узнала где-то в 1987 г. из журнала «Изобретатель и рационализатор». Тогда у меня было всего несколько бляшек на теле и на голове. Конечно, голова и солидол — это круто... Настойку аралии я не пила, спирт был противопоказан, я ждала ребёнка. Но приблизительно через месяц после начала применения мази я была «чистенькая», а может, повлияла беременность? Про прыщи Голюк тоже предупреждал, но у меня ничего подобного не было.

НАТКА

Кстати, в молодости летала к Голюку, привезла мазь и применяла всё это, результат был нулевой.

Мазь Унгветол (1976)

Унгветол. Автор — В.Д. Макеев (Россия, 1976).

Эта мазь отличается присутствием в её составе тринитротолуола (тротила) в качестве действующего вещества. Применяется при стационарных стадиях псориаза, содержит (вес. %): жировой солидол — 90, подсолнечное масло — 10, тринитротолуол — 1,5, резорцин — 1,5, бензойную кислоту — 3, борную кислоту — 2, диметилсульфоксид — 3, ментол — 0,25. Обладает выраженным антимикробным, фунгицидным и другими терапевтическими действиями.

По утверждению автора, в группе из 150 больных со стационарной стадией клиническое излечение (при терапии мазью и соблюдении диеты) наступило у 80, значительное улучшение — у 61 пациента.

Последующие рецидивы связываются главным образом с нарушением диеты, реже — с нервно-психическими травмами, инфекционными заболеваниями и др.

На нашем форуме эту мазь никто не применял, однако применяли другие мази с тротилом, отзывы противоречивы.

Мазь Магнипсор (1993)



«Магнипсор», Украина.

По данным [проведенного на форуме ОПРОСА](#), Магнипсор является наиболее популярной мазью на солидоловой основе и успешно применяется для устранения внешних симптомов псориаза. Мазь представляет собой соединение действующего вещества (ДВ) с мазевой основой (жировой солидол) с последующей обработкой этого соединения. Мазь оказывает выраженное разрешающее, кератолитическое и редуцирующее действие.

Основными ДВ этой мази являются минеральные компоненты, спиртовые экстракты трав, корней растений и растительные масла. Для базовой мази это, в частности, соль Мёртвого моря, масла: чайного дерева, тыквы, облепихи, экстракт корня лопуха, настойка чемерицы Лобеля и др. компоненты (Патент Украины № 88326).

Поражённые места смазывают 1 или 2 раза в день, смывают раз в 2-3 дня (но при необходимости можно смывать ежедневно) до тех пор, пока не «уйдёт» последняя бляшка. Первые несколько дней возможны ощущения зуда и раздражения кожи. В среднем продолжительность курса лечения составляет около полутора месяцев.

Статья: [«Мазь Магнипсор. Ответы производителя»](#) (FAQ) – здесь же, ниже.

Сайт Магнипсора — [ЗДЕСЬ](#). Подробнее о мази — в книге: Г.Н. Маринина, В.С. Маринин. [«Лечение псориаза»](#).

Отзывы с Форума:

Vinogradinka

Пользуюсь Магнипсором уже лет 10, наверное... На меня Магнипсор замедленно действует, обычно сдвиги становятся заметны где-то в середине второго месяца, не раньше. Главное, чтобы терпения хватило. Всё-таки Магнипсор — это вещь. Полностью у меня не убирает уже, к сожалению, но жизнь облегчает конкретно.

Toliksh

Промазался я Магнипсором с небольшими перерывами почти 2 месяца. Если взять за 100% перед началом мазюкания и сейчас, то сейчас осталось где-то 20%... Короче, Магнипсором и своим нынешним состоянием

очень доволен, честно говоря, даже забыл, когда у меня так было, года 4 точно.

Ами

А у меня вот не пошёл Магнипсор... Одно пятно на ноге поддалось — так на пузе зато два ухудшились. Думаю, это оттого, что я долго Антипсориазом мазалась (к нему тоже уже привыкание).

Juliko

Магнипсор дал стойкую ремиссию около года. Расслабилась — и кушала, и вино пила, но и нервы были в порядке, легкая эйфория и гармония с собой. Как только баланс нарушился — понеслось...

Galka

Я пользовалась Магнипсором два года назад в течении месяца, псор просто испарился, я даже не поняла как. И два года даже не вспоминала о нём.

Тереза

У меня всё очистилось благодаря Магнипсору. На всё про всё понадобилось 3 месяца. Очень долго уходили «дежурные» бляшки. Чем свежее было пятно, тем быстрее оно сходило. Сначала на очищенных местах оставались белые пятна, но и они прошли... Лечения Магнипсором хватило на год. Сейчас опять начали появляться пятна, лето пришло.

Silikaat

Нашёл у себя в холодильнике початую баночку Магнипсора, причем срок годности уже прошёл как с полгода. Помазался 5 раз, результат офигительный. Возникает вопрос, а какого х... не мазался раньше? Вернее, пробовал пару раз, но так хорошо даже рядом не было.

Мазь Антипсор (А.А. Иванов, 1995)



Имеются следующие мази:

1) Оригинальный Антипсор (фитомазь А.А. Иванова, Патент РФ № 2091065), производитель — «Фитон-В», Россия, Хабаровский край, п. Ванино.

В настоящее время фитомазь А.А. Иванова имеет название: «Средство косметическое бальзам Антипсор», см. выше фото.

2) Фитокрем Антипсориаз, производитель — «Герба», Россия, г. Казань.

3) Бальзам Антипсор, производитель — «Ласкрафт», Россия, г. Казань. Крем Антипсориаз от «Гербы» и бальзам Антипсор от «Ласкрафт» — подделки оригинальной мази А.А. Иванова (см. цитату **Genka** ниже).

В состав мази А.А.Иванова (Антипсор) входят сложные водные и масляные экстракты из растительного сырья — череды трёхраздельной, листьев березы белой, чистотела большого, календулы лекарственной, сушеницы болотной и др. в сочетании с элементами хитинового покрова тихоокеанской фауны. Жировая основа включает вазелин медицинский, ланолин, камфару, льняное масло и солидол жировой. Составы фитомазей не содержат гормонов.

Общая продолжительность курса лечения — обычно от 20 до 70 дней. Противопоказания — аллергические реакции. Возможны так называемые «реакции отторжения» в виде обострения зуда, гнойничковой сыпи, отёков висков и др. Методика лечения на базе Антипсора может включать, в частности, дополнительное использование фитосбора «Сихотэ-Алинь» для применения внутрь одновременно с наружной терапией. Сайт Антипсора (мазь А.А. Иванова) — [ЗДЕСЬ](#).

Отзывы с Форума:

Genka

Антипсор Иванова (оригинальный), ещё Антипсор (явная подделка) и мазь Антипсориаз продаются как варианты одного и того же, и поскольку в последнее время я пользовался как раз ими, то попробую сравнить, чем они, на мой взгляд, всё-таки отличаются.

Все мази применялись один раз в день, вечером. Приятнее всех мажется Антипсор (оригинальный). Он более однородный по составу, в нём не попадаются какие-то жёсткие вкрапления. Самый жирный, вероятно, из-за вазелина — Антипсориаз, поэтому он лучше всех снимает шелушение, но после него на одежде остаются жировые пятна. Также сильно, тёмными и жирными пятнами «следит» и Антипсор-подделка. Наименее «пахучий» — Антипсор оригинальный. Убойная сила обоих Антипсоров приблизительно одинакова: у меня реакция заметна где-то на третий день, потом ещё дня три без особых изменений, а потом улучшение. Антипсориаз действует медленнее, однако это различие не влияет на скорость «восстановления» псора после отмены мази, в любом случае возвращение на исходные позиции происходит у меня на третий-четвёртый день.

Lady

Мне мазь действительно помогла (это было первое лечение солидолом), но мазь была НАСТОЯЩАЯ, и называлась Антипсор. А потом уже стали подделку гнать, и как оказалось, я на собрании выступала, рассказывала про настоящую мазь, а они, гады, продавали подделку в тюбиках с названием «Антипсориаз». Настоящая мазь помогла хорошо, около месяца лечения летом, и было примерно 1,5 года ремиссии. Сейчас заказала настоящую мазь с Дальнего Востока, из п. Ванино, в вакуумной полиэтиленовой упаковке без всяких рисунков, пользуюсь ей...

GEMINI

Мазь Антипсориаз помогает. Но остаются дежурные бляхи и через время все по кругу. Рецепт эти ребята слямзили с патента Иванова.

Marjushka

Мне помогло! Пару месяцев мыла голову Гармонией Чистых Металлов — зуд снимала, площадь поверхности поддерживала, а потом пришла мазь, за неделю очистилась вся площадь головы (после 1,5 лет обострения), правда, фаза «отторжения» проходила в муках.

Люба

Мазала мужа Антипсором, большие бляхи раздробились, чесаться меньше стало, но не более того. Мазь привозили из п. Ванино.

alexspa

Имеется полный набор (кожа+ногти+артрит), пользовался Антипсориазом три раза. Первый раз мазь была в п/э пакетике, со слов продавщицы, мазь привезена с Дальнего Востока. В течение месяца очистился полностью, даже ногти стали нормальными, ремиссия была около 3-х месяцев. Во второй раз мазь была уже в «фирменной» упаковке — той, которая сейчас указана на сайте производителя. Эффект был тот же, но ремиссия около месяца. В третий раз купил данную мазь в аптеке. Мазался полтора месяца, сначала всё шло как по маслу, но остались маленькие «псориазики» на спине и пошло обострение, псориаз вернулся на голову.

Lizard

Я лечусь этой мазью, и мне она очень помогает. Полностью избавилась от бляшек на локтях (они у меня, правда, небольшие были), даже голову ей умудряюсь мазать. Правда, пахнет она не очень. Но в целом эффект мне нравится.

Мазь И.С. Чернышева (1995)

Эта мазь содержит: солидол, детский крем (или крем после бритья), а также в равных долях экстракты — череды, чистотела, календулы, плодов софоры японской, плодов шиповника, элеутерококка, аралии маньчжурской и сок алоэ.

Для приготовления мази необходимо смешать солидол и крем в равных долях; в полученную основу вмешивать смесь экстрактов до насыщения, т.е. пока основа вбирает в себя спиртовые экстракты. Из фитоэкстрактов только череда является незаменимым компонентом. На «дежурных бляшках» эту мазь лучше использовать под окклюзивные повязки (смазать тонким слоем, обернуть вощеной бумагой, забинтовать); мазь под повязкой можно держать сутки.

На нашем форуме эту мазь никто не применял, однако применяли другие мази с растительными компонентами.

Мазь Карталин (1997)



«Астрофарма», Россия, г. Томск.

Карталин заявляется производителями как наружное защитно-профилактическое средство на основе солидола. В состав мази Карталин (Патент РФ № RU2077319) входят лекарственные травы — череда, ромашка; витамины А и D, лизоцим, мёд пчелиный; масла — эвкалиптовое, лавандовое; салициловая кислота и др.; жировая основа — солидол. Показания — псориаз и другие кожные заболевания. Фармакологические действия — кератолитическое, противовоспалительное и регенерационное. Общие рекомендации при лечении. Мазь должна находиться на больных местах не менее 12 часов в сутки, в первые 30 дней (восстановительный этап лечения) принимать внутрь антигистаминные средства. Побочные действия — возможны незначительное обострение болезни в начале применения средства, а также индивидуальная непереносимость отдельных компонентов препарата. Часто во время лечения появляются гнойничковая сыпь и зуд. В среднем курс лечения — от 2,5 до 4-х месяцев.

Отзывы с Форума:

Lena

В начале осени у меня началось сильное обострение, повсеместно наскружили куча мелких пятен, купила мазь Карталин в аптеке, так вот где-то через месяц полностью очистилась. Сейчас, через 5 месяцев, есть несколько пятнышек, т.е. начали появляться.

ddSat

Мазался мой знакомый, полностью не вылечился, но убрал достаточно большие бляшки... Возможно, этот самый Карталин и есть коммерческая реализация «мази Юрия», тем более сравните его сайт и любой из карталиновских — получается слово в слово.

J-romantica

Я пользуюсь Карталином 2 месяца. Результат от лечения был виден через 2 недели.

investigator

Отчитаюсь о применении Карталина. Эффект отличный, даже чересчур, я не понимаю, как мазь может так работать (как-то подозрительно), у меня есть впечатление, что даже там, где не мазал, есть эффект.

Окси

Мы тоже домазываем! Мажем по следам старых бляшек. Руки и спина совсем чистые. На боках остались только мелкие псоррики...

help

Хочу отметить системный подход — как только появляется кто-то, кто говорит «у меня вроде лучше стало... вчера... на полчаса...», так сразу объявляется новая панацея. Ну нету отзывов вразумительных о Карталине, что я могу сказать... Даже возражения предвижу — «а вот про Магнипсор тоже ничего не известно и он не зарегистрирован». Ответ: Да, только по качеству поддержки (сайт и консультации) и положительных отзывов Карталин и рядом не стоял.

Panterka

У меня мама, как и я, болеет псориазом. В голове у неё псор сидит лет 12 точно. Чем она только не мазала — бесполезно. Предложила ей помазать голову Карталином. В общем, помазала я раза три, аккуратно разделяя волосы, и у неё шелуха сошла... Потом уже не мазали, пока тьфу-тьфу всё хорошо. Кожа головы сейчас похожа на здоровую.

Бальзам Цитопсор (2005)



НПФ «Дельта», Украина.

Цитопсор — многокомпонентный препарат для местного применения на основе жирового солидола. В состав препарата входят различные органические и минеральные компоненты: жировой солидол, экстракт календулы, эфирное масло мяты перечной, морская соль, вазелин, ланолин, вазелиновое масло, серебро. Сайт Цитопсора — [ЗДЕСЬ](#).

В 2008 г. на форуме «Псориаз? Давайте лечиться вместе!» проведено тестирование наружного средства Цитопсор. В тест-группе были представлены лица с достаточно широким спектром проявлений псориаза — как по стажу псориаза, его стадии, локализации, наличию псориаза в семейном анамнезе, так и по применявшимся ранее средствам лечения и подверженности различным провоцирующим факторам. Общее соотношение успешного/неуспешного применения примерно 70/30, что можно считать высоким положительным результатом.

Статья на сайте о результатах тестирования есть в этом файле ниже.

Отзывы с Форума:

izum

Применял Цитопсор 22 дня, прошли полностью все пятна. Было: ВЧГ процентов 90, с заходом на лоб, за ушами и в ушах, на груди, коленка — «дежурное» пятно, которое с момента начала псорика ни разу не проходило...

Пошёл у меня четвертый месяц после окончания пользования мази... До применения PASI = 10,6, сейчас PASI = 0,2.

Lora

Прошло 2 месяца, как начала мазаться. Результат хороший. Остались маленькие розовые островки, которые «добиваю» Цитопсором. В общем, псориаз уходит медленно, но верно.

admiral

Мазал 9 недель. Всё сошло, за исключением 2 мощных пятен, которые у меня с самого зарождения псора, уже больше 12 лет. Цитопсор мне понравился, сравнивая его с Магнипсором, отметил следующее:

Цитопсор активнее, ибо он помог там, где Магнипсор не действовал (или, может быть, уже не действовал из-за возможного привыкания)...

Rokfeller

Были крупные пятна на ногах и немного на лобке. После применения Цитопсора (2 месяца) на лобке как ничего и не было, на ногах остались пигментные пятна, которые не сильно и заметны. В общем, Цитопсор справился со своей задачей на «5».

NadiN

Недели через 3-4 появилась положительная динамика в виде уменьшения шелушения, красноты, зуда, но потом был перерыв в лечении. И за это время достигнутый результат практически сошёл на нет, так что начала сначала. Почти все дежурные бляшки на месте, но я не бросаю, потому что имею опыт применения солидоловых составов — эффект от них получаю не сразу.

Анастасия

Мажу уже два месяца, результатом очень довольна, никогда не видела такого от другого лечения. Остались только небольшие пятнышки.

Мазь Б.А. Маркина

С.Б. Маркин, Россия, г. Воронеж.

«Мазь Маркина — натуральное экологически чистое средство из трав России.» Более детальной информации в литературе и в сети нет.

Отзывы с Форума:

Tanda

Под нажимом родственников была командирована в Воронеж к С.Б. Маркину. Мазь — на солидоловой основе с лекарственными травами. Мазь недорогая, курс стоил 400 рублей, мазаться дважды в день, мыться 1-3 раза в неделю. Лечение — до 4 месяцев. Так как поездки в метро и присутствие на работе в покрытом солидолом виде чересчур эпатажно, схему я малость подправила, а именно: мазалась 1 раз на ночь, часто после душа. После намазывания ходила, не одеваясь с полчаса, потом снимала излишки и ложилась спать. Голову мыла почти каждый день дегтярными шампунями (сначала Фридермом, потом чем попало), бляшки на лице мазала маслом... Продолжалась сия развлекуха около полутора месяцев, на фоне диеты без цитрусовых, кофе, алкоголя... Первые недели три сдвигов не было, потом псор стал бледнеть и уползать. И вот в конце июля остались от моей чешуи только несколько дежурных бляшек и темные следы от ушедших. С тех пор пока всё без изменений.

garin

8 лет назад мазался этой мазью, хорошо помогло...

kaktus

Дедушка тот, Б.А. Маркин, умер уже, дело продолжают сын С.Б. Маркин с женой, но деньги за мазь я высылала совсем на другую фамилию. Помазалась неделю, без малейшего эффекта и бросила. Инструкция была вложена в посылку, мазь наполовину с травами, шлют всем кто попросит, репутация у «воронежской мази» давнишняя, а кому как помогает, дело личное.

OLusy

Про эту мазь слышала очень положительные отзывы, но после смерти автора, мазь «испортилась». Одно время в Москве её продавали по кинотеатрам, собирали через объявления по радио народ. Сейчас мазь и травы стали в шикарном упаковках, дорогие, но уже совсем без эффекта.

Крем Псориум

«ЧП Соколовой В.А.», Россия, г. Томск.

Позиционируется как защитно-профилактический крем. Используется для снятия кожных проявлений псориаза и других дерматозов, а также для защиты кожи при работе с вредными веществами. Жировая основа (солидол, ланолин, масла и воск) соединяется с натуральными природными веществами и вытяжками из растений. В состав крема Псориум входят масляные экстракты ромашки, календулы, шиповника, тысячелистника, зародышей пшеницы и др., водные экстракты лекарственных трав, приготовленные по запатентованной авторами технологии, которая позволяет сохранить биологически полезные вещества в живом, нативном виде. Крем не содержит синтетических и гормональных препаратов, не токсичен.

Обладает противовоспалительным, противобактериальным и заживляющим действиями, улучшает микроциркуляцию и обменные процессы в поврежденных тканях, обладает местным антитоксическим эффектом. Способ применения: наносить на проблемные участки кожи 1 раз в день, желательно не менее чем на 6-8 часов, например, на ночь. Курс лечения от 3-х недель до 3-х месяцев.

Крем-бальзам Псорилам

ООО «Эликсир», Украина.

Состав: солидол, ланолин, вазелин, салициловая и борная кислоты, витамин А, цинка пиритион, глицерил-моностеарат, стеарин, вода, вспомогательные вещества. Свойства крема-бальзама: оказывает выраженное противорецидивное действие, питает и снимает шелушение кожи, обладает подсушивающим, антисептическим действием, успокаивает воспалённую кожу.

Из испытаний Псорилама в Днепропетровском ОКВД: «Под нашим наблюдением находились 29 больных псориазом. Распространённость псориатического процесса и его регресса оценивали по индексу PASI. В контрольную группу были включены 21 больной псориазом, не получавшие в составе наружной терапии крем-бальзам «Псорилам». В качестве системного лечения у больных исследуемой группы применяли ПУВА-терапию, селективную фототерапию, Ре-ПУВА-терапию (с применением ретиноидов), гепатопротекторы, седативные препараты, витамины и пр. Крем-бальзам «Псорилам» пациенты наносили 2 раза в сутки тонким слоем на фоне общей терапии. Динамика разрешения псориатических высыпаний в исследуемой группе была значительно выше, и через 30 дней лечения значения PASI уменьшились с 43,2 до 8,7%. В группе сравнения динамика разрешения высыпаний была значительно ниже, и в конце лечения индекс PASI составил 13,8%».

Псори-крем

«Лаборатория волос и кожи Гарни» (г. Москва, Россия).

Крем со специфическим запахом (дёгтя и нафталана). Увлажняет и ухаживает за поражёнными участками кожного покрова. Устраняет повышенную сухость, шелушение, образование трещин и чувства дискомфорта. Берёзовый дёготь и нафталанская нефть способствуют очищению, смягчению и дезинфекции кожи при псориазе, нейродермите и дерматитах.

Состав: солидол, вазелин, ланолин, дёготь берёзовый, масло облепихи, нефть нафталанская, сера, масло мятное, вода; экстракты: расторопши, солодки, череды, эвкалипта, шалфея.

Способ применения: несколько раз в день наносить на поражённые участки кожи (перед нанесением желательно принять душ или вымыть поражённые участки и вытереть насухо). Для усиления эффекта и ускорения воздействия прикрыть смазанные места вощёной бумагой и закрепить её пластырем или надеть тубчатый бинт на доступные места.

Отзывы с форума:

help

Компоненты стандартные, ничего необычного, дёготь да нефть нафталанская, остальное — основа, наполнители, отдушки да травка «для мебели» ... ИМНО если аллергии нет, так чего бы и не помазаться?

Nata

Я пользовалась, но мало, дней 10, результаты были — кое-что побледнело, но потом решила на Магнипсор перейти, так что Псори-крем теперь в холодильнике живет.

Immortal

Пару раз помазался, а потом 10 дней мазался карталином... результата особо не видно. Карталин закончился, вчера опять этим кремом мазался, так что чистоты эксперимента не вышло.

marrylin

Я начала пользоваться, результаты отличные. В качестве ипподрома для эксперимента выделила свои ноги.

Мазала 5 дней на ночь под плёнку. Пятна полностью сравнялись с нормальной кожей, ноги теперь гладкие. Правда, надо учесть, что перед этим я где-то неделю пила очищающие травы и держала диету. Так что эффект есть, но возможно, при наличии вышеперечисленного. Также хочу предупредить, что мазаться этой мазью лучше в период стационарный, так как мазь слегка пощипывает. А вообще эффект меня впечатлил.

EleBu

Я таким кремом пользуюсь. Мне хорошо помогает на голове, а на лице и на других местах сильно раздражает и обжигает. Осторожнее!

Natashka

А я что-то разочаровалась в псори-креме. Первые дни вроде становилось лучше, некоторые бляшки (маленькие) ушли. А дальше пошло обострение: новые высыпания не появились, но те, что уже были (а их немало) стали шелушиться, утолстились неслабо так и стали трескаться. Я понимаю, что результат не сразу, но ведь должно медленно-медленно, но сходить или быть без изменений, а у меня обратная реакция... .

Гая59

Пользуюсь сейчас Псори-кремом, вторая неделя пошла. Понравилась мне эта мазюка больше, чем все другие солидолные (применяла Антипсориаз в ещё старой расфасовке — пакетик и в тубах, Карталин, Магнисор, Цитопсор — именно в такой последовательности). Впервые с солидолными мазями столкнулась примерно в году 2000, это был Антипсориаз в пакетике. Эффект был замечательный, но непродолжительный. Правда, было много чего неправильного в жизни: курение, любовь к сладкому, лишний вес, отсутствие режима и присутствие очень нервной работы.

Я заметила, что мой псориаз быстро привыкает к солидоловым мазям. Приходится делать большие перерывы, между которыми пользуюсь косметическими средствами, начиная от детского крема и др. Затем появился в поле моего зрения Карталин, пользы от него особой не помню. Потом Магнисор и Цитопсор. Теперь вот — Псори-крем.

Источники:

Н.Ф. Рыбаков. «Десятилетний опыт применения солидоловой мази при псориазе». Советская медицина, 1965, №3, с.76-78.

И.С. Чернышев. «Укрощение строптивой болезни». Москва-Смоленск: 1995.

М.В. Голюк. «Способ лечения псориаза» (А.с. СССР № 917839), 1982.

Г.Н. Маринина, В.С. Маринин. «Лечение псориаза» (2014) — www.magnipsor.com/content_for.htm .

Сайт Антипсора (мазь А.А.Иванова) — antipsor.org .

Сайт Карталина — www.kartalin.ru .

Сайт Цитопсора — www.citopsor.com .

Темы в форуме: [Мазь Иванова \(Антипсор\)](#), [Магнисор](#), [Карталин](#), [Цитопсор](#) .

Результаты опроса [«Солидоловые мази и их применение»](#) ниже.

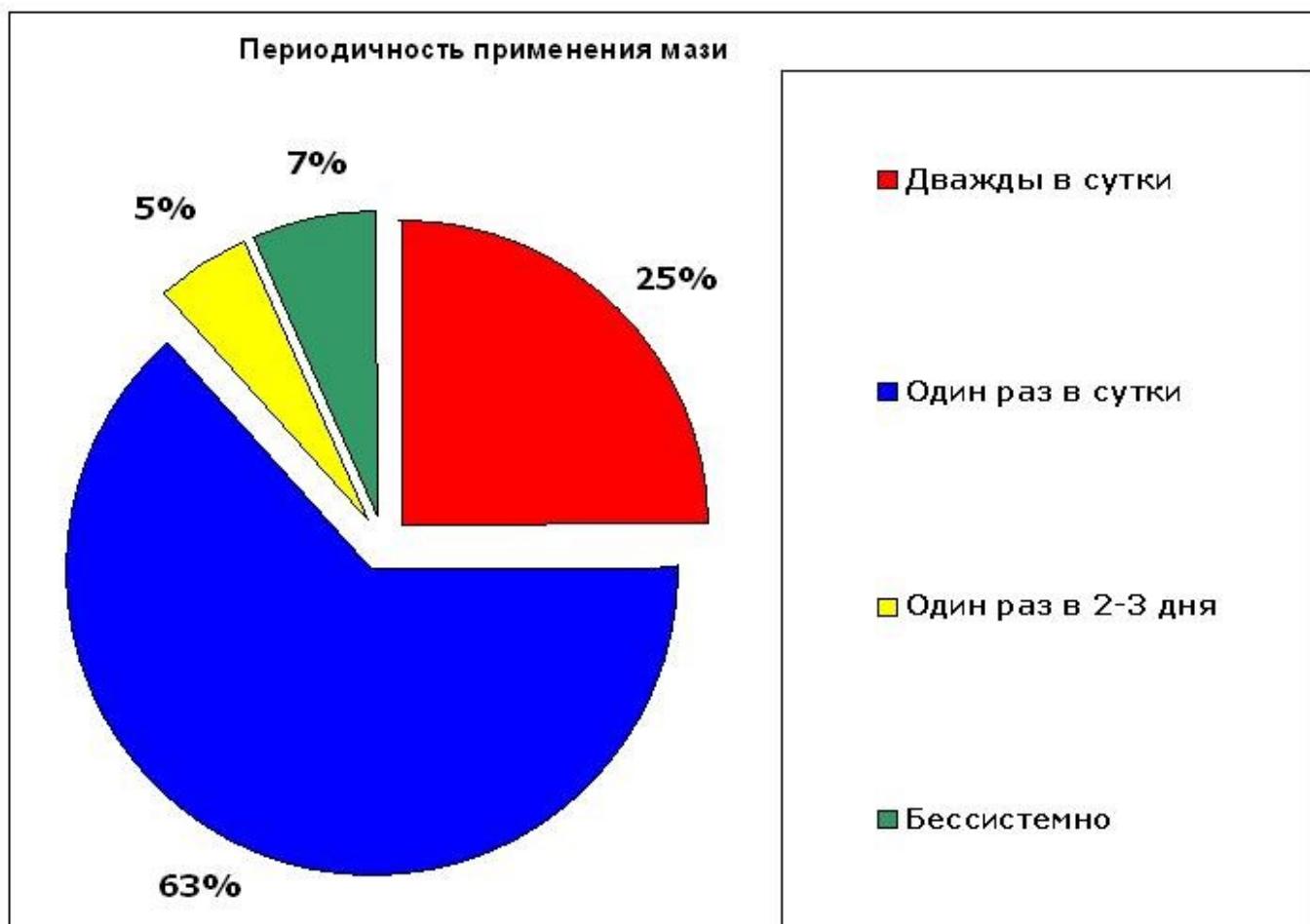
Результаты опроса: [“Солидоловые мази и их применение при псориазе”](#)

Авторы: участники форума **help** и **FROL**

Обсуждение — в теме форума: <http://psoranet.org/topic/3056/>

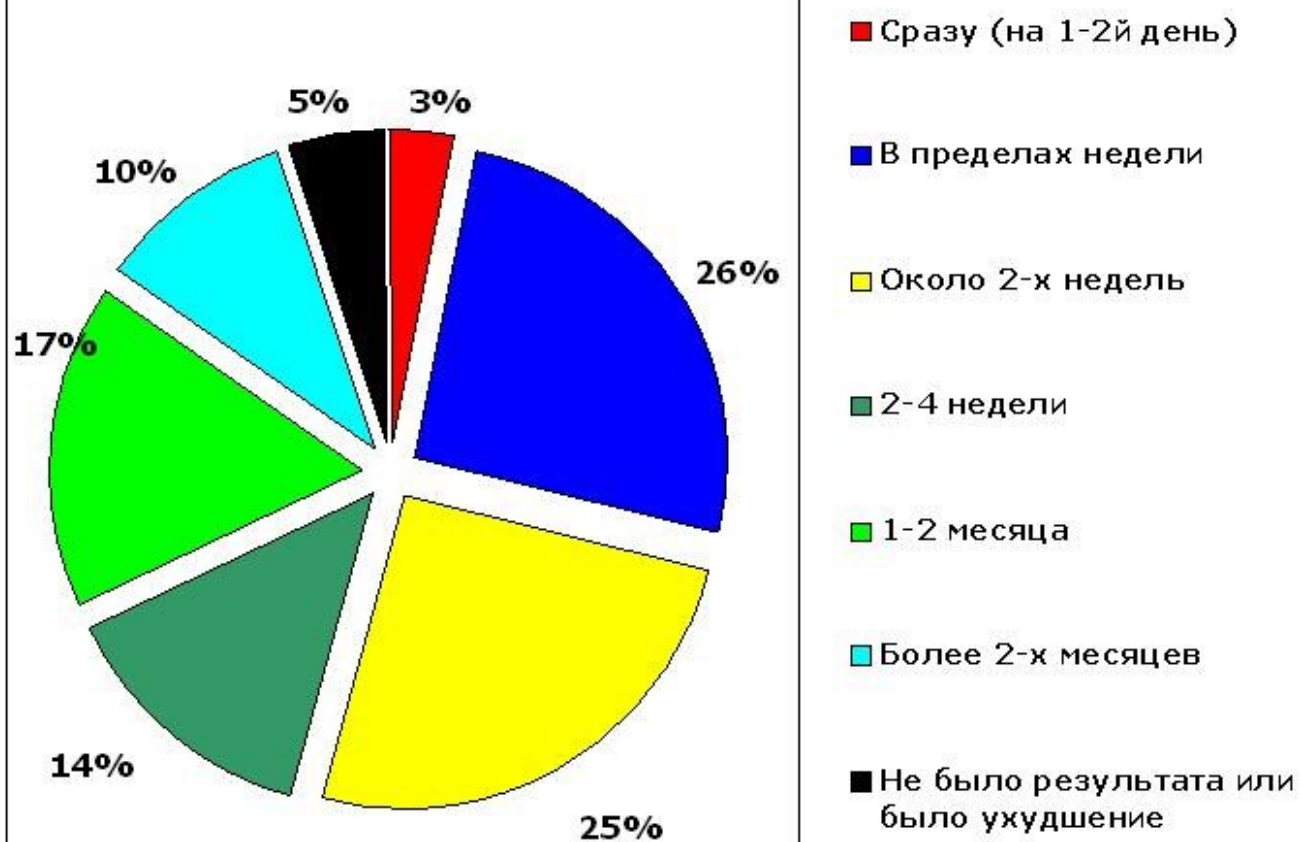




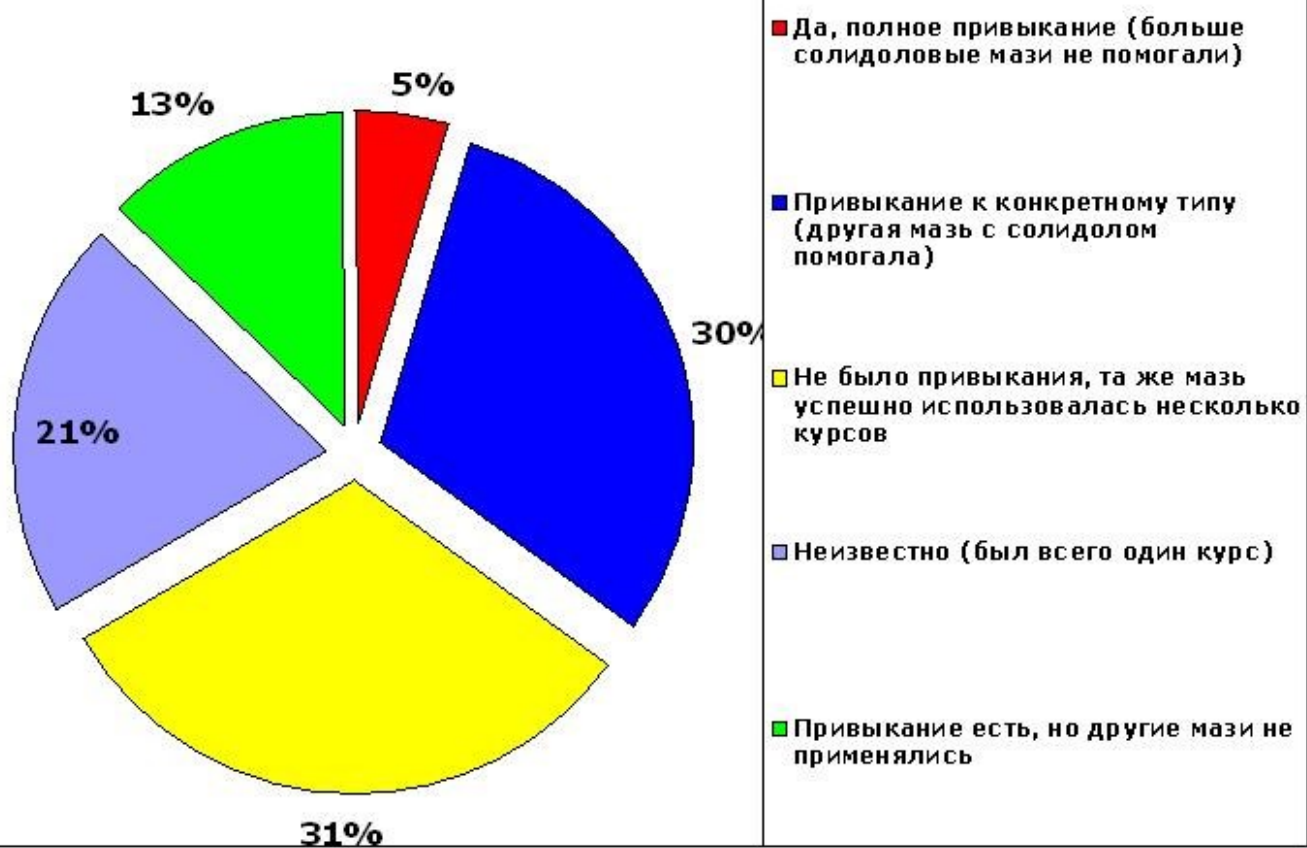


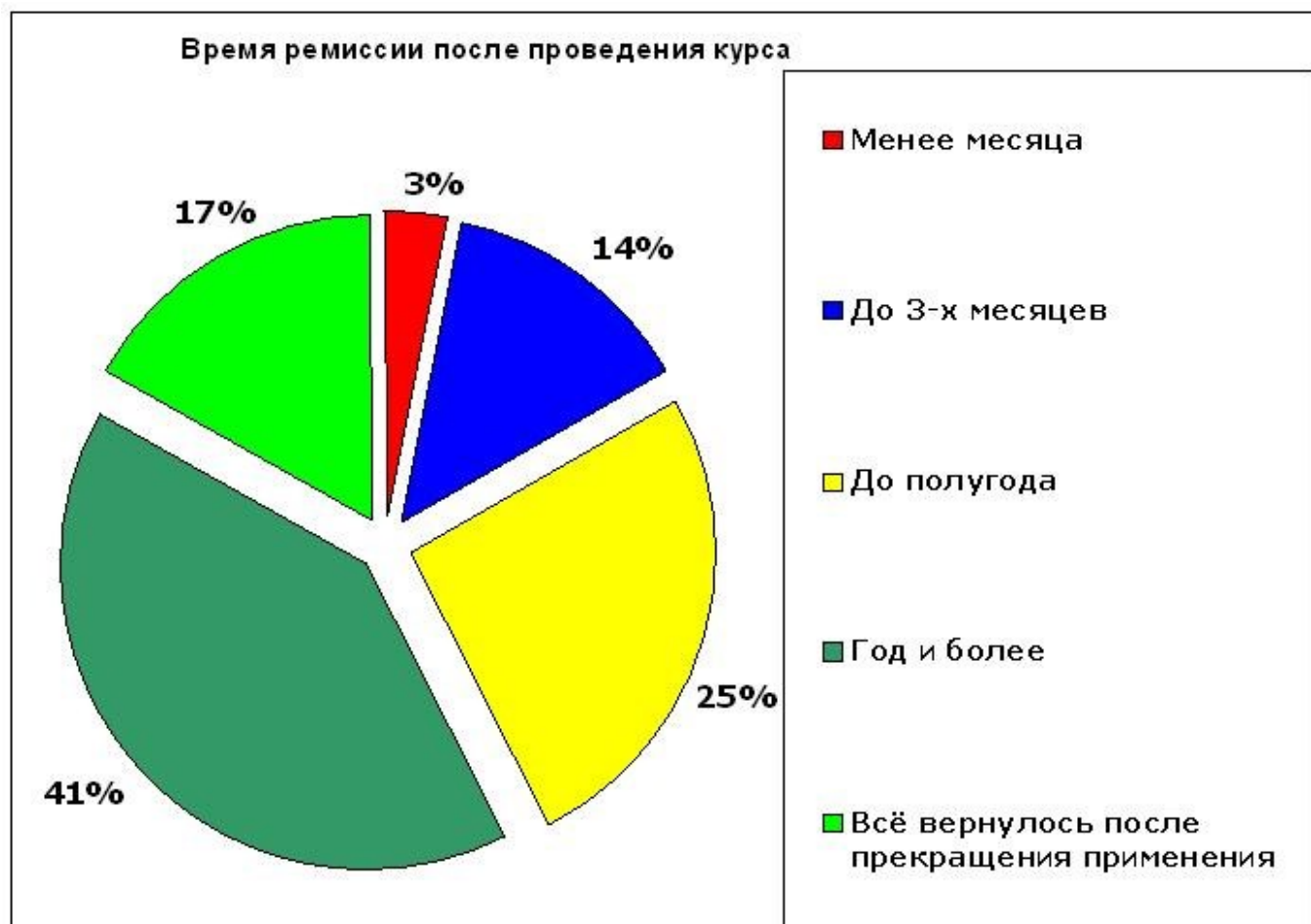
www.psora.net

Время наступления видимого результата



Привыкание к солидоловой мази





www.psc



Мазь Магнисор. Ответы производителя

Авторы: Г.Н. Маринина, В.С. Маринин

Обсуждение в форуме – в теме [“Мазь Магнисор”](#)



От администрации сайта “Псориаз? Давайте лечиться вместе!”.

В связи с массой вопросов, возникающих у участников форума и сайта к производителям мази Магнипсор, мы связались с её производителями – Галиной Николаевной и Вячеславом Сергеевичем Мариниными, которые любезно согласились ответить на часто задаваемые вопросы (FAQ).

Подробнее о лечении – в книге авторов: см. [Раздел 4.4](#), а также [Методика применения...](#)

Состав и сроки хранения

Вопрос: Срок годности, указанный на упаковке, истёк. Можно ли использовать Магнипсор или он более непригоден?

Ответ: Можно использовать, если хранили при температуре 2–6 °С и сохранилась мазевая консистенция, т.е. не отделилась жидкость. Со временем мазь становится более насыщенной. Поэтому пробовать “старую” мазь надо на отдельных местах (бляшках), в случае необходимости – разбавлять жирным детским кремом. Стандартный срок хранения мази в правильных условиях – 9 месяцев с момента изготовления.

Вопрос: Как по составу отличаются разновидности Магнипсора? Почему нужно начинать с базового?

Ответ: Мазевая основа Магнипсора – жировой солидол. Солидол жировой получают загущением промышленных масел нефтяного происхождения кальциевыми мылами жирных кислот, входящих в состав естественных жиров. Обязательно проводится очистка солидола. Основными действующими веществами (ДВ) этих мазей являются минеральные компоненты, спиртовые экстракты трав, корней растений,

растительные масла и др., наборы действующих веществ различны для разных мазей. Для базовой мази это, в частности, соли (Мёртвого моря и др.), салициловая кислота, масла: чайного дерева, тыквы, облепихи, экстракты: корня лопуха и др., а также прочие ингредиенты (Патент Украины № 88326). Базовый Магнисор является эффективной и наиболее испытанной, начиная с 1993 г., мазью. О применении и отзывы с форума – ниже. Прошлые разновидности мази (Магнисор-С и др.) – более мягкие по действию, чем базовая мазь – применялись только при наступлении устойчивого “привыкания” к базовой мази. С 2016 г. выпуск разновидностей Магнисора практически прекращён.

Вопрос: Содержит ли Магнисор стероидные компоненты?

Ответ: Нет.

Вопрос: Как точно должен выглядеть Магнисор? То, что у меня – пахнет солидолом, тёмного цвета.

Ответ: Да, пахнет солидолом, цвет мази – в широком диапазоне от светло-коричневого до тёмно-коричневого, почти чёрного.

Вопрос: Как точно выглядит упаковка Магнисора, как отличить его от подделки?

Ответ: Упаковка белого цвета, сбоку на ней выдавлено слово МАГНИПСОР, закручивающаяся крышка, цветная этикетка.

Вопрос: Есть разные варианты базового Магнисора, встречались 2 типа – тёмный (почти чёрный) и светлый, или светлокоричневый, чем они отличаются?

Ответ: Цвет базового Магнисора зависит от цвета мазовой основы, т.е. жирового солидола, ГОСТ 1033-79. Этот цвет может варьироваться (см. выше), но действующие вещества не меняются. Эффективность мази от её цвета, запаха и консистенции не зависит.

Вопрос: Обязательно ли хранить Магнисор в холодильнике?

Ответ: Хранение мази в холодильнике удлиняет срок её годности. Если мазь будет использована в течение одной-двух недель, то её хранение в холодильнике не обязательно.

Вопрос: Канцерогенен ли Магнисор?

Ответ: Компоненты (действующие вещества), входящие в состав Магнисора, канцерогенным действием не обладают. Также в составе отсутствуют токсичные компоненты: соединения ртути, мышьяка, соли тяжёлых металлов и т.п.

Вопрос: Как правильно хранить Магнисор?

Ответ: Основным требованием является хранение при температуре 2–6 °С в тёмном месте, т.е. в холодильнике.

Доставка/Заказ

Вопрос: Сделал заказ и мне пришло два сообщения, что заявка принята – так и должно быть?

Ответ: Да, так чаще всего и бывает. Первое сообщение – о том, что ваш заказ получен, второе – просьба представителя подтвердить сведения, указанные в заказе.

Вопрос: Как заказывать разновидности мази и как долго приходится ждать от момента заказа Магнипсора до получения на почте (для центральной части России)?

Ответ: Разновидности мази Магнипсор заказываются так же, как и базовая мазь, только в примечании к заказу указывается требуемая разновидность. Время до получения мази зависит от вашей местности, работы почты, времени года, наличия мази у представителя и др., и составляет около 10–20 дней.

Вопрос: Как провезти мазь через таможенную?

Ответ: Мы с этой проблемой не сталкивались. Мазь переправляется в другие страны поездами, автобусами, авиапочтой и службами доставки (транспортными компаниями); сами её через границу не провозили.

Вопрос: Что делать, если нет представителя в моём городе/регионе/стране?

Ответ: Если возможности приобрести мазь у представителя нет, то её можно заказать по почте с [Формы заказа](#) на нашем сайте.

Лечение

Вопрос: Как долго нужно применять Магнипсор?

Ответ: Применять необходимо до тех пор, пока бляшки не “уйдут” устойчиво, т.е. пока не останутся белые или пигментированные следы (пятна) без шелушения. Закрепляя результаты лечения, желательно промазать эти следы ещё 1-2 недели. Продолжительность “ухода” бляшек составляет от нескольких недель до нескольких месяцев, подробнее о лечении – [здесь](#).

Вопрос: Можно ли комбинировать мазь с другими препаратами?

Ответ: Нет, этого делать не следует. Подробнее см. ниже в тексте ответ на вопрос “Можно ли вместе с лечением Магнипсором принимать внутрь лекарственные препараты, биодобавки или витамины?”. Допустимо совмещать применение мази лишь с наружными индифферентными мазями и с антигистаминными препаратами.

Вопрос: Нет возможности соблюдать диету, будет ли эффект от применения Магнипсора?

Ответ: Будет, но более замедленный.

Вопрос: Можно ли применять Магнипсор под повязку, это не вредно?

Ответ: Повязки (из натуральных тканей) можно применять в заключительной фазе лечения, если бляшки “уходят” плохо, т.е. очень медленно. Держать не более трёх часов, или как подскажет тело.

Вопрос: Зуд при применении Магнипсора – это нормально?

Ответ: В начальной фазе лечения это нормально, затем зуд должен постепенно стихать.

Вопрос: Как долго будет держаться зуд после начала применения?

Ответ: Стандартно: первые 3 дня зуд может быть сильным, затем становится терпимым, к концу 3-й недели обычно стихает.

Вопрос: После смывания Магнипсора зуд усиливается – это нормально?

Ответ: Зуд усиливается от контакта с водой, которая “сушит” кожу. Желательно после душа использовать детский крем (жирный). Для облегчения зуда можно применять обтирания тела «уксусной водой»: 1 ст.л. уксуса на 0,5 л кипячёной воды.

Вопрос: Можно ли применять Магнипсор беременным/кормящим женщинам?

Ответ: Нет, этого делать не следует. Дело не в токсичности компонентов (их в составе Магнипсора нет), а в повышенной предосторожности, а также в мощном влиянии на течение псориаза гормональных перестроек организма женщины в эти периоды (т.е. лечение будет по сути бесполезным).

Вопрос: С какого возраста можно применять Магнипсор у детей?

Ответ: С 14 лет. Для детей 7-13 лет рекомендуются мази “послабее” (например, мазь по прописи Рыбакова).

Вопрос: Можно ли применять Магнипсор для лечения экземы и других кожных заболеваний?

Ответ: Нет. Мазь предназначена для лечения псориаза.

Вопрос: После курсов лечения гормональными мазями/кремами и перед началом применения Магнипсора, как написано в книге авторов, необходимо сделать перерыв. Какой продолжительности он должен быть?

Ответ: Обычный перерыв составляет 10-15 дней, в зависимости от продолжительности лечения наружными средствами, содержащими стероиды (в т.ч. скрин-кап), их концентрации и силы действия.

Вопрос: Что делать при обострении псориаза (в том числе во время лечения)?

Ответ: На основании нашего опыта, простой и в то же время достаточно действенной методикой снятия обострения является следующая ([здесь](#), в нижней части страницы).

Вид бляшек/пятен

Вопрос: Поражённые участки покраснели как от ожога, шелушатся меньше, но чешутся сильнее – это нормально?

Ответ: Нормально, хотя обычно после нанесения мази на бляшки зуд продолжается несколько минут, затем проходит.

Вопрос: Некоторые пятна явно посветлели и стали как бы “ниже”, говорит ли это о положительном эффекте?

Ответ: Да.

Вопрос: После схода пятен кожа гладкая, но всё равно немного шелушится. Это нормально? Можно ли прекращать применение Магнипсора?

Ответ: Применять до тех пор, пока перестанет шелушиться.

Вопрос: После загара на солнце тёмные пятна, оставшиеся после Магнипсора, ещё сильнее потемнели, что делать?

Ответ: Использовать отбеливающие кремы.

Вопрос: В “Методике применения” указано, что пигментные пятна остаются либо белые, либо тёмные (пигментные), а у меня розовые, и после контакта с водой становятся красными. Что делать?

Ответ: Продолжать мазать, т.к. описанное в методике состояние не достигнуто.

Вопрос: После смывания Магнипсора бляшки вместо красно-жирных становятся бело-шелушащимися, и в местах, где их много, кожа стянута и болезненна, это ожидаемый эффект?

Ответ: Да, это эффект от контакта с водой. Рекомендуется после смывания мази смазать бляшки жирным детским кремом или снова нанести Магнипсор (если есть такая возможность).

Вопрос: После начала лечения появились новые высыпания. Лечение “через обострение” – это нормально или следует прекратить применение Магнипсора?

Ответ: Такое возможно, например, как следствие “синдрома отмены” предыдущих сильнодействующих средств (гормональных препаратов, ретиноидов, цитостатиков и др.). Однако если новые высыпания идут интенсивно, то применение базового Магнипсора необходимо прекратить и перейти (как варианты) на индифферентные мази или разновидности Магнипсора, которые являются не такими “сильными”.

Длительность применения

Вопрос: Как часто можно мазаться и как долго держать Магнипсор?

Ответ: Мазать необходимо 1 или 2 раза в день. Наносить мазь тонким слоем, не одеваться 15-20 мин., пока основная часть мази не впитается. Принимать душ не ранее чем через 6-8 часов после намазывания.

Вопрос: Через какой промежуток времени можно судить о том, что мазь действует или не действует?

Ответ: Обычно бляшки бледнеют через 3-4 недели. В период обострения, а также на трудноуходящих или дежурных местах эффект может наступить через 6-8 недель. Уплотнение бляшек – индикатор начала их “ухода”.

Вопрос: Те пятна, которые побелели, более не краснеют и не шелушатся, можно Магнипсором больше не мазать? Либо продолжать до исчезновения пигментных пятен?

Ответ: Мазать необходимо до тех пор, пока бляшки после купания уже не розовеют (не имеют

бледнорозового оттенка). Белый или пигментный след – признак того, что бляшка “ушла” и можно это место больше не мазать. Хотя, как уже говорилось выше, закрепляя результаты лечения, желательно промазать эти следы ещё 1-2 недели.

Вопрос: Как выглядит привыкание?

Ответ: Видимый эффект не наступает более двух-трёх месяцев.

Вопрос: Стоит ли начинать применение Магнисора, пока высыпания только начинают появляться или он рекомендован лишь для случаев обострения?

Ответ: В первые дни при обострении рекомендуются индифферентные или слабые мази. Магнисор можно применять при любой стадии заболевания, в том числе и во время обострения, однако при обострении эффект наступает значительно позже. Если наблюдается сильный зуд, можно сочетать Магнисор с жирным детским кремом.

Способы применения

Вопрос: Будет ли лучше эффект, если совмещать применение Магнисора с походами в солярий?

Ответ: Не рекомендуется совмещать применение Магнисора с другими методами и средствами. При неосторожном использовании солярия возможна обратная реакция. Если же дозировка солярия выбрана оптимально (это во многом дело случая), то эффект наступит быстрее, но ремиссия, как правило, будет короче.

Вопрос: Можно ли совмещать пребывание на солнце и Магнисор?

Ответ: Можно, однако солнцем не злоупотреблять.

Вопрос: Влияют ли на действие Магнисора согревающие или охлаждающие компрессы?

Ответ: Оклюзивная повязка усиливает действие Магнисора. Согревать или охлаждать её не нужно. И повторим сказанное выше: повязку можно применять в заключительной фазе лечения, если бляшки медленно уходят. Повязку держать не более 3-х часов, или как подскажет тело.

Вопрос: Должны ли все бляшки реагировать одинаково на применение Магнисора?

Ответ: Не обязательно. Однако практически все бляшки должны отшелушиваться и уплощаться. Степень зуда может быть разной (бывает, что зуда вообще нет), а также может быть разным время “ухода”. Это время в основном зависит от места локализации бляшки и индивидуально для организма больного (как правило, “уходит” сверху вниз, от головы к ногам, в редких случаях – снизу вверх).

Вопрос: Можно ли вместе с лечением Магнисором принимать внутрь лекарственные препараты, биодобавки или витамины?

Ответ: Это не рекомендуется, так как употребление внутрь лекарственных препаратов, БАДов, витаминов может вызвать обострение – такие случаи наблюдаются довольно часто. Вообще существует одна из гипотез, что псориаз может являться своего рода “защитной реакцией” организма на различного типа

интоксикации – медикаментозную, пищевую и многие другие, развитие которых малопредсказуемо (более подробно эти вопросы рассмотрены в нашей [книге “Лечение псориаза”](#)). И при наиболее мощных триггер-факторах – т.е. стрессовых ситуациях и психических травмах – организм также вырабатывает токсины (аутоксины) специфических видов. Кроме того, при совмещении нескольких различных средств впоследствии трудно определить, что именно дало решающий вклад в успех лечения.

Вопрос: Как эффективнее наносить мазь: втирать, просто наносить тонким слоем или накладывать большие куски?

Ответ: Наносить тонким слоем, слегка втирая.

Вопрос: Вредно ли оставлять Магнисор на длительное время (несколько часов)?

Ответ: Нет. Мазь впитывается в кожу.

Места поражения

Вопрос: Влияет ли Магнисор при применении на голове на выпадение волос?

Ответ: В очень редких случаях. Если такое и происходит, то после курса лечения волосы всегда восстанавливаются.

Вопрос: Можно ли применять Магнисор на лице?

Ответ: Можно, но лучше одновременно с жирным детским кремом, чтобы кожа лица не так краснела.

Вопрос: Можно ли лечить ногти Магнисором и как?

Ответ: Можно мазать ногти, но мази трудно проникнуть через ногтевую пластину к очагу поражения, находящемуся обычно под пластиной. Однако когда псориазические проявления уходят при наружном лечении на остальных участках тела, то и состояние ногтей, как отмечали многие, улучшается.

Качество жизни

Вопрос: В инструкции написано, что мыться нужно один раз в три дня. Имеется в виду мытьё всего тела или просто смывание мази?

Ответ: Мыться надо в том режиме, к которому вы привыкли. Можно каждый день, можно раз в три дня. Однако лучше мыться реже, не пересушивая кожу.

Вопрос: Как мазаться 2 раза в день? Например, если намазался с утра, то перед тем как мазаться вечером, нужно повторить мазь или как-то поверх нанести?

Ответ: К вечеру мазь впитается и мазь наносится уже на сухую бляшку.

Вопрос: Чем можно отстирать Магнисор?

Ответ: Хорошим порошком и горячей водой.

Вопрос: Чем лучше всего смывать Магнисор с волос?

Ответ: Обычным шампунем.

Вопрос: Есть ли варианты Магнисора без характерного запаха?

Ответ: Нет. Все разновидности мази – на солидоловой основе.

Маски Ами при псориазе на голове

Автор: участник форума **Ами**

Обсуждение в форуме – в теме [Маски Ами при псориазе ВЧГ](#) (откроется в новом окне)



Я уже как-то сообщала, как своей ремиссии добилась. Голову мазать надо систематически, пунктуально, не от случая к случаю. Похоже, что от разовых или недолгих воздействий псориаз может и усилиться. У меня хорошие волосы, не короткие – где-то до лопаток. Мою чаще всего каждый день.

До мытья намазываю чем-либо полезительным кожу головы обязательно. Дорогие покупные средства давно уже не применяю.

Основа моей маски (основа должна быть густой):

- или МАСКА (бальзам) для кожи головы (можно дешёвый, например, из серии “Советы Агафьи”),
- или СМЕТАНА (в нее для лучшего эмульгирования каплю бальзама лучше все-таки добавить),

- или вообще КРЕМ для рук, нежирный (без вазелина-ланолина).

У меня на алоэ нечто вроде аллергии а другим, наверное, кремы с алоэ очень даже подойдут. Ещё иногда добавляю мёд, чтобы погуще было. Яичный желток – чтобы пожиже... Немножечко касторки можно. Поначалу добавляла соль (чуть-чуть) или даже мочевины (чуть-чуть), для кератолитического действия. Потом это стало не нужно. Можно добавить крем с фруктовыми кислотами (вероятно, высокая концентрация АНА может повредить поверхность волоса, но зато лишнюю сухую кожу снимает).

В качестве лечебной добавки – лучше всего ДЁГОТЬ (березовый, каменноугольного не найти). От пары капель до пары чайных ложек. Я применяла его очень долго – никакого вреда не заметила. Конечно, по мере улучшения ситуации от дёгтя нужно отдыхать – всё-таки пахнет, гад... Чтобы нейтрализовать запах дёгтя – добавляю несколько капель эфирного масла.

А потом уже, для поддержания эффекта, ВМЕСТО ДЁГТЯ эфирные масла использовать стала. Например, масло чайного дерева (только оно сушит – надо добавить ещё растительное маслице типа жожоба или оливкового). Розмариновое масло, масло розового дерева, бергамотовое, пихтовое (осторожно). Ну и/или экстрактивные масла – масло череды, зверобойное масло, чистотеловое масло, масло софоры... Но самое важное поначалу – дёготь.

Все компоненты должны быть смешаны в однородную сметанку. Бальзам для волос и какой-либо крем смешивать нельзя – створожится хлопьями. Если смесь без дёгтя, то для однородности можно добавить капельку шампуня.

Намазываю полученную смесь на кожу под волосами густо (по линии роста волос тоже). Надеваю шапочку. Без пакета, просто шапочку лыжную. Есть возможность – оставляю на ночь... Нет возможности – на час-два-три. Но каждый Божий день, за редкими исключениями. Псориаз – это образ жизни.

Смываю сначала дешёвым шампунем для жирных волос, потом ополаскиваю водой с уксусом (чтобы не было запаха), вода должна быть довольно кислой на вкус. Потом ещё раз намыливаю дорогим шампунем – красы ради. Уксус на волосах не оставляю. Бальзамчик на кончики волос. И сушу феном. Даже когда вначале была шелуха – она смывается, её не приходится вычёсывать или как-то терпеть потом.

В результате – псориаз на голове удаётся или полностью извести (уже года 3 как), или сдерживать его заметные проявления.

Что касается линии роста волос – чем-нибудь жирненьким смазать и в солярий. Постепенно проходит. Тело более упорно. У меня вообще очень “медленный” псориаз – сам по себе не уходил никогда.

Да, ну и ещё я совсем не ем картошку, помидоры (паслёновые), болгарский перец и хлеб, уже давно, свинину тоже не ем.

Уточню, что **ремиссия на голове у меня уже примерно 3 года**. Но я не испытываю судьбу и не бросаю то, что мне помогло (тем более что пару раз за ушками под волосами всё-таки пробовало что-то появиться), разве что все реже и реже применяю дёготь (и никогда не использовала его без разведения в чём-либо смягчающем).

Достигла я ремиссии не быстро (за 2-3 месяца), поначалу надеялась лишь на косметический эффект – на тёмных волосах каждая перхотинка очень заметна. Я раньше очень мучилась с этим... Так вот очистка кожи под волосами заметна с первого же применения, если дёгтя добавить всё-таки не очень мало.

ВСТАВКА от форума:

Часто задаются вопросы о **конкретных** составах масок Ами. Приведем 3 проверенные пропорции, давшие хорошие результаты. Эти пропорции опробованы участниками форума, но вообще каждый подбирает пропорции для себя сам, особенно в отношении количества дёгтя.

Пропорции таковы (вместо маски или бальзама “Рецепты/советы Агафы” можно использовать сметану):

1) **Stator**: 250 г маски д/волос “Рецепты Агафы” + 2-3 чайных ложки дёгтя.

2) **HEL-LENA**: 2 стол. ложки сметаны + 2 чайных ложки дёгтя + 1 стол. ложка кастор. масла.

3) **Saflora**: 2 стол. ложки бальзама от Агафы + 1 стол. ложка дёгтя + 1 стол. ложка кастор. масла.

“Размешиваешь всё, мажешь в корни волос тщательно, укрываешь (лучше мешком д/мусора) на несколько часов” (рекомендация от **Stator**).

Участник форума **Myshka**) : А у меня основа – другая маска для волос. Опытным путем проверила, что мне не все маски для волос подходят. От некоторых волосы клочьями вылазили. Остановилась на двух: **1)** “Восстанавливающая бальзам-маска репейная” фармацевтическая фабрика НПО “Эльфа”. Первое время, когда голова пересыхала после смывания дёгтя, я ею смазывала голову, пока еще влажная, и оставляла не смывая – хорошо увлажняет. **2)** “Кера-нова” – интенсивный укрепляющий бальзам-кондиционер для нормальных волос с серой глиной. **Дёгтя добавляю процентов тридцать**, дополнительно ещё – когда касторку, когда льняное масло. Если масла немного, то смывается с первого раза. Ещё заметила, что лучше всего смывают шампуни с дёгтем, в состав которых входит салициловая кислота. Покупаю недорогой “Алгопикс”.

Кстати, для девушек: иногда я пользуюсь хной, и при обострении псориаза тоже пользовалась. Только бесцветная хна мне как-то не очень подошла, я смешиваю обычную (красную) и бесцветную. Добавляю еще ЧИСТОТЕЛ измельченный (сухую траву), ну и что есть под рукой – зелёный чай, например, из пакетика высыпаю. Порошок из хны и травы заливаю кипятком, добавляю немножко масла (лучше масло жожоба), каплю бальзама для волос и тот же ДЁГОТЬ аптечный (с чайную ложку). И намазываю обычным способом (на кожу под волосами, сверху полиэтилен, шапочка, надолго), благо волосы черные, и рыжина на них не видна. Потом смывать с шампунем, ополаскивать с добавкой уксуса или лимонного сока – отбивает запах дегтя. А вот на теле деготь так не действует, насколько помню.

А ещё – когда-то мне врач выписывал для головы (и только для головы) белую ртутную мазь. Действительно, шелуха исчезает – вот только смыть мазь с волос очень и очень сложно. А для меня причёска важнее. Да и пользоваться ртутной мазью по понятным причинам можно только недолго. А наши проблемы – долгие.

А также моё мнение: нельзя допускать образования “корочек” (тем более шлема) на коже под волосами – при их отдираании (расчёсывании) так или иначе идёт травмирование, и провоцируется обострение.

Всем желаю удачи!

Эфирные масла в лечении псориаза

Автор: участник форума **аргус**

Обсуждение — в теме форума [«Масла при псориазе»](#) (откроется в новом окне).

Интересной и весьма действенной альтернативой медицинским методам лечения псориаза является лечение натуральными эфирными маслами, а для физиотерапевтических и климатических методов натуральные эфирные масла являются фактором, усиливающим воздействие на псориаз.

Когда вы погружаетесь в поиски информации о лечении натуральными эфирными маслами, вы очень быстро оказываетесь перед внушительным списком, как правило, начинающимся словами «При лечении псориаза помогают....». Что делать с этим списком – непонятно. То ли схватить всё сразу в первой попавшейся аптеке, быстренько всё перемешать и на себя вымазать, то ли брать по одной позиции списка и последовательно испытывать на самом доступном белом кролике – на себе, что подействует, а что нет. Ни того, ни другого мы вам порекомендовать категорически не можем, так как оба пути тупиковые и, мягко говоря, небезопасные для вашего здоровья.

Первое, что вы должны осознать, глядя на этот список, что с эфирными маслами абсолютно та же история, что и с любыми другими лекарственными средствами по отношению к лечению псориаза. Во-первых, помогают они адресно и не всем, то есть кому-то подойдет просто эфирное масло чайного дерева, а кому-то придется составить более сложную комбинацию эфирных масел. Во-вторых, как и лекарственные средства, натуральные эфирные масла имеют показания и противопоказания. Ну и, в-третьих, наверное, нет такого рынка на нашей планете, где бы с таким азартом не подделывалась продукция. Так что осторожность и ещё раз осторожность.

Несомненное преимущество лечения натуральными эфирными маслами в том, что небольшие изменения в исходной рецептуре дают практически новое лечебное средство и привыкания, как со многими другими средствами, столь обидного и неприятного, не происходит. Кроме того, несмотря на весьма и весьма приличную стоимость, часто оказывается, что в итоге стоимость данного вида лечения не превышает, а иногда и существенно ниже стоимости лечения дорогими препаратами и таинственными мазями и кремами из кучи медицинских и псевдомедицинских центров, расплодившихся вокруг якобы «помощи» нам, болезным.

Первое, на что хочется обратить ваше внимание – это на качество. В натуральном эфирном масле от 50 до 3000 соединений, и каждое из них несет в себе долю воздействия на наш организм. Эти соединения, как детский конструктор, очень точно подходят под рецепторы наших органов обоняния. Но если их заменить синтетическими, мы получим китайский конструктор низкого качества, когда ароматические вещества не могут попасть куда надо и прицепиться к нашим рецепторам, отчего возникает диссонанс, удивлённый орган обоняния посылает сигнал тревоги в головной мозг, головной мозг ещё больше удивляется и на всякий случай предпочитает послать сигнал мигрени своему неразумному носителю или отключить на время рецепторы обоняния. Ни о каком лечебном воздействии тогда даже речи не идёт. Речь идёт о минимизации ущерба, нанесенного синтетическим ароматом. Так что для наших целей подходят только натуральные эфирные масла.

Выбор натурального эфирного масла

То, что часто продается в аптеках под видом натурального эфирного масла, в лучшем случае разбавленная болтушка, а в худшем — синтетический аналог, в выпуске которых идет чуть ли не соревнования между производителями. Синтетический налог дешёв в производстве, придать ему похожий внешний вид труда тоже не составляет, осталось добавить красивую упаковку — и любой человек, никогда в жизни не нюхавший ту же лаванду, не сможет отличить натуральное эфирное масло от его синтетического аналога. Надпись на упаковке «натуральное эфирное масло», увы, не спасает, а надписи типа «эфирное масло», «эфирное масло для косметического использования, для ароматизации помещений, для бани» и т.п. — не

подходят ни в коем случае. Можно даже без дорогостоящей экспертизы сказать — это не натуральное эфирное масло.

Итак, вы стоите перед вожделенными флакончиками. Первое, на что обратите внимание — на упаковку. По международным стандартам натуральные эфирные масла упаковываются в небольшие флаконы из темного стекла. Не из пластмассы, а именно из стекла. Объем флаконов, как правило, 10 мл, но для дорогостоящих масел объемы бывают и меньше — 5 мл, 2 мл. Как правило, упаковка хорошего масла неброская, и на ней обязательно должна быть указана следующая информация: надпись «100% натуральное эфирное масло», иногда присутствует надпись «для профессиональной ароматерапии», ботаническое название растения по латыни, из которого масло получено, срок годности, название страны-производителя, а у продавца должен быть сертификат соответствия качества страны-производителя. Если масло разбавлено, должно быть указано наименование, в каком именно масле разбавили и процентное соотношение масел.

Уважающие себя и покупателя продавцы всегда имеют стенд, на котором можно понюхать выбранную продукцию. Конечно, на запах не так просто определить качественную продукцию, однако если вам показалось, что запах чересчур резкий и выпирающий, если почувствовали что-то жирное, прогорклое или кисловатое — перед вами синтетическое, полусинтетическое или разбавленное жирным маслом творение. Не будет лишним попросить продавца нанести одну каплю на пробник, понюхать его, вторую нанести на другой пробник минут через 30 — запахи должны различаться. Если изменилась лишь интенсивность запаха — значит, это подделка, а вот если в запахе появились новые нотки, или вам показалось, что он вообще изменился — перед вами скорее всего натурпродукт. Если запах вам неприятен — это не означает, что перед вами синтетический или полусинтетический аналог. В конце концов, людям нравятся совершенно различные запахи.

А вот тест жирного пятна, который заключается в том, чтобы нанести на бумагу эфирное масло и посмотреть, не останется ли там жирного пятна после испарения, очень удобен и в большинстве случаев срабатывает, но есть масла, у которых это пятно в норме присутствует (сандал, мирра и др.).

Есть более точные тесты, которые в принципе можно провести в домашних условиях. В магазинах, конечно, это не очень удобно. Если у вас есть хорошее полированное стекло, например, стёклышко для микроскопа, поместите его на чёрную поверхность (бумага, ткань) и капните воды столько, чтобы она равномерно распределилась по стеклу. С помощью дозатора или пипетки капните несколько капель эфирного масла на воду — вокруг капли эфирного масла не должно быть никакого помутнения, наличие его означает, что в данном продукте содержится спирт, таким маслом лечиться нельзя. Для второго теста вам понадобится медицинский спирт. На 5 мл спирта капаете 10 капель эфирного масла, не должно быть мути и жирных пятен; а если есть, мы также не можем использовать такое масло для лечения.

Натуральные эфирные масла — достаточно дорогое удовольствие. Попробуем свести к минимуму вероятные ошибки выбора и постараемся логически вывести необходимые нам для лечения эфирные масла. Итак, у нас есть список эфирных масел, лечебные свойства которых теоретически подходят к лечению псориаза.

1. Список натуральных эфирных масел, применяемых для лечения псориаза кожных покровов, псориаза ногтей, псориаза волосистой части головы, псориатического артрита

Таблица 1. Эфирные масла, применяемые для лечения псориаза кожных покровов (ПКП), псориаза ногтевых пластин (ПНП), псориаза волосистой части головы (ПВЧГ), псориазического артрита (ПА) (весьма ориентировочный список)

ПКП	ПНП	ПВЧГ	ПА
Бергамот	Бергамот	Базилик	Базилик
Герань	Герань	Бергамот	Гвоздика
Душица	Корица	Вербена (особенно при жирной коже головы)	Герань
Жасмин	Лаванда	Герань	Душица
Иланг-Иланг	Лемонграсс	Ель (особенно при жирной коже головы)	Ель
Иссоп (особенно при мокнущих пятнах)	Лимон	Иланг-Иланг	Жасмин
Каяпут	Мандарин	Кедр	Имбирь
Кедр	Мирра	Лаванда	Камфора
Лаванда	Мускатный орех	Мелисса (особенно при жирной коже головы)	Каяпут
Мирра	Пачули	Мирра	Кедр
Мирт (особенно при жирной коже)	Петитгрейн	Можжевельник (особенно при жирной коже головы)	Кориандр
Морковь	Пихта	Мускатный орех	Корица
Мята	Ромашка	Петитгрейн	Лаванда
Нероли	Тимьян	Пихта	Майоран
Пальмароза	Туя	Розмарин	Можжевельник
Пачули	Чайное дерево	Ромашка	Морковь
Петитгрейн		Сандал	Мускатный орех
Пихта		Сосна	Мята
Роза		Тимьян	Наули
Розовое дерево		Туя	Пихта
Ромашка		Чайное дерево	Розмарин
Сандал		Шалфей	Ромашка
Тимьян			Сосна
Туя			Тимьян
Чайное дерево			Туя
Шалфей (в стадии ремиссии)			Чайное дерево
Эвкалипт			Чёрный перец
			Шалфей
			Эвкалипт

2. Первое сокращение списка эфирных масел

Убираем из этого списка эфирные масла, которые нам не подходят по состоянию здоровья и противопоказаниям.

Таблица 2. Ограничения на применение натуральных эфирных масел

Эфирное масло	Противопоказания
Базиллик	Индивидуальная непереносимость, нарушения сердечного ритма, постинфарктные состояния на срок до 3-х месяцев, тромбоз, повышенная свертываемость крови, гипертония, эпилепсия, беременность
Бергамот	Индивидуальная непереносимость, детский возраст до 5 лет, не наносить на кожу перед выходом на солнце (не менее чем за 1 час)
Вербена	Индивидуальная непереносимость, ранние сроки беременности (до 16 недель), угроза прерывания беременности, не использовать перед выходом на солнце
Гвоздика	Индивидуальная непереносимость, беременность, детский возраст до 14 лет, гипертония, повышенная нервная возбудимость
Герань	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, детский возраст до 7 лет, пониженное содержание сахара в крови
Душица	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, постинсультное состояние до 3 мес., ишемическая болезнь сердца, гипертония, повышенная свертываемость крови, гиперацидное состояние (воспалительное заболевание слизистой оболочки желудка), повышенная кислотность желудочного сока
Ель	Индивидуальная непереносимость, беременность
Жасмин	Индивидуальная непереносимость, беременность, гипотония
Иланг-Иланг	Индивидуальная непереносимость, эпилепсия, до 4 месяца беременности, детский возраст до 12 лет, гипертония
Имбирь	Индивидуальная непереносимость, эпилепсия, до 4 месяца беременности, детский возраст до 7 лет, гипертония
Иссоп	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, предрасположенность к мышечным судорогам, повышенная свертываемость крови
Камфора	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, гипертония, сердечная аритмия, плохая свертываемость крови, острое состояние при бронхиальной астме, ранний детский возраст
Каяпут	Индивидуальная непереносимость, беременность
Кедр	Индивидуальная непереносимость, беременность, гипертония, гипертония
Кориандр	Индивидуальная непереносимость, беременность, тромбоз, высокая свертываемость крови, инфаркт миокарда в острой стадии, постинсультные состояния
Корица	Индивидуальная непереносимость, беременность, гипертония, нервное истощение, курс химиотерапии
Лаванда	Индивидуальная непереносимость, беременность до 16 недель, малокровие, при приеме йодосодержащих и железосодержащих препаратов
Лемонграсс	Индивидуальная непереносимость, беременность, гипертония, детский возраст до 7 лет, повышенная нервная возбудимость
Лимон	Индивидуальная непереносимость, гипотония, курс химиотерапии, не наносить на кожу перед выходом на солнце (не менее чем за 1 час)
Майоран	Индивидуальная непереносимость, беременность, детский возраст до 5 лет
Мандарин	Индивидуальная непереносимость, эпилепсия, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, не наносить на кожу перед выходом на солнце (не менее чем за 1 час)
Мирра	Индивидуальная непереносимость, беременность

Мирт	Индивидуальная непереносимость
Можжевельник	Индивидуальная непереносимость, беременность, острый пиелонефрит, острый гломерулонефрит, злокачественное течение гипертонии, рак лимфатических сосудов
Морковь	Индивидуальная непереносимость, беременность, не наносить на кожу перед выходом на солнце (не менее чем за 1 час)
Мускатный орех	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, детский возраст до 12 лет, повышенная возбудимость нервной системы, психические заболевания, гипертония
Мята	Индивидуальная непереносимость, период лактации, до 4 месяца беременности, детям до 7 лет с осторожностью и не применять на слизистых
Наули	Индивидуальная непереносимость
Нероли	Индивидуальная непереносимость, беременность до 4 месяцев
Пальмароза	Индивидуальная непереносимость
Пачули	Индивидуальная непереносимость, беременность
Перец черный	Индивидуальная непереносимость, гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастроэнтероколит
Петитрейя	Индивидуальная непереносимость, беременность до 4 месяцев, не наносить на кожу перед выходом на солнце (не менее чем за 1 час)
Пихта	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, склонность к судорогам, острый пиелонефрит, острый гломерулонефрит, декомпенсация сердечной недостаточности, язва желудка
Роза	Индивидуальная непереносимость, курс химиотерапии, беременность до 4 месяцев
Розмарин	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, гипертония, детский возраст до 7 лет, склонность к судорогам, не наносить на кожу перед выходом на солнце (не менее чем за 1 час)
Розовое дерево	Индивидуальная непереносимость, беременность до 4 месяцев, гипотония
Ромашка	Индивидуальная непереносимость, беременность до 4 месяцев, прием гомеопатических препаратов
Сандал	Индивидуальная непереносимость, беременность до 4 месяцев, острый пиелонефрит, острый гломерулонефрит, не стоит использовать флегматикам, детский возраст до 14 лет
Сосна	Индивидуальная непереносимость, гастрит, язвенная болезнь, с осторожностью при повышенном артериальном давлении
Тимьян	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия, чрезмерная активность щитовидной железы, декомпенсация сердечной недостаточности, злокачественная гипертония, заболевания печени и почек,
Туя	Индивидуальная непереносимость, беременность, эпилепсия
Чайное дерево	Индивидуальная непереносимость, с осторожностью при беременности, детский возраст до 6 лет
Шалфей	Индивидуальная непереносимость, беременность, период желаемой лактации, эпилепсия, тяжелая гипертония, острый пиелонефрит, острый гломерулонефрит, склонность к судорогам, не применять одновременно с препаратами содержащими йод и железо
Эвкалипт	Индивидуальная непереносимость, беременность до 4 месяцев, детский возраст до 2 лет

3. Второе сокращение списка эфирных масел. Обонятельная проба

.

Идём к продавцу натуральных эфирных масел с подготовленным списком в кармане, 1,5-литровой бутылкой воды и с небольшой баночкой свежемолотого кофе. Угощать продавца кофе не обязательно, но зато обязательно через 2-3, максимум через 5 обонятельных проб занюхать их кофе – это прочистит ваши замученные обонятельные рецепторы. А воду употреблять по прямому назначению – надо много пить во время обонятельной пробы.

Подготовленный список означает, что вы не только провели аналитическую работу и выяснили, какие именно их эфирных масел вам не подойдут ни в коем случае, но и тетрадочку с таблицей со следующими графами «Нравится», «Нейтрально», «Не нравится». Далее — совместно с продавцом — вам предстоит провести очень важный тест, который чаще называют «обонятельной пробой». Возможно, есть смысл это делать не за один день. Необходимо расслабиться, успокоиться и понюхать предложенный аромат, оценив его по трем критериям:

1. Нравится, приятен, вызывает приятные ассоциации, хочется его ещё нюхать.
2. Нейтрально, не понятно, то ли нравится, то ли не нравится, в целом так ничего особенного, никакой.
3. Не нравится, вызывает отвращение, неприятные ассоциации, омерзтителен, голова заболела.

Попавшие в категорию «не нравится» мы тоже вычеркиваем из нашего списка. Ничего хорошего от ароматов, которые не подходят вашему организму, нам ждать не приходится. Уже на этом этапе значительное количество эфирных масел отпадает. Исключаем дальше. Если есть возможность, капаем на ватную палочку или на носовой платок масло, попавшее в список нейтральных. И нюхаем в течение дня несколько раз по 10-15 минут. Дело в том, что бывает такое явление, как отсроченная реакция непереносимости, она проявится головной болью, головокружением, аритмией, ухудшением самочувствия. Эти масла, естественно, тоже убираем.

4. Третье сокращение списка эфирных масел. Кожная проба

.

Эфирное масло разводится в соотношении 1:1 с любым растительным маслом и наносится на область локтевого сгиба, на предплечье и за ухо. От 12 до 24 часов не моетесь и смотрите – появился ли зуд, раздражение, покраснение, прыщи – всё это признаки аллергической реакции, такое масло вам абсолютно точно не подходит.

В результате мы имеем весьма поредевший список натуральных эфирных масел, подходящих вам для лечения псориаза кожных покровов, псориаза волосистой части головы, псориатического артрита и поражения ногтей. Но что делать, если нет никакой возможности следовать вышеперечисленным шагам, а лечится надо и хочется именно эфирными маслами? Можем в этом случае посоветовать начать с самых нейтральных и относительно безопасных масел. Такие масла, как лаванда, чайное дерево и ромашка – практически не вызывают аллергических реакций и вполне нормально переносятся большинством людей. Во вторую партию закупки обратите внимание на такие масла, как роза, наули, мирра, мирт и другие. Добавляйте не торопясь в свою коллекцию ароматов эфирные масла, приглянувшиеся вам. Совершенно нет необходимости «выбирать» весь список относительно подходящих вам ароматов. По получении натуральных эфирных масел не поленитесь, пройдите полностью историю знакомства с ароматом, проверьте и на обонятельную пробу, и на пробу кожную, это основа вашего безопасного знакомства с эфирными маслами.

Лечебное голодание при псориазе

Обсуждение в форуме — в теме [«Псориаз, лечебное голодание»](#) (откроется в новом окне)

Лечебное голодание — метод альтернативной медицины, заключающийся в добровольном отказе от пищи, а иногда и воды, с последующим облегчённым (диетическим) питанием в течение определённого периода. Метод основывается на ненаучной идее о существовании в организме так называемых шлаков, согласно которой при отсутствии поступающей извне пищи органы пищеварения и связанные с ними системы переходят в режим «восстановления» и очистки.

Замечено, что в течение лечебного голодания глубина дыхания снижается даже без нашего волевого усилия. При голодании в стадии компенсации она самопроизвольно увеличивается почти вдвое. Это происходит автоматически. Конечно, Вы уже поняли, как это важно. Все процессы метаболизма, ферментации и ко-ферментации, усвоения питательных веществ, и десятки других важнейших параметров ведут себя точно так же, как в случае упорнейших дыхательных тренировок! Кислотно-щелочной показатель $\text{pH}(-\lg[\text{H}^+])$ сдвигается в «щелочную область». Этот параметр очень важен в нашем организме, ведь он влияет на течение всех химических процессов и в конечном итоге на гомеостаз — постоянство внутренней среды организма. Гомеостаз является неперенным условием нашего существования. В самых различных ситуациях и условиях, в которые мы попадаем, частота сердцебиения, кровяное давление, вес тела, количество сахара в крови, температура, продукция гормонов и множество других факторов не должны выходить из определённых границ. Пока параметры в норме, мы чувствуем себя отлично, отклонение от нормы ведет к ухудшению самочувствия, а выход за пределы интервала приводит к болезни или даже к наихудшему исходу.

Вот почему большое количество псориазиков использует лечебное голодание как метод, значительно поддерживающий дыхательные упражнения, а порой почти полностью способный заместить их. Они умело продлевают ремиссию и не дают новому обострению осложнить их жизнь и испортить настроение. Хорошо известны и описаны в литературе случаи полного очищения при использовании только лечебного голодания. Согласно нашему опыту, это скорее редкие исключения, чем правило. Не слишком много людей желает фанатично придерживаться лечебного голодания как монотерапии. Большинство очертило свои собственные рамки, и в них комфортно поддерживает себя в хорошей форме после какого-либо из методов лечения.

Что же представляет собой лечебное голодание? Не будет преувеличением утверждение, что школа лечебного голодания в современной России — одна из наиболее тщательно разработанных и экспериментально отточенных в мировой науке. Не стоит проводить аналогии между этим фактом и длинными очередями в продуктовые отделы магазинов в бывшем Советском Союзе. Очередей давно уже нет, а многие тысячи россиян решают сложнейшие проблемы, связанные с их здоровьем, включая псориаз, используя данный метод. Ряд аналитиков считает, что широкое распространение методов лечебного голодания в бывшем СССР в 60-90е годы, наряду с его высокой эффективностью, было продиктовано неудовлетворенностью многих людей качеством так называемого «бесплатного медицинского обслуживания». Конечно, все мы помним, сколько докторов с высочайшей профессиональной квалификацией работали «24 часа в день» и любили пациентов как собственных детей. Однако, все же в большинстве случаев, после часового нервного ожидания в очереди, пациент получал пятиминутную консультацию с уставшим и перегруженным врачом. Частная медицина еще не существовала. Вот почему тысячи пациентов пытались сами позаботиться о своем здоровье, используя метод лечебного голодания.

Большинство из них были хорошо образованы и имели опыт работы с научной литературой. Шаг за шагом, анализируя каждый этап, они приходили к пониманию мельчайших деталей на пути к обретению здоровья. Наиболее прогрессивные лечащие доктора всячески помогали им избежать ошибок. Затем эти широкомасштабные эксперименты были развиты и усовершенствованы во многих исследовательских клиниках.

Наибольшую известность приобрела клиника голодания (на базе городской больницы № 68) московского доктора Юрия Николаева. Книги по лечебному голоданию издавались почти миллионными тиражами. Практически все они содержали научно обоснованные и детальные руководства, что делать, когда и как. После прочтения такой литературы вдумчивый пациент практически не имел сомнений по каждому пункту программы. Если Вы сравните содержание этих изданий с аналогами западных коллег, то почувствуете разницу, как между армейским уставом и любовным романом. В качестве пособия для решения чисто технических задач (что, когда и сколько съесть) оптимально использовать книгу Геннадия Малахова. Четкость и полнота изложения делают её лидером в этом аспекте. К её серьезным недостаткам можно отнести личное увлечение автора восточными мистическими учениями, бывшими в кратковременной моде в середине 80-х, но, с Божьей помощью, не прижившимися на нашей Российской земле. Чтобы добиться серьезных успехов в лечебном голодании и избежать драматических промахов, желательно иметь четкую мировоззренческую позицию в этом оздоровительном методе. Обрести её можно, прочитав труд Александра Алифанова «Очищение через пост». Её автор смотрит на проблему глазами врача с многолетним стажем. Что касается нравственной стороны, то сан священника позволяет ему использовать двухтысячелетний опыт христианского постничества, в отличие от доморощенного подхода оздоровленцев-любителей. Особенно важна для псориазических больных обоснованность методик достижениями современной науки, ведь их заболевание, увы, имеет сложную природу. Но, не смотря на эту сложность, прогресс практически всегда бывает очевиден. Основания для этого следующие:

Первое основание заключается в улучшении действия нашей иммунной системы. Это станет ясно из простого примера. Думаю, каждый из Вас легко припомнит такой период в своей жизни, когда псориаз отступал, и вы имели великолепный результат без приема медикаментов. Обычно это случалось во время удачного отпуска, после хорошего ежедневного сна, ярких положительных эмоций, правильного и регулярного питания и т.д. В этот момент высвобождающихся ресурсов иммунитета бывает порой достаточно, чтобы дать успешный бой грозному заболеванию. Вероятнее всего, эффект достигается за счет подавления незаразного ретровируса. Большинство ученых склоняется к точке зрения, что специфические дефекты работы иммунитета, не позволяющие справиться с задачей по его нейтрализации, как раз и приводят к обострениям. Нетрудно заметить, что классические псориазические обострения случаются как раз поздней осенью и ранней весной — в периоды, когда человеческий организм наиболее подвержен вирусным заболеваниям. Проблемой вторичного характера является повышение уровня патогенной и условно-патогенной микрофлоры на кожных покровах. Псориазические высыпания становятся местом «проживания и питания» этих микроорганизмов, плоды жизнедеятельности которых усугубляют ситуацию. Стабилизация работы иммунной системы достижима и с помощью лечебного голодания, но по несколько иным механизмам. Конечно, это не так весело, как иметь хороший отпуск, но зато результат более устойчив и предсказуем.

Второе основание очевидно каждому. Это нормализация процессов метаболизма. Больные часто жалуются: «Снова проблемы с печенью спровоцировали обострение!». Но, в действительности, связь здесь изначально обратная. Непорядок с кожными покровами оказывает влияние на нашу печень. Большое количество продуктов метаболизма удаляется через кожные покровы. Однако площади, пораженные бляшками, папулами и другими высыпаниями не в состоянии полноценно справляться с этой задачей. И

здесь наша печень приходит на выручку поврежденной коже — берет на себя ее работу. Вывод дополнительных продуктов обмена веществ, по счастью, печень не слишком перегружает.

Не так благополучно обстоят дела с промежуточными продуктами метаболизма, обладающими токсическими свойствами. Усугубляют положение вещества, годами аккумулирующиеся в организме под влиянием приема медикаментов без использования гепатопротекторов (препаратов, защищающих нашу печень), а также являющиеся результатом неправильного питания и различных злоупотреблений. Они уже способны нанести существенный урон нашей печени, а она в свою очередь дает отклик новыми высыпаниями на кожных покровах. Круг замыкается, но выход из него есть. Очевидно, что удаление огромного количества вредных и балластных соединений при голодании дает «новую жизнь» всем системам нашего организма на многие месяцы.

Третье основание, хотя и дополнительное, но весьма ценное. Дело в том, что в течение даже недлительных лечебных голоданий (9-12 дней), независимо от нашей воли, происходит подсознательная гармонизация индивидуальных пищевых пристрастий. На два-три месяца мы становимся абсолютно равнодушны к так называемым «нежелательным продуктам», к которым чувствуем обычно сильную тягу (шоколад, алкоголь, кофеин содержащие продукты, никотин (для курящих) и т.д.). Так выигрывается период времени, когда мы правильно, сбалансировано питаемся, не напрягая свою волю.

Четвертое основание касается такого бедствия нашего столетия, как аллергия. Как часто именно непредсказуемая реакция на неизвестное вещество прерывает ремиссию и приносит немалые огорчения. Постепенный вывод аллергенов из нашего организма эффективно достигается циклами лечебного голодания.

Наконец, пятое основание важно для тех, кого волнуют проблемы избыточных килограммов и лишних калорий. Лечебное голодание устраняет проблему самым естественным и гармоничным путем — нормализацией обмена веществ. Естественно, решение это не вечное, однако в любой выбранный Вами момент с точностью до 1-2 дней Вы всегда сможете достигнуть желаемого веса, если со временем оптимальные для Вас параметры все же будут утрачены. У лиц же, обладающих худощавой комплекцией, как это не парадоксально на первый взгляд, после выхода из лечебного голодания происходит некоторое приращение веса — процессы метаболизма приближаются к норме. Избавление от избыточного веса не только делает нас более привлекательными и подвижными, но, самое главное, облегчает работу буквально всех систем организма. Многие страдающие псориазом отмечали обострения болезни с набором веса и, наоборот, стабилизацию после возвращения его к норме. Очень важно не впасть в крайность переедания после выхода из голодания. Этому должна противостоять стратегия умеренности.

Несмотря на все вышеизложенные основания, сколько всевозможных самооправданий изобретаем мы, чтобы отложить на неопределенное время использование такого мощного оздоровительного инструмента, как лечебное голодание! Практически все они основаны на недоразумениях. Наиболее распространенным является следующее: «Как я могу голодать неделю и больше, ведь стоит мне не поесть полдня, как голова начинает просто раскалываться?» Естественно, ведь просто не поесть полдня нас вынуждают обстоятельства, а целенаправленному голоданию предшествует подготовительный период (как разминка, используемая спортсменами перед тренировкой).

Используя в пищу в течение недели соки, каши и овощи, мы многократно смягчаем неприятные ощущения, связанные с выводом токсинов из организма, делая их практически незаметными. Часто высказывается опасение: «Как я смогу продержаться без еды длительное время? Даже когда я сыт, меня постоянно тянет перекусить!» На самом деле усилия воли требуются лишь в первый и иногда во второй день голодания. Организм, не получая пищи, перестраивается на эндогенный механизм питания и чувство аппетита

исчезает, желание поесть превращается в абстракцию. Ложным также является и мнение, что в период голодания человек не может нормально трудиться, испытывать физические нагрузки, т.к. он «слабеет».

Известно, что в клинике Юрия Николаева пациенты в свободное время порой помогали трудившимся по соседству дорожным рабочим укладывать железнодорожные шпалы, чтобы отвлечься от больничного однообразия. Авторы данной монографии ставили свои личные рекорды по отжиманиям и подтягиваниям именно на 7-12 день голодания или в период выхода из него. Слабость и истощение — это спутники недостаточного питания, когда перехода на эндогенное питание не происходит, а необходимые организму вещества поступают в недостаточном количестве. В момент же полного отказа от пищи многие процессы обмена веществ начинают идти по абсолютно иным путям, высвобождая исполинские ресурсы энергии за счет утилизации балластных веществ.

Есть ли отрицательные черты у лечебного голодания? Естественно, как у любого реально существующего явления, их не может не быть. Однако они весьма незначительны. Это чувство дискомфорта во время так называемых ацидозных очистительных пиков, когда происходит наиболее активный вывод токсичных веществ из организма. Как правило, таких дней бывает всего 2-3 даже за длительный (более 18 дней) период голодания. Если такой день, иногда сопровождаемый чуть повышенной раздражительностью, совпадает с важными делами, можно использовать вместо обыкновенной питьевой воды минеральную (это единственное исключение!) и обрести снова необходимую форму. Никогда не забывайте о ежедневном механическом очищении языка от налёта токсинов, как во время голодания, так и после. Его можно выполнять, например, ручкой зубной щётки. В отдельных случаях при сверхдолгих голоданиях отмечалось ухудшение состояния эмали зубов.

Сверхчастые голодания могут неблагоприятно влиять на функциональные способности ферментной системы. Вот почему оптимально во всех отношениях проводит голодание во время Православных постов (а не в прямо противоположное время, как советует П. Брэгг), уделяя внимание не только нуждам своего тела.

Другим «побочным» эффектом является почему-то замалчиваемый в литературе незначительный запах изо рта, несколько напоминающий ацетон содержащие продукты. Ощущается он только при самом близком контакте. Если у Ваших домашних очень тонкое обоняние, им придется немного потерпеть, когда Вы их целуете в процессе голодания.

Трудно переоценить пользу элементов лечебного голодания. Соедините теперь все это в стройную систему, и Ваши главные враги отступят, а результаты, возможно, превзойдут ожидания!

Источник

Сайт «Антипсориаз» — <http://www.antipsoriasis.ru/>

Психотерапия в лечении псориаза

.

Автор: участник форума **аргус**

Обсуждение в форуме — в разделе [«Психология пациента и психотерапия при псориазе»](#)

Приходящий к психотерапевту человек ждёт чуда. Приходящий к психотерапевту человек, имеющий псориаз, ждёт чуда и ищет надежду. Когда испробовано всё и вся, когда продуманы тысячи причин и

последствий, а долгожданной ремиссии так и не наступает, наш взор всё чаще и чаще обращается к мысли о внутренних проблемах и конфликтах, и о том, что «все болезни от нервов». И вот тут возникает мысль о консультантах в области психологии, об их профессиональной деятельности – психотерапии. Давайте попробуем немного разобраться, что это зверь такой страшный, и чем конкретно он может помочь нам, живущим с псориазом.

Психотерапия – система лечебного воздействия на психику, а через психику – на весь организм и поведение человека.

Любимая фраза многих психотерапевтов: «Человек со здоровой психикой – это не тот, кто не имеет проблем, а тот, кто знает, как их преодолеть и выйти из создавшейся конфликтной ситуации». Соответственно, основное, в чём нам могут помочь психотерапевты – это разобраться с нашими внутренними конфликтами и противоречиями. А зачем нам это нужно и как это может быть связано с псориазом? Вот тут возникает ещё одно загадочное слово – психосоматическое заболевание, к которым регулярно пытаются отнести и псориаз.

Таинственная психосоматика

Психосоматика – наука о взаимосвязях телесного и психического. Красиво, но общо.

Для начала попробуем понять, что же такое психосоматическое заболевание и как оно возникает, тогда нам станет понятно, какой вообще смысл в психотерапевтическом консультировании псориазника. В наиболее общем смысле психосоматические заболевания – это органические расстройства, в отношении которых есть смысл считать, что в их развитии главную роль сыграл эмоциональный стресс.

Очень наглядно зарождение психосоматического заболевания показал Александер. Он сравнил жизнь организма с жизнью нации, в которой есть два экстремальных состояния: война и мир. Война представляет такое состояние дел, при котором организм вынужден иметь дело с непредвиденной ситуацией, а мир – такое, при котором он находится в состоянии отдыха и расслабления, со всей совокупностью физиологических реакций организма. Когда организм настроен на войну, он готовится к борьбе или к бегству: сердце бьётся быстрее, зрачки расширяются, желудочная активность (процесс мирного времени) подавляется, из печени высвобождается накопленный сахар и так далее. Эти активности сопровождаются выделением из надпочечных желез гормона адреналина, интенсифицирующего их действия. Когда организм настроен на мир, отдыхает – например, после сытного обеда, после полового акта, после сна – происходят обратные изменения: сердце бьётся медленнее, желудок продолжает переваривать своё содержимое, кожа приобретает румянец, зрачки сужаются, а в печени откладывается сахар. Эти две фундаментальные реакции готовят организм к действию или к расслаблению.

Но... человеку приходится расплачиваться за приобретённые отличия от животных. Наши братья меньшие живут в вечном настоящем, а вот мы, люди, можем испытывать страх и возмущение и по прошедшим событиям, и по будущим. Одно дело, когда человек сталкивается с реальной опасностью или нуждается в повышенной активности, но когда он разозлен или напуган вчерашними или возможными завтрашними событиями, то, что должно было бы быть экстремальной реакцией, становится реакцией затянувшейся и хронической. Но и этой проблемы нам мало.

Опять же в отличие от животных, человек может рассматривать в качестве экстремальных такие ситуации, в которых опасность угрожает не жизни и здоровью, а таким социально значимым чувствам как гордость и чувство собственного достоинства, во всех трех временных рамках. Мы переживаем, думаем, выдумываем – а организм работает на мир или на войну.

Человек, увидев угрозу, входит в экстремальное состояние — будь то борьба, бегство, словесное

выражение своей враждебности или более конструктивное поведение. Характерной же чертой не совсем нормы является склонность подавлять или сдерживать эти эмоции вместо высвобождения экстремальной реакции (в соответствующем поведении – борьбе, бегстве или конструктивной деятельности), таким образом, никогда не завершая их. Человек с подобной склонностью погружается в постоянное состояние готовности перед лицом угрозы, которая может быть чисто субъективной и никогда не приводит его к каким-либо действиям. В результате описанные выше физиологические изменения могут превратиться из временных экстремальных реакций в постоянные и закреплённые. Такова физиологическая основа психосоматических расстройств.

Как указывает Александер, существует два крайних типа индивидов: те, кто перед лицом опасности склонны отвечать действием и те, кто в сходных условиях, вместо того, чтобы встретить опасность, склонны обращаться за помощью, как беззащитные дети. В первом случае развиваются такие психосоматические заболевания, как повышенное кровяное давление, диабет, артрит, базедова болезнь, головные боли, сердечные боли и т.д. Во втором — расстройства пищеварения, язва двенадцатиперстной кишки, хронический понос, запор, язва желудка и т.д.

Таким образом, многие болезни не являются, как обычно думают, «постигшими» невинного человека несчастьями, поскольку в действительности он порождает их сам — он является активным агентом их возникновения и они выражают черты личности человека, так же как и возникшие симптомы.

Вот мы и добрались до психологического консультирования, как реальной палочки-выручалочки из этого замкнутого круга. Психотерапевт не Бог, но помочь нам разобраться с нашей «войной и миром», научить приемам расслабления, помочь научиться брать на себя ответственность, увидеть наши внутренние конфликты и эмоции, которые они вызывают, помочь прекратить бегать по кругу событие — переживание — мобилизация или уход — событие — всё это психотерапевту вполне по силам. Личностные нарушения имеют серьёзную связь с псориазом. Обратите внимание на эти цифры представленности психических нарушений среди больных псориазом, в % (выборка 400 человек больных псориазом).

Расстройства:

личностные – 46,4

тревожные – 40,1

лёгкие когнитивные – 20,2

депрессивные — 10,7

влечений – 1

(по материалам <http://psori.narod.ru/statyi15.html> ; к сожалению, саму книгу «Псориаз: психологические аспекты» Л.Н. Касимова и др. найти не удалось.)

Уйдёт ли псориаз, если сможем скорректировать обозначенные проблемы? Логично предположить, что чем успешнее будет психотерапевтическая работа, тем меньше у псориаза шансов на внешние и внутренние проявления. Пусть генетика за предрасположенность, пусть социальная среда сформировала специфические черты характера, пусть вокруг одни стрессы и конфликты, но человек может себе позволить такую роскошь, как изменение своего взгляда на мир и на способы реагирования на этот мир – а это уже серьёзное подспорье в исчезновении последствий псориаза.

(Если кому интересен более глубокий взгляд на проблему можете начать с интересных статей по психосоматической медицине и обратите внимание на литературу — [ЗДЕСЬ](#) и [ЗДЕСЬ](#)).

Много списков по взаимосвязи конкретных эмоциональных проявлений с конкретными болезнями, вот один из таких списков, кому интересно посмотрите, один из наиболее полных — [ЗДЕСЬ](#), но нам он в

глобальном масштабе бесполезен, поскольку так и не удалось найти списка с псориазом, может, его найдете вы?

В качестве косвенного подтверждения вышесказанного хочется отметить, что связь обострений с нервными периодами в жизни установлена достаточно чётко как официальной медициной, так и практическим опытом участников форума. Несмотря на это, мало форумчан решилось обратиться за помощью к психологическому консультанту — здесь, видимо, и отсутствие информации о самих психотерапевтах-консультантах, найти хороших не просто, и материальные причины, удовольствие не из дешёвых, и причины, связанные с отсутствием информации о процессах, которые происходят за закрытой дверью таинственных сеансов, и мифы, с этим связанные. С мифами разбираться не будем, давайте сразу заглянем в суть процесса.

Волшебный сеанс или структура процесса психологического консультирования

Рассмотрим самую общую модель структуры консультативного процесса. Эта системная модель, охватывающая шесть тесно связанных между собой стадий, отражает универсальные черты психологического консультирования или психотерапии любой ориентации:

1. Исследование проблем. На этой стадии устанавливается контакт между психотерапевтом и клиентом, без доверия сложно будет куда-то продвинуться в позитивном направлении. Психотерапевт на этом этапе поощряет клиента к углубленному рассмотрению возникших у него проблем и фиксирует его чувства, содержание высказываний, невербальное поведение (жесты, мимика, язык тела).
2. Двумерное определение проблем. На этой стадии консультант стремится точно охарактеризовать проблемы клиента. Уточнение проблем ведется до тех пор, пока клиент и консультант не достигнут одинакового понимания; проблемы определяются одинаковыми понятиями. Точное определение проблем позволяет понять их причины, а иногда указывает и на способы разрешения. Если при определении проблем возникают трудности, неясности, то возвращаются к стадии исследования.
3. Идентификация альтернатив. На этой стадии выясняются и открыто обсуждаются возможные альтернативные решения проблем. Помогает выдвинуть дополнительные альтернативы, однако не навязывает своих решений.
4. Планирование. На этой стадии осуществляется критическая оценка выбранных альтернатив решения. Консультант помогает клиенту разобраться, какие альтернативы подходят и являются реалистичными с точки зрения предыдущего опыта и настоящей готовности измениться. Составление плана реалистического решения проблем должно также помочь клиенту понять, что не все проблемы разрешимы. Некоторые проблемы требуют слишком много времени; другие могут быть решены лишь частично посредством уменьшения их деструктивного, дезорганизующего поведения воздействия. В плане решения проблем предусматривается, какими средствами и способами клиент проверит реалистичность выбранного решения.
5. Деятельность. На этой стадии происходит последовательная реализация плана решения проблем. Консультант помогает клиенту строить деятельность с учетом обстоятельств, времени, эмоциональных затрат, а также с пониманием возможности неудачи в достижении цели, памятуя о том, что неудача — ещё не катастрофа и следует продолжать реализовывать план решения проблемы, связывая все действия с конечной целью.
6. Оценка и обратная связь. На этой стадии клиент вместе с консультантом оценивает уровень достижения цели (степень разрешения проблемы) и обобщает достигнутые результаты. В случае надобности возможно

уточнение плана решения. При возникновении новых или глубоко скрытых проблем необходим возврат к предыдущим стадиям.

Конечно, реальный процесс консультирования значительно обширнее и нередко не подчиняется данному алгоритму, а выделение стадий весьма условна, поскольку в практической работе одни стадии смыкаются с другими, и их взаимосвязь сложнее, чем в представленной схеме. Однако данная схема помогает увидеть закономерности процесса консультирования, как видите, ничего таинственного.

Но, ни одна схема не заменит профессиональной и личной компетенции психотерапевта. И вот теперь важный вопрос:

Каким должен быть психотерапевт-консультант и как его выбрать?

Сейчас немало центров по психологическому консультированию, и немало частнопрактикующих психотерапевтов. Как говорить, реклама пестрит. Однако, стоит ли бросаться по зову рекламы в самый, самый... омут? Как бы это старомодно ни звучало, самый лучший выход, на мой взгляд, — искать себе психотерапевта по рекомендациям друзей и знакомых:

Во-первых, среди психотерапевтов тоже есть специализация; она, конечно, размыта, но за пациентов с психосоматическими заболеваниями берутся далеко не все.

Во-вторых, у «живой» рекомендации вы можете узнать и о стиле работы, и о достигнутых результатах, как минимум в разрезе доволен/не доволен, как нужный вам максимум в разрезе решил/не решил проблемы из интересующей вас области.

В-третьих, у вас появится реальный выбор, пусть из 2-3-х специалистов, о которых вы будете точно знать не мало важную вещь — с вас не возьмут больше денег, чем это необходимо.

Если ситуация терпимая, лучше не торопиться, подождать более подходящего варианта. Хотя есть одна существенная сложность, люди стесняются говорить на тему психологического консультирования. Чаще всего происходит из-за того, что люди боятся показаться слабыми, имеющими неразрешимые проблемы, однако ваша корректность и уважение выбора собеседника обратиться к профессионалам за помощью, способно растопить этот лёд.

Сам психотерапевт должен быть комфортен вам, вызывать у вас доверие, уважение. Возможно, вам будет интересно, что предпринимались попытки выделить свойства личности консультанта для профессионального отбора, конечно, не в России и не в странах ближайших по границе, все-таки психологическое консультирование вне специализированных медицинских учреждений сравнительно недавно пришло на наш рынок.

Вот некоторые из них:

- проявление глубокого интереса к людям и терпение в общении с ними;
- чувствительность к установкам и поведению других людей;
- эмоциональная стабильность и объективность;
- способность вызвать доверие других людей;
- уважение прав других людей, а также
- доверие к людям, проницательность, отсутствие предубеждений, отождествление себя с клиентом, эмпатия и отсутствие собственных серьёзных проблем.

К особо ВРЕДНЫМ для психологического консультанта чертам отнесли:

- авторитарность;
- пассивность и зависимость;
- замкнутость;
- склонность к использованию клиентов для удовлетворения своих потребностей;
- неумение быть терпимым к различным побуждениям клиентов;
- невротическую установку в отношении денег.

Надеемся, что кое-что из вышеобозначенного вам обязательно пригодится при выборе вашего личного психологического консультанта или психотерапевта.

Апитерапия псориаза (лечение продуктами пчеловодства)

Автор: участник форума **FROL**

Обсуждение в форуме — в теме [«Апитерапия»](#)

Апитерапия и апипродукты

Апитерапия (от *лат.* *apis*, пчела) – лечение заболеваний продуктами пчеловодства.

Апитерапия включает терапевтическое использование продуктов пчеловодства (пчелиный мёд, пчелиный яд, маточное молочко (апилак), цветочная пыльца и перга, прополис, пчелиный воск) для лечения различных заболеваний.

Лечение пчелами применялось ещё в древности, и история апитерапии уходит корнями к древним Египту, Греции и Китаю. Египтяне при лечении болезней использовали «пчелиные» мази. Известно, что древнегреческий врач Гиппократ использовал пчелиный яд для лечения артритов и общих заболеваний.

Среди средств традиционной медицины определенное место занимают продукты и препараты пчеловодства с богатым содержанием биологически активных веществ, эффективность применения которых в медицине не вызывает сомнений. Не являясь специфическими лечебными средствами, они тем не менее оказываются эффективными в терапии ряда заболеваний, в том числе и при псориазе. В настоящее время выпускается целый ряд готовых лекарственных препаратов, содержащих продукты пчеловодства.

Все продукты пчеловодства, особенно пчелиный яд и маточное молочко, являются весьма активными веществами. При неправильной дозировке или повышенной чувствительности они могут оказаться токсичными для человека. Назначение этих препаратов требует от врача тщательного предварительного обследования больного и наблюдения за ним в течение всего периода лечения.

Апипродукты — это продукты жизнедеятельности пчелы (пчелиный мёд, прополис, цветочная пыльца, пчелиный яд, маточное и трутневое молочко, пчелиный воск, экстракт пчелиной огнёвки).

Пчелиный мёд — натуральный продукт, вырабатываемый медоносной пчелой из нектара цветущих растений. Пчелы обогащают нектар ферментами, органическими кислотами и другими веществами. Под влиянием ферментов часть сахарозы нектара расщепляется и превращается в глюкозу и фруктозу.

Мёд не идёт в жировое депо. Главной составной частью всех сортов меда являются углеводы (глюкоза, фруктоза, сахароза) в виде виноградного и фруктового сахара. В состав меда входят также ферменты (инвертаза, каталаза, кислая фосфатаза и др.). В мёде содержатся органические кислоты, витамины, белковые, красящие, антибиотические и минеральные вещества. По составу он напоминает плазму крови человека. Из минеральных веществ в мёде обнаружены соли кальция, натрия, магния, железа, серы, йода, хлора, фосфора. Он содержит и микроэлементы (марганец, кремний, алюминий, бор, хром, медь, никель, цинк и др.), играющие большую роль в нормальной жизнедеятельности многих органов и систем организма. Пчелиный мёд — быстрый источник пополнения энергии. Обладает высокими антибактериальными, противомикробными, иммуностимулирующими, противовоспалительными, обезболивающими, противоаллергическими свойствами.

Однако если человек имеет аллергию на мёд, он никогда не должен употреблять ни одного из продуктов пчеловодства, поскольку во многих случаях аллергии на эти продукты могут стать угрозой жизни.

Пчелиный яд (апитоксин) — бесцветная жидкость с резким запахом, образующаяся в жалящем аппарате пчелы-труженицы. Апитоксин имеет сложный состав: белковый комплекс, жироподобные вещества, минеральные соли, аминокислоты, органические кислоты, ферменты и др. Ферменты, входящие в состав пчелиного яда, влияют на проницаемость кровеносных сосудов и состояние клеточных мембран. Пчелиный яд, проникая в организм человека, оказывает обезболивающее, ганглиоблокирующее, противовоспалительное, гипосенсибилизирующее, стимулирующее воздействие на систему гипоталамуса-гипофиз-кора надпочечников-половые железы, усиливает выработку кортикотропина и пр.

Пчелиный яд — мощный иммуностимулятор, он снижает активность аутоиммунного воспаления за счет известного факта активации системы «гипоталамус — гипофиз — кора надпочечников» и выброса в кровь эндогенных кортикостероидов.

Пчелиный яд вводится в организм больного путем непосредственного укола жала пчелы (ужаливания), введением ампульных препаратов, электрофореза, механического втирания мазей, ингаляции или приема под язык. Наиболее распространенными из них являются пчелоужаливания и мазевые лекарственные формы, содержащие пчелиный яд.

Маточное молочко (апилак) — секрет аллотрофических желез пчел, служит для вскармливания личинок, из которых развивается пчелиная матка. Оно представляет собой пастообразную, непрозрачную массу молочно-белого или слабо-коричневого цвета, слегка жгуче-кисловатого вкуса. Состав маточного молочка, которое содержит 22 аминокислоты, приближен к составу грудного материнского молока, содержащего 23 аминокислоты. Апилак — богатый источник глюкозы, фруктозы, липидов, минералов, витаминов, ацетилхолина, эстрогена, прогестерона и др. Отмечено наличие в маточном молочке ряда ферментов, около 15 микроэлементов, а также веществ с гормональным (гонадотропным) действием.

Терапевтическая эффективность маточного молочка, вероятно, объясняется тем, что оно содержит вещества типа биокатализаторов. Апилак является биологическим стимулятором, обладает антиспастическим и тонизирующим свойствами, активизирует ферментативные процессы и обмен веществ в организме, вызывая биохимические и иммунобиологические сдвиги в тканях нейrogenного и эндокринного происхождения, обладает полигормональным и поливитаминным действием. Кроме того, маточное молочко стимулирует продукцию гормонов коры надпочечников (что особенно важно при

псориазе), снижает содержание холестерина в крови и тканях, повышает уровень фосфолипидов, способствует выведению токсических веществ из организма и пр.

Цветочная пыльца (пчелиная обножка), собранная пчелами, представляет собой мужские половые клетки покрытосеменных растений. Она является готовым концентратом различных витаминов, микроэлементов, аминокислот и других биологически активных веществ. Особенно много в ней калия. Богата пыльца также железом, медью, кобальтом, фосфором, магнием, цинком, марганцем, хромом, кальцием, йодом и другими элементами. В ее состав входят незаменимые аминокислоты, которые не вырабатываются в человеческом организме.

Она содержит практически все основные витамины, в том числе каротиноиды, витамины группы В, витамины Е, С, D, Р, РР, К и др. Кроме того из нее выделены флавоноиды, ситостерины и ферменты, играющие важную роль в процессах обмена веществ и регулирующих важнейшие биохимические процессы в организме. Пыльца нормализует деятельность нервной и эндокринной систем, снижает содержание холестерина в крови, стимулирует иммунную систему. Поскольку пыльца содержит витамины, минералы и белки, подобные обычным пищевым продуктам, она полезна при сезонных аллергиях.

Биологическая активность цветочной пыльцы при хранении довольно быстро снижается. Уже через 2-3 месяца после сбора она теряет значительную долю витаминов и ферментов. Смешанная с медом (в соотношении 1:1) и помещенная в холодильник пыльца сохраняется гораздо лучше, но через год все равно почти полностью теряет свои лечебные свойства.

Перга — законсервированная медоферментным составом цветочная пыльца, сложенная и утрамбованная пчелами в соты, и прошедшая процесс молочнокислого брожения.

Пыльцу для лечебных целей отбирают у пчел с помощью специального пыльцеуловителя, устанавливаемого перед летком улья. Оставшуюся обножку пчелы укладывают и утрамбовывают в ячейки сотов, а после этого заливают ее медом. В анаэробных условиях под воздействием ферментов слюны пчел, бактерий и дрожжевых грибов в пыльце возрастает содержание молочной кислоты, которая консервирует смесь пыльцы с медом и превращает ее в пергу. Наравне с медом перга является основным продуктом питания пчел, поэтому ее еще называют «пчелиным хлебом».

Перга — продукт несколько иного состава, чем пыльца. Содержит аминокислоты, витамины, ферменты, является безопасным природным анаболиком. В ней почти в 2 раза больше сахаров и в 2 раза меньше жиров, чем в цветочной пыльце. Сахаров в пыльце — 18%, а в перге — 34,8%, жиров — соответственно 3,33 и 1,58%. Биологически активные вещества разрушаются в перге гораздо медленнее, чем в цветочной пыльце, но для лучшей сохранности ее также лучше смешать с медом (1:1) и поместить в холодильник.

Прополис, также называемый «пчелиным клеем», является липким смолистым веществом, которое собирается пчелами с различных растений. Пчелы используют его для покрытия внутренней части улья. Прополис содержит антибактериальные составы и может быть эффективным как бальзам для лечения кожных заболеваний. Обладает бактерицидным действием — это природный антибиотик с выраженным противоопухолевым эффектом. Снижает уровень холестерина в крови, нормализует микрофлору кишечника.

Методы и средства апитерапии псориаза

Лечение псориаза является трудной проблемой. Обострения его носят нередко сезонный характер, возникают главным образом зимой и весной. Причины (этиология) псориаза до сих пор остаются до конца невыясненными, хотя предполагается роль определенных нарушений иммунной системы или дезорганизации вегетативной нервной системы. Одним из сравнительно эффективных способов лечения псориаза является апитерапия.

Маточное молочко обладает высокой биологической активностью, оказывает бактерицидное действие, нормализует обменные процессы в тканях, обладает антиспастическими и тонизирующими свойствами, полигормональным и поливитаминым действием. Используется в комплексной терапии ряда дерматозов, в том числе и псориаза. Апилак назначается в таблетках по 0,02 г утром и днем после еды под язык до полного растворения, курс 1-2 месяца. В результате терапии апилаком (внутрь, а также наружно, 3% мазью) больных, находящихся в основном в стационарной стадии заболевания, у 88% отмечено улучшение той или иной степени (В. Ф. Корсун, 1982). Осложнения отсутствовали. Маточное молочко также неплохо дополняет лечение прополисом, стимулируя и стабилизируя клеточный иммунитет. Следует помнить, что маточное молочко проявляет побочные явления при повышенной к нему чувствительности (крапивница, нарушения сна). Противопоказано при острых инфекционных заболеваниях, болезни Аддисона и идиосинкразии к препарату.

Пчелиный мёд обычно назначается при псориазе по столовой ложке 2-3 раза в день одновременно с использованием антипсориазного чая из трав (такие чаи описаны в форуме, в темах о фитотерапии). Курс лечения длится 3-8 недель. Для приема внутрь рекомендуется, в частности, ароматизированный розмариновый мед с эфирными маслами *Rosmarinus officinalis* (вербенон) и *Thymus vulgaris* (линалол).

Прополис обладает противовоспалительными, анальгетическими и антисептическими свойствами. Обычно он рекомендуется в природной форме для приема внутрь 2-3 раза в день в течение 3-х месяцев (хорошо разжевать небольшое количество сырого прополиса – на кончике ножа) или в виде мази, а также аэрозолей. Однако больной должен проявлять терпение, поскольку первые признаки улучшения можно будет увидеть только через 3-4 недели, а иногда и позже.

Пчелиный яд может, при его переносимости, с успехом использоваться в дерматологии путем непосредственного укола пчелы (ужаления), инъекций ампульных препаратов, втирания мазей, ингаляций и др.

(Внимание! Непосредственно перед курсом лечения пчелиными укусами необходимо провести аллергический тест на пчелиный яд.)

Апитоксинотерапия — лечение пчелиным ядом с помощью естественных пчелоужалений. Лечебные укусы пчел болезненны, но полезны. На практике пчелы обычно помещаются на сустав, мускул, или другую часть тела, которая нуждается в лечении. Применение апитерапии при псориазе обусловлено противовоспалительным, десенсибилизирующим и другими действиями апитоксина. Такое лечение показано и при экссудативной форме, с хроническим или подострым течением дерматоза.

Пчелоужаливание проводится обычно в течение 10 дней (доводя число ужалений от 1 до 10 за сеанс, жало извлекается через 5-10 мин.), затем перерыв 3-4 дня и повторение курса, но с увеличенным в 3 раза количеством пчел. Всего за два курса проводится 180-200 ужалений.

Одной из возможных методик введения пчелиного яда является использование электрического тока (электрофорез); для этого применяется препарат Апифор, содержащий 0,001 г апитоксина. Пчелиный яд в отдельных случаях вводится посредством УФФ (ультрафонофореза), а также с помощью ультразвука. При апиультразвукотерапии применяются циклы по 10-15 процедур с использованием нарастающих доз, продолжительность процедуры 5-12 минут. Ультразвук непрерывный, мощностью 0,5-1,5 Вт/см² в зависимости от возраста и стадии заболевания.

Противопоказания к применению пчелиного яда: острые инфекционные заболевания, гепатит, нефрит, сахарный диабет, злокачественные новообразования, органические заболевания ЦНС, беременность, сердечно-сосудистая недостаточность II-III ст.

В целом апитоксинотерапия является эффективным средством стимулирующей неспецифической терапии при вялотекущих формах псориаза, однако механизм лечебного действия её ещё полностью не раскрыт.

Наружное применение

Местное нанесение мазей на основе пчелиного воска, прополиса и маточного молочка заметно снижает сухость кожи, способствует заживлению трещин и прекращает «шелушение» эпидермиса (о готовых наружных средствах апитерапии см. ниже). Обычно через 1-2 недели применения мазей уменьшаются эритема и воспаление, кожа восстанавливает естественную фактуру.

Можно при нанесении на пораженную кожу, рекомендовать также мёд – например, ароматизированный лавандовый с эфирным маслом *Lavandula angustifolia* (Vera).

Также применяются ванны с медом – 2-3 раза в неделю. Для этого берут 250 г меда на ванну. Курс лечения составляет 12-20 ванн.

Готовые средства апитерапии

Апипрепараты ХФК «Калиняк» (Санкт-Петербург).

Препарат «Прополис Гелиант» – основное средство для лечения псориаза и псориатического артрита (ПА). Состав: масло *Helianthus annuus* L, прополис пчелиный, тяжелые фракции темного натурального воска. «Прополис Гелиант» оказывает противозудный, противовоспалительный, бактерицидный, противогрибковый и антиоксидантный эффекты. Отмечена высокая эффективность (60–65%) в лечении псориаза и ПА. Противопоказания: аллергия на апипродукты, индивидуальная непереносимость отдельных компонентов.

Бальзам «Долголетие» (принимается внутрь) дополняет лечение «Гелиантом», стимулируя и стабилизируя клеточный иммунитет.

«Прополис Гелиант» обладает двухфазностью действия. Первая фаза – интенсивное преодоление кожного барьера и напитывание кожи и подлежащих тканей активными компонентами препарата. Вторая фаза – возникновение и продолжение, одновременно с напитыванием, фазы тканевого противотока, т.е. выхода наружу компонентов воспалительного и дегенеративного процессов.

***Методика применения «Прополис Гелиант» при псориазе:**

Ежедневно наносить на псориатические бляшки 2–3 раза в день. Нанести (втирать или смазывать) на участок тела. Выждав 1–2 минуты, убрать сухим полотенцем (салфеткой) остатки. Повторить указанную процедуру трижды в течение одного сеанса. Далее вытереть насухо обработанный участок тела. Лечение проводится до полного исчезновения бляшек. Первые признаки улучшения можно обычно видеть только через 3-4 недели.

****Методика применения «Прополис Гелиант» при ПА:**

Препарат наносится так же, как и при лечении псориаза. Курс лечения 1 месяц. При ильных болях процедуры проводить 3–4 раза в день, при умеренных – 2 раза в день (утром и вечером), профилактически – 1 раз в день, на ночь. Профилактический курс (1 месяц) рекомендуется проводить 2 раза в год – весной и осенью. Расход препарата на одну процедуру (трехкратное нанесение) – около 5 мл на 20–25 кв. см кожи. Примерный расход на курс – 200-300 мл.

Внимание! Перед употреблением препарата впервые — обязательно провести аллергопробу.

Апифитосредства «Тенториум» (Пермь). Эти средства представляют собой сочетание продуктов жизнедеятельности пчелы (мед, прополис, цветочная пыльца, пчелиный яд, маточное и трутневое молочко, воск пчелиный) и экстрактов лекарственных трав российского происхождения: (береза, календула, шиповник, череда, пижма, валериана, мята, бессмертник и др.).

Показания, в частности: при кожных заболеваниях – псориаз, нейродермиты и др. При псориазе: минимум 9 сеансов пчелоужаливания, внутрь «Тенториум Плюс», наружно — Апифитотонус.

Крем Чилидония. Состав: живица сосновая, экстракт прополиса, мед, воск пчелиный, растительное масло. Перед нанесением крема кожу необходимо подготовить: если большие поражения, готовится ванна — на 1 л воды 2 ст. л. меда, 1 колпачок пены для ванн «Аква» или «Пихта», 1 ст. отвара чистотела $t = 36-37^{\circ}\text{C}$. Погрузить пораженный участок и выдержать 20-30 минут, дать высохнуть, но не вытирать, затем нанести Чилидонию (первые 1-2 дня не более чем на 2 ч., после этого смыть). Курс — 10 ванн + 10 аппликаций ежедневно. Пораженное лицо лучше промывать раствором чистотела.

Крем Тенториум. Состав: воск пчелиный, вода дистиллированная, масло камфорное, экстракт хрена, ПЭГУС-компонент из прополиса, яд пчелиный, растительное масло.

Композиция Апифитотонус. Состав: высококачественный натуральный мед «Парма», маточное молочко, пчелиная обножка (цветочная пыльца).

Крем-мазь Вертебронол (ООО «Сакс», Киев). Состав: прополис пчелиный, вытяжка водно-спиртовая из подмора пчёл, воск пчелиный, живица сосновая, масло касторовое, масло камфорное, сок хрена и чеснока. Терапевтическое действие: противовоспалительное, обезболивающее, противомикробное, регенерирующее, бактерицидное. Показания: остеохондроз, радикулит, ишиас, ревматизм, артриты (в том числе ПА), для очистки и обновления кожных покровов.

Механизм действия Вертебронола обусловлен игибированием синтеза медиаторов боли и воспаления преимущественно в ЦНС. Масло камфорное, касторовое, сок хрена, прополис — способствуют многократному расширению и наполнению кровеносных капилляров, в том числе и ранее спавшихся, что

усиливает венозный отток крови. Действия прополиса, вытяжки водно-спиртовой из подмора пчёл, сосновой живицы стимулируют иммунную систему организма, проявляют антиоксидантные свойства, что приводит к разрушению кальциевых отложений (в народе – «соли») в суставах организма и позвоночника. Воск пчелиный способствует пролонгированному действию мази в течении 12-15 часов.

Крем-бальзам Апифлора (ООО «Апи-флора +», Москва). Состав: прополис, воск, эфирное масло пихты, масло какао, масляные вытяжки из зверобоя, чистотела, кипрея, таволги, душицы, календулы, пижмы, ромашки, мяты, тысячелистника, полыни, череды, багульника, листа брусники, корня родиолы розовой.

Показания: сухость кожи, воспалительные и аллергические заболевания, дерматит, псориаз, угри, нарывы, ожоги, трещины, зуд, отёки от укусов насекомых.

Цветочная пыльца довольно широко используется во многих странах мира в лечебных целях. В Румынии и Норвегии выпускают гранулированную пыльцу, препарат Поленовитал — таблетки из пыльцы и маточного молочка. В Аргентине производят Витапол — концентрат пыльцы, в Японии Афтополен — тонирующий продукт с пыльцой, в Югославии препарат Витафлор — суспензию пыльцы в мёде.

Солидоловые мази с мёдом. Мед входит в состав нескольких мазей, например, известной мази М.В.Голюка, состав и опыт форума по её применению описан [ЗДЕСЬ](#)).

Также существует очень много наружных средств, содержащих мёда в своем составе; ряд таких средств описан на нашем сайте [ЗДЕСЬ](#).

Опыт участников форума

В 2004 г. на нашем форуме проходило **тестирование препаратов Peter Kaliniak** – «Прополис Гелиант» и бальзам «Долголетие». Кроме того, некоторые участники форума применяли эти препараты самостоятельно. Отзывы помещены ниже.

VM

Мазался месяц и неделю. Улучшение заметно на 80 % пятен. Они стали менее воспаленными, меньше шелушатся. Некоторые пятна прошли полностью, но таких мало. Кое-какие пятна уменьшились — в основном начинало проходить по центру, а окружность пятна разделялась на более мелкие точки. Так что по своим наблюдениям однозначно могу сказать, что Гелиант действует на псориаз в лучшую сторону. Но для того, чтобы убрать бляшки окончательно, нужен длительный срок. Лично мне положительного действия все-таки недостаточно. А курс длиной в несколько месяцев меня не очень устраивает.

Fedora

Итоги. У меня псориаз без ремиссий, есть такие пятна, которые на одних и тех же местах лет 10-15, некоторые я давяю гормонами, но они проявляются на 2-4 день после отмены гормоналки, мазала прополисом — они так и не проявились. Это большой плюс. Дальше — бляшки почти прошли на 50% — как говорила — видны слабые контуры. Остальные так — половина стали плоскими и гладкими, остальное — (около 30%) без изменений.

Silikaat

Результат скорее отрицательный. Неделю максимум всё стояло на месте [правда, совмещал с гормонами,

но не от псориаза], ни лучше ни хуже, потом потихоньку-помаленьку стало ухудшаться., выждал с недельку, улучшений не было, и прекратил применять его. Будем считать, что прополис не мой препарат.

Yora

Улучшения особого не вижу, разве что на некоторых небольших и относительно свежих бляшках. Сами бляшки не красные, а коричневатые, практически не шелушатся и не чешутся. На застарелые бляшки мазь впечатления не производит, а они как раз самые неприятные и болезненные.

McSure

Я тоже тестировал данный препарат, самостоятельно. По шкале достижений наших тестеров мой результат можно считать средне-нейтральным: особенных улучшений не было, но и Silikaat'ных обострений не возникло. Все-таки я остаюсь верен солидоловой мази. Псориатический артрит вообще Гелиант не взял, как я ни старался выпота добиваться и мазать по десять раз на дню.

Genka

Результат за 2 недели: пятна немного посветлели (на 5-й день), но через два дня они опять покраснели, а вокруг крупных полезла мелочь. После этого продолжал пользоваться Прополис-Гелиантом ещё неделю, но ничего не изменилось. Поэтому сегодня вечером перехожу опять на солидол. Я не ожидал за 2 недели наступления полной ремиссии, но НИКАКИХ даже намёков на улучшение за это время. Кроме того, полезла мелочь.

Alexey Kurikov

Через 2 недели лечения наблюдался следующий эффект: бляшки смягчались несомненно. Коже становилось весьма комфортно после применения уже через неделю. Но, с другой стороны, были и такие места, где наоборот, была другая реакция — резкое покраснение и большая выразительность бляшек. Так что впечатление от препарата осталось двоякое.

Natalia76

Пробовала лечиться прополисом гелиантом два года назад. Сначала один курс, ничего не прошло, заказала второй. Результат один — проходит зуд, но мне лично этого недостаточно!

Айра

Начала мазаться в самый неудачный момент — в обострение. Все зудело, и чешуя была крупная и толстая. Мазалась я часто, потому что когда начиналось чесаться, я расчесывалась до крови. А так как было обещано снятие зуда, я старалась не допустить рецидива. Неделю соблюдала все в точности. После 3 дней было жуткое обострение, потом пошло на спад. Оставалась только яркая краснота, чешуйки появлялись редко. Потом как-то постепенно стало сходить... В общем, честно промазала месяц. Обострение прошло, но на этом все и остановилось.

ddSat

Можно считать испытания препарата «Прополис Гелиант» условно-успешными. По крайней мере двум из восьми тестеров он помог улучшить состояние кожи. Как долго будут длиться после отмены препарата эти улучшения, покажет только время.

Другие сообщения на тему апитерапии псориаза

VM

Мне чесслово от псориаза пока, кроме солидола и прополиса, ничего не помогало. Ну про гормоны я не говорю.

~FoX~

Реально прополис не помогает от проявлений псориаза. Сам пробовал года 2 назад, никаких изменений не обнаружилось.

natalya_p

Лично мне на голове от псориаза помог крем «Чилидония» (продукция «Тенториума»). На голове была сплошная корка и красная кайма вдоль линии роста волос на лбу, за ушами и на затылке. Проблема — крем трудно смывать. Мазала голову на ночь и спала в косынке, чтобы не пачкать белье. Утром волосы хорошо прочесывала, а потом промывала с помощью дегтярного T-Gel. Первый раз наносила шампунь и держала минут 10. Смывала. Потом наносила шампунь еще пару-тройку раз и смывала сразу. Пробовала применять Чилидонию на теле — не пошло совсем. Очень сильный зуд и покраснение бляшек. Кстати, на питательные драже от Тенториума у меня была аллергия.

Ina

О прополисе. Эта штука мощная, впрочем, как и мёд, но при псориазе нужно очень осторожно отнестись к этому продукту, если применять, то очень понемногу и следить за реакцией организма; каждый день съедать 2-3 разных фрукта — это совет китайской бабушки..

trioksan

Я когда-то поясницу пыталась лечить пчелками. Так вот, выяснилось, что от русских пчел (забыла, как там правильно их называть) все было нормально, а стоило ужалить карпаткой (порода такая пчелиная), как разнесло каждый укус см по 15 в диаметре. На том все лечение и закончилось!

Ленка

Я вот на себе испытывала метод пчелоужаливаний... скажу вам, ощущения... всё опухшее было... колобок, одним словом... выдержала весь курс, потом даже привыкла. Только эффекта нема...

Amoseev

Лет 15 назад пробовал пчел. Сначала — нормально. Потом «лекарь» усадил мне пчелу на лоб, т.к. высыпания на краю волосистой части головы. Рожа распухла — глаз не видно было. После этого завязал так лечиться. Тем более на других местах никакого прогресса не наблюдалось.

maria

У меня есть опыт лечения псориаза продуктами пчеловодства, а именно — мазью Апилак, которая содержит пчелиное маточное молочко. Лечиться начала практически с самого начала появления псориаза. Почти через полгода он прошел полностью. С тех пор весной появляется на теле одно пятнышко, которое я тут же начинаю мазать Апилаком, и через месяц оно исчезает. В свое время Апилак помог моей маме после того, как она мучалась от псориаза несколько лет.

Gap

Мария, по всей вероятности, за полгода наступила весна-лето и все потихоньку прошло, даже если бы вы мазались вазелином. Мы апилаком мазались безуспешно. Хотя кто его знает, В.Ф.Корсун среди сотен других мазей рекомендует и Апилак.

trioksan

В марте я решила попробовать очистить кожу медовым массажем.

Коротко о медовом массаже. Кожа намазывается медом (когда делают массаж на всю спину берут 1 стол. ложку), и затем начинают похлопывать ладошками (слышала, что еще эффективнее кончиками пальцев). Сначала, пока мед жидкий, это совсем не больно, но потом... Мед густеет на глазах, ладошки с трудом отдираются от кожи, кайф полный. И продолжают все это удовольствие до тех пор, пока мед не отлипнет полностью от кожи и не останется на руках в виде нелипкой сероватой замазки. Считается, что при этом из достаточно глубоко лежащих тканей выводятся соли, шлаки, токсины, всякая дребедень. Очень хорошо помогает при бронхитах, радикулитах, миозитах и т.п.

Одним словом, выбрала я участок на бедре и вперед. Первоначально участок был в 5 ладоней, брала где-то с чайную ложку меда. После 2-х массажей бляшки очень сильно заалели, и я на всякий случай участок урезала до двух ладошек и стала делать массаж через день-два. После массажа мазала всякими заживляющими и противовоспалительными кремами и мазями. Через две недели объективно бляшки начали уменьшаться. Вот тут я добавила мазь на прополисе. Ниже расскажу, как я эту мазилку делала. Обмазывалась вся. Да, надо сказать, что когда я начинала медовый массаж, улучшений с кожей у меня еще не было. Но в начале апреля потихоньку бляшки на груди, верхней части спины, шее, лице и на руках от середины плеча и выше начали бледнеть и уменьшаться. При этом поясница и ноги лучше ничуть не становились, кажется, что пятна даже расплзались. Когда я начала мазаться прополисной мазилкой, улучшения уже начались. Еще через 2 недели на ноге, где делала массаж – резкое улучшение. Прополис, видимо ускорил заживление кожи после массажа. На другой ноге бляшки остались такими же красными и яркими, как до начала массажа.

Мазилки на прополисе я вымазала на себя около 750 мл. Объективно: кожу смягчает, меньше шелушится, уменьшается зуд, но и только! Заметное улучшение шло только там, где я делала медовый массаж.

И ещё – как я делала эту мазилку. Сначала сделала насыщенный спиртовый раствор прополиса. Прополис мелко искрошила (если его заморозить, как делают у Калиняка, то измельчать, естественно, будет легче, но так тоже ничего), залила спиртом и оставила на неделю в темном теплом месте. Ежедневно 2-3 раза хорошо встряхивала, чтобы прополис лучше растворялся. Как основу для крема я использовала детский крем в смеси с мазью «боро кейр». «Боро плюс» хуже, так как очень густой, а мазилку лучше делать пожиже, чтоб потом стирать было легко. Для «транспорта» я добавляла где-то с 0,5 % сухого экстракта солодки. Может, у Калиняка используют что-то другое, но глицирризиновая кислота, содержащаяся в солодке, обеспечивает этот транспорт на 100%. Если нет сухого экстракта солодки, то можно добавить спиртовой настойки или купить таблетки глициррам, измельчить – и туда же. Для лучшего действия я добавляла бальзам Караваева «Витаон», мне он очень нравится, это вместо экстрактов трав (5-10%) и потом начинала добавлять, постоянно перемешивая, спиртовый раствор прополиса до 10-15%, сколько возьмет крем, не расслаиваясь.

P.S. Очень интересно было бы кому-то попробовать медовый массаж при псор. артрите. Буквально несколько дней назад рассказали, как парня с тяжелым артритом тазобедренных суставов подняли на ноги исключительно медовым массажем.

Genka

Спасибо за описание массажа с мёдом. Вчера попробовал – один сустав что-то начал выпендриваться, и я уже хотел было давить его Вольтареном, но вспомнил об этом массаже во время вечернего чаепития и решил попробовать, благо мёд был под рукой. Помогло очень хорошо — сняло боль и опухоль.

GEMINI

Я вот читал пост и думал, что ужасного в медовом массаже. Сегодня попросил жену помассировать предплечье с медом и всё понял. Ощущение, что с тебя срывают кожу. После первых минут, когда мед начинает хорошо прилипать к коже и пальцам, начинается экзекуция сродни отрыванию пальцев склеенных

мгновенным клеем. С той разницей, что от пальцев мед отрывается не больно, а от тела... Не дождавшись полного скатывания меда, смыл остатки теплой водой... После массажа улучшилась подвижность предплечья.

Тереза

По моему мнению, самое главное – диета. Мазалась мазью на солидоле (солидол + тенториум в пропорции 1:1), причем мазала только самые пораженные места, которые были покрыты толстой коркой. Из трав пила хвощ и настойку золотого уса, принимала полифепан. Всё достаточно просто. Россыпь по телу (я её не смазывала ничем) исчезла, осталось одно пятно на коленке величиной с копейку.

Nastasya

Я испробовала на себе метод пчеложаливания. Хотя он заключался не только в укусах пчел, но и в сопутствующих пчелопродуктах: пыльца, маточное молочко, мед, принимала ванны с ромашкой, с травами всякими, обязательно парилась в сауне после процедур...

Сажали до 15 пчел одновременно на чистые участки кожи (на тот момент псориаз поражал около 80% всей поверхности кожи, жить было трудновато). Я всегда ходила с супрастином на всякий случай, если будут побочные эффекты. Но их, к счастью, не оказалось.

Курс лечения длился месяца 2 ; делали не каждый день — когда-то через день, когда-то больше, всё зависело от состояния опухоли на теле. Сажали на бедро и на руку, очень сильно опухало... но это стоило того. Сразу эффекта резкого не было, но когда курс подходил к концу, очистилась практически вся кожа, оставалось несколько дежурных пятен... Фотки даже делали «до» и «после» — очень показательно. Диеты никакой не соблюдала. Единственное, до еды принимала пчелиную пыльцу, смешанную с медом, потом пила по несколько капель в день маточного молочка.

Человек, который меня лечил, сказал, что этот курс нужно повторить через полгода для закрепления эффекта, но повторить не получилось, и вот всё вернулось на круги своя.. Кстати, все эти ингредиенты он делал сам, поскольку владел пасекой на Красной поляне. Пчелок тоже оттуда привозил. Короче всё было очень натуральное (особенно пчелы!)... А тот эффект продержался всё лето. Впервые в жизни я ходила на пляж и никого не стеснялась. Восторгу моему не было пределов. В общем, если кто-то решится на эту процедуру — эффект есть. Но, конечно, нужно быть осторожными с аллергическими реакциями. И еще забыла: каждый день нужно было делать клизмы... ну и соответственно пить и курить запрещалось.

Источники:

Сайт И.П. Калиняка — <http://www.peterkaliniak.com/>

Сайт «Тенториума» — <http://tentori.com.ua/>

Сайт «Апифлоры» — <http://www.apiflora.ru/>

Г.Н. Маринина, В.С. Маринин. «Лечение псориаза» (2012)

Сайт пчеловодов — <http://pcheloverh.narod.ru/>

Сайт «Вертебронола» — <http://www.vertebronol.com.ua/>

Применение лопуха при лечении артрита в стадии обострения

Автор: участник форума **Kulau-leprous**

Обсуждение в форуме — в теме [«Лечение артрита лопухом»](#) (откроется в новом окне)

Всем нам известен лопух, репейник (семейство *Arctium*), их несколько видов, а наиболее знаком лопух большой — излюбленное растение в народной медицине. Его местообитанием являются мусорные места, обочины канав, кустарники, где богатые и влажные почвы. Используют корни лопуха, листья и плоды как мочегонное, потогонное, стимулирующее обмен веществ и противовоспалительное средство. И корнеплоды, и листья лопуха большого имеют богатый химический состав (эфирные масла, протеины, антоцианы, сапонины, витамины, каротины, смолистые вещества и т.д.). Замечательными целебными свойствами обладают его листья, что делает лопух весьма полезным для лечения таких суставных заболеваний, как артриты различного происхождения — от ревматоидного до псориатического (ПА), но со сходными симптомами — «прострел» в спине или боли в суставах. Известно много медикаментозных способов борьбы с проявлениями артрита, но универсальных нет: все они имеют свои недостатки (недостаточная эффективность, привыкание, побочные эффекты и т.д.) и подходят не каждому больному.

Я хочу коротко поделиться своим опытом применения лопуха при лечении артрита в стадии обострения заболевания. Пару слов о своем заболевании. Началось всё 19 лет назад с травмы колена, приведшей к артрозу, после которого быстро развился артрит, постепенно распространившийся на целый ряд суставов, что на фоне моего псориаза диагностировался хирургом и ревматологом как псориатический артрит (ПА), правда не слишком уверенно. Начал лечение с гормональных препаратов самого «тяжёлого» по последствиям и обилию побочных эффектов препарата — гидрокортизона; лечебные процедуры включали в себя весь арсенал — от различных таблеток до местного лечения — от ультразвуковой резорбции кортикостероидов через кожу, до внутрисуставных инъекций гидрокортизона. В итоге лечения получил хромоту и палку в руки, чтобы её подчеркнуть, а также перспективу неопределённо долгого курса лечения с неясным исходом, что «несколько мешало» моей тогдашней беспокойной работе, связанной с беготней — то в экспедициях, то на полигонах.

Исходной предпосылкой лечения листьями лопуха послужили, как ни скорбно признать — слухи. Слухи о том, что лечение артритов листьями лопуха, приложенными «насухо» — не помогает, а вот ежели «через масло» — то помогает. Хотя к чести моей признаю, что слухи расходились не на уровне «ОБС», а распространялись высококвалифицированными медицинскими работниками. Ничего не изобретая, я полагался на многовековой народный опыт, только сделав попытку немножко разобраться в чем состоит суть такого лечения. Ведь процессы нарушений кровообращения, изменения крови и соединительной ткани при ПА являются чрезвычайно сложными, и даже при описании в специальной литературе нет единого мнения по воспалению, как патологическому процессу. Тем более, что в этот местный процесс вовлекается в той или иной мере весь организм — такие системы, как иммунная, эндокринная и даже нервная. Ну, что при такой сложности можно определенно сказать?

Кроме того, нет четкого понимания действия физиологически активных веществ (ФАВ) лопуха на такие основные стадии воспаления как первичная и вторичная альтерации, экссудацию и пролиферацию ... (прошу простить за спецтерминологию, больше не повторяю). И с другой стороны неясно какие именно вещества, содержащиеся в лопухе ответственны за снятие воспаления и нормализацию физиологических механизмов. Однажды пришлось участвовать в «высоколобой» жаркой дискуссии на эту тему. Одни полагали, что противовоспалительные ФАВ в лопухе — это стероидные сапонины, другие, что нет — терпеноидные, третьи уверенно говорят о малополярных лактонах (сесквитерпеновых), четвертые о «веществах икс», представленных в эфирных маслах, пятые о «комплексном воздействии» липофильных компонентов ... Я, вот, например — не знаю. Подозреваю? — Да, но точно не знаю!

В итоге осталось неясным всё — ни арсенал ФАВ, ни механизм их действия. Были только слухи об успешном лечении столь неясным способом. На их основе был сделан вывод об определяющей роли липофильных и

малополярных ФАВ, т.е. растворимых в маслах веществах, содержащихся в листьях, которые проникают с маслом через кожу. Тогда на основе этих слухов пришлось создавать для себя «систему лечения», которая включила следующий арсенал средств:

- **Лечение листьями лопуха в период обострения;**
- **Питье трав во все периоды (с перерывами);**
- **Паровую баню с веником в период относительного затишья суставных болей (2 раза в неделю).**

Если у вас проходит параллельно курс медикаментозного лечения, «это», я думаю, не помешает. Можно использовать данную систему «наряду», как дополнительную, если доктор ее не отменит из-за каких-либо противопоказаний.

1. Лечение листьями лопуха в период обострения

Данное лечение основано на том, что действующие вещества – жирорастворимые, а в воде растворяются плохо или совсем не растворимы. Поэтому, чтобы им проникнуть через кожу и попасть в организм нужен жир, масло – среда, сквозь которую процессы диффузии их доставят к воспаленным тканям около сустава. Любая вода (на листе, в самом листе) в процессе транспортировки ФАВ к опухоли только вредит.

Процедура состоит в следующем.

А) Берем свежие и молодые (светло-зеленые) листья лопухов, моем шампунем или водой с мылом, ополаскиваем и 2-4 часа подсушиваем на ветерке на веревке (как белье). Подсушивание проводят для того, чтобы в поверхностных слоях листа (в его устьицах – «дыхалке» листа) было как можно меньше воды. При передаче ФАВ от листа через масло сквозь кожу к воспаленному суставу, вода – это наипервейший враг. Она с маслом не смешивается и является непреодолимым физическим барьером для проникновения лекарства, растворенного в масле. А вот если лист сухой, то ничто не препятствует прохождению ФАВ от листа к больному органу.

Б) Нижнюю (войлочную) сторону листьев лопуха, слегка смазываем любым растительным маслом (можно смазывать и сам сустав, а не лист) и прикладываем к суставу этой намазанной стороной. Масло подходит любое жидкое растительное – его задачи: проникнуть в лист, растворить лекарство в устьицах листа, и промочив собою нашу кожу, образовать «мостик» от листа к воспаленному суставу по которому будут проникать ФАВ.

В) Сверху на лист накладывают вощеную или промасленную бумагу (можно п/э пленку — но это хуже — под ней, потеется сильнее, а пот — это вода, враг переноса ФАВ).

Г) Плотнo прибинтовываем лист к суставу (надеваем чулок и прибинтовываем и т.п.) — делаем компресс.

Д) Оставляем на ночь. Утром все снимаем, можем помыться. Все действующие ФАВ доставлены на место и «работают над воспалением».

После процедуры ничего заметного с кожей не происходило, правда в этих местах у меня корок не было — только шелушение, мелкие бляхи, да иногда зуд. Масло впитывалось, оставался мокрый от растительных соков лопуха сустав. Довольный, как кот, сияющий от масла.

Как быстро уходила боль?

Это происходило не сразу, так что вот взял, прибинтовал лист, утром снял — ура, не болит, пошел сдал 100-метровку за 9,5 сек — нет, так не было. Суставные боли при воспалениях носят хронический характер, а лопушок — это не инъекция новокаина. Он свое дело делает малозаметно, медленно снимая воспалительный процесс, с которым и уходят болевые ощущения. Ежедневно делаешь эту процедуру и сам

не знаешь, почему через месяц, может два все становится ОК — то ли боль ушла, то ли ты к ней привык и не замечаешь? Прямо как у хокку Исса «Тихо ползи улитка — вверх по склону Фудзи, вверх — до самых высот». Проверка правильности проведенной процедуры.

Если Вы все сделали правильно, то наутро лист из упругого зеленого красавца превратится в вялый тонкий грязно-серый «ошметок» — все нужные ФАВ из него доставлены по назначению.

Цикл процедур обертываний лопухом с маслом проводится ежедневно, но этот процесс достаточно долгий, может занять месяц-два, пока не почувствуете облегчение.

Замечание.

Лучше всего использовать светло-зеленые майские листья, но процедура «работает» не только с майскими листьями, у меня был опыт и с октябрьскими (темными, старыми, изъеденными гусеницами репейной моли). Можно, конечно, и их — что-то из ФАВ в них еще осталось. Но это заметно хуже.

Добавление (аргус):

Дачная пора-запарка... береглась как могла, и на корточках не сидела, и весь огород проползла на корачках, ну думала спину прихватит или колени, или кисти, ан нет — резко, буквально за полсутки, опух сустав на мизинце. Больно было сильно, всё опухло и покраснело. Инфекцию я исключила сразу, так как не было повреждений кожи. Завтра сделаю опять мазилку яично-медово-уксусную, но по скорой меня спас лопух. Взяла листик лопуха, сложила, постучала по низовой стороне, намочила и ею же обмотала палец, сверху резинку от денег, чтоб не отваливался — и удобно, и вроде как лечит.. К вечеру покраснение снялось, опухоль наполовину спала, а больной сустав на прощупывание больше болью не отзывается, за полдня сменила штуки три таких повязок, лопух прямо жух и высыхал конкретно. Вот думаю — лечь спать, что ли, с ним?...**Итог:** 3 дня лопуховой повязки на пальце — и ни воспаления, ни опухоли, ни боли как не бывало, наверное, ещё пару дней для профилактики надо бы походить...

2. Питьё трав во все периоды (с перерывами)

Назначение — и мочегонное, и противовоспалительное. Мой опыт включал разные травы и их комбинации.

Однако, на многокомпонентные травяные сборы я «не вёлся», несмотря на уговоры, из-за отсутствия хоть какого-то понимания их действия. Использовал три альтернативные друг дружке простые комбинации:

А) Отвар листа брусники вместе с хвощом полевым (50% на 50% по массе) с заваркой в термосе 2 раза в день по полстакана. После стал добавлять 20 % крапивы. Этот сбор пил дольше всех. Если сам собирал хвощ — то сушил в тени (он должен остаться зеленым). Если хвощ был покупной (что чаще) — смотрел, выбирал, чтобы он был не желтым — такой хвощ на лекарство не годится.

Б) В отвары трав 40% брусники + 40 % хвоща полевого добавлял зимолюбку (*Chimaphila umbellata*) (20%). Иногда для уменьшения риска образования щавелевой кислоты в организме добавлял крапиву (20%).

В) Употреблял отвар корня лопуха. (1 ст. ложку корня заливал 2 стаканами кипятка в термосе) по 0,5 стакана 3 раза в день. Иногда добавлял крапиву (20%).

Г) Из чистых трав пил отвар спорыша.

Эти отвары чередовал, правда, нерегулярно — сбор «А» пил чаще всего.

Важные замечания:

1. Для компенсации ухода калия из организма при таком ежедневном мочегонном принимал глюконат калия, и в рационе следил, чтобы были продукты богатые калием. В летнее время можно успешно обходиться огуречным соком или просто огурцами, где высокое содержание калия.

2. После месячного цикла питья трав нужен месяц-два отдыха «для восстановления организма». Это очень важно.

3. В отсутствие обострений ПА перерывы в питье трав у меня иногда достигают нескольких месяцев. И самое главное.

Любые питья мочегонных трав я бы проводил при консультировании с врачом с мониторингом (периодическим контролем) кислотности мочи. (Скажем, после месячного цикла питья отвара трав сдавать ее на анализ pH). Длительный приём таких травяных отваров вызывает, вот, например, от хвоща – подкисление мочи, поэтому у кого стойкая кислая реакция мочи, то уж во избежание кристаллизации уратов нужно будет ощелачиваться чем либо, скажем сменив отвар, или перейти на огуречный сок, да диету с ограничением углеводов и соли. И наоборот — у кого стойкая щелочная реакция. (А иначе, не дай Бог, может быть образование камней).

3. Парная банька на периоды между обострениями

На все периоды между обострениями в эту схему лечения ПА входит баня. Она служит для поддержания себя в работоспособном состоянии. Сауну как лечебный фактор я не считаю эффективной, полагая, что для поддержания себя в этот период обязательна именно русская баня. Баня должна быть с паром и с березовым, а то и с хвойным веником.

Желательно режим в парилке отрегулировать так, чтобы достигать самого главного в бане, особенно для нас, «артритных бойцов» — «легкого пара» (мелкого, совершенно невидимого глазом водного аэрозоля). У меня в бане этот режим при горячих камнях реализуется при температуре 70-80 градусов Цельсия и относительной влажности — 35-40%. Обычно делаю 4 захода с интенсивным обязательным прохлопыванием больных суставов. Но естественно, это надо делать очень аккуратно, чтобы не повредить кожные покровы — иначе из-за может высыпаться псориаз из-за эффекта Кебнера. Охлаждаюсь на воздухе, в бочку с холодной водой не окунаюсь, снегом не обтираюсь (не рискую, а так, бы с превеликим...).

Хожу в баньку весь теплый сезон 2 раза в неделю (с середины апреля по октябрь). Зимой, хожу, по возможности — в городскую баню.

На псориаз особого влияния бани не отмечу, ну разве, что есть чуть косметический эффект. А вот, на псориатический артрит, действие несомненно — без бани давно сидел бы на инвалидности.

Замечание — с покрасневшим суставом в баню не хожу.

ИТОГИ:

Ясно, что клинической проверки на сотнях энтузиастов данная система не проходила. Но на себе я ее испробовал.

Лечение лопухом проводил за 19 лет четырежды в периоды обострения. Что имею — при 19-летнем стаже ПА поддерживаю себя в работоспособном состоянии и последние лет 10 без медикаментозного лечения. Конечно, несколько раз бывали обострения, но снимал боли найзом и кеторолом, а воспаление мазями на основе нестероидных препаратов (кетонала и т.п.). После этого опять выбрасывал «таблетки» и вписывался в «систему».

Всё сказанное мной — это не врачебные рекомендации, а сводка моего опыта. У меня, считаю, его итог в целом положительный.

Самый положительный результат лечения — то что я на ногах, что не стал инвалидом. Конечно, утверждать о полном выздоровлении нельзя, можно говорить, достаточно осторожно — скажем, только о ремиссии, а не о выздоровлении. И вот почему:

а) Некоторые остаточные явления сохранились, скажем слегка дают чувствовать себя (иногда!) суставы ног, а также (что чаще) позвоночник, впрочем, ему относительно ног «лечения лопушком» досталось куда в меньшей степени.

б) Факторы риска — действуют куда более «эффективно» на мой организм, чем на здоровый. Их два: переохлаждение, особенно от сквозняков и «запредельная» физическая нагрузка. Но оба фактора риска касаются, в основном, суставов позвоночника, где на ПА накладывается естественный круг проблем, связанных с износом межпозвоночных дисков и т.п.

Здоровья и майских листьев лопуха!

Тибетская медицина при псор. артрите глазами очевидца

Автор (текст и фото): участник форума **Rekorb**

Обсуждение в форуме — в теме [«Тибетская медицина и псориаз»](#) (откроется в новом окне)

Тибетская медицина неразрывно связана с буддизмом, и хотя, конечно, применяется к любым людям и болезням, 😊 но, как и в аюрведе, методы лечения и причины болезней рассматриваются в русле буддистского взгляда на устройство мира.

Конкретно про псориатический артрит (ПА) я спрашивал у разных тибетцев, связанных с медициной. Они считают, что эта болезнь, как и большинство системных заболеваний, носит провокативный характер. Привёл один человек такой простой пример: вот лежит у тебя книга, ты сидишь занимаешься. А по книге бегают тараканы. Тебя это раздражает, ты в какой-то момент — хвать их тапком! Или ещё хуже — из баллона с дихлофосом. У этих тараканов тогда будут проблемы, которые являются следствием провокации. В буддизме вообще этому много уделяется внимания. Поэтому и благовония тибетские отличаются от индийских — у них нет палочки. И делают их иначе (ещё и различают по назначению!). Я спрашивал — почему? Потому что сжигание чего-либо может спровоцировать каких-то существ на ответную негативную реакцию. Поэтому тибетцы так сильно отличаются от индусов в отношении к мусору: у них есть урны и они не жгут мусор по вечерам перед домом/магазином!

С тибетцами я был знаком и в Москве, но это были единичные контакты, европеизированные люди, много лет живущие на Западе. Поэтому это как бы и не считается... а реально я увидел их в первый раз, когда приехал в Дели и по совету опытных индостанцев решил поселиться не в самом центре, в известном Пахарганже, а в тибетской колонии (место называется Маджну катила), это на окраине города. Это самая настоящая колония, с железным забором и воротами, которые закрываются на ночь. По сравнению с остальной частью города первое, что бросается в глаза и уши — там никто не орёт, есть мусорные вёдра и очень много людей в красных простынях и с раскосыми глазами. Ну про красные простыни понятно, это традиционный цвет монашеской одежды. Всё остальное оказалось сюрпризом. 😊

Ввиду того, что в тибетской медицине человека рассматривают, как совокупность элементов (по типу аюрведы, но при более детальном сравнении — многое не похоже) из «слизи», «желчи» и почему-

то «ветра», и здоровьем считается правильный баланс этих составляющих, а проблемы возникают из-за нарушения этого баланса, то и методы лечения — разные. Диагноз ставят, как и китайцы — по пульсу (ещё мочу иногда берут на анализ... я не видел, как происходит анализ, видимо, на глаз и на нюх 😊). Как это работает, не знаю, но как китайцы, так и тибетцы весьма метко определяют проблемы, послушав пульс...

Стеллажи с тибетскими текстами, в том числе и по медицине:



Лекарства они делают в виде коричневых шариков, используют очень много трав. Также есть система прижиганий *мокса* (не пробовал), есть массаж под названием *ку-нье* (пробовал, расслабляет хорошо). Для массажа тоже используют масла с травой. Также диеты разные выписывают.

Однако наряду с этим в тибетской медицине уделяют важное внимание такой вещи, как поведение («чола» по-тибетски). При каких-то болезнях совершенно нормальной может быть рекомендация выполнять некую тантрическую практику на протяжении недели-двух или дольше (божества тоже делятся на классы, разные классы отвечают за разные болезни). И если у индусов это обычное дело — молиться своим Ганешам и Шивам просто для того, чтобы они помогли по жизни (хотя у них тоже разные боги для разных дел: Ганеш, например — покровитель студентов), то у тибетцев это может выступать как одна из сторон лечения конкретной болезни. Связано это с тем, что так как многие болезни рассматриваются как провокация, то и лечить надо, соответственно умирняя этот процесс — типа взывать к устрашающего вида Ваджрапани какой-нибудь, которая повелевает всеми существами определённого вида, которые связаны с

этой болезнью и т.д. (все эти божества довольно жуткого и свирепого вида, в отличие от индийских, нередко они яростно топчут ногами тела людей, пылают огнём и т.п. в том же духе). Кому интересно, полистайте в сети картинки хорошего качества, я был в музее традиционных тибетских ремёсел — очень любопытно, очень много символизма, явно ощущается влияние Китая и Индии с двух сторон. Картинки поражают своей свирепостью... 😊

Для белых людей это может выглядеть непонятно и дико, да и делать такие практики человек может, только имея на то наставления и разрешение от ламы или кого-то ещё, кто может давать такие посвящения, поэтому некоторая мистико-эзотерическая часть тибетской медицины попросту недоступна. Могут дать рекомендации по освобождению живых существ, например (это вроде может делать любой), просто тупо пойти купить у рыбаков живой рыбы и выпустить её в море. 😊

Вообще, когда тибетский доктор говорит про чопа (поведение), это означает не разовое действие, а изменение своего отношения к чему-либо, смена шаблона поведения в какой-то ситуации. Если вспомнить поговорку про то, что все болезни от нервов и только сифилис от удовольствия, то определённый смысл в этом есть, конечно, но очень отдалённый от конкретного *«вот тут болит нога»*.

Докторов тибетских лучше искать в первую очередь среди тибетцев. Например, в Дхарамсале (где находится резиденция Далай-ламы) есть аптека хорошая и как минимум два доктора, которые имеют статус официально одобренных, приём стоит опять же какие-то смешные деньги, я не помню... ну баксов 10, может. Лекарства тоже обычно не очень дорогие, зависит это от компонентов.

Если в Москве, то тут надо обязательно смотреть, кто курирует, откуда, где и у кого учились и т.д. Легко попасть на каких-нибудь бурятских жуликов-алкашей, где и приём подороже — пару тысяч попросят 😊. Обычно же появление реального доктора объявляется на официальных сайтах. Например, ежегодно в Москву приезжает официальная делегация крупного тибетского монастыря, название не помню, вроде Дрепунг, они всегда привозят с собой монастырского доктора, к которому можно попасть на приём. Есть Школа тибетской медицины, вроде там как раз и работает известная доктор Пунцог.

Также у тибетцев есть такое травяное лекарство, как чудлен. Его изготавливают специальные доктора (не всякий умеет и имеет право делать) для использования в какой-то конкретной буддийской практике. То есть человек, получив это лекарство, потом идёт в пещеру/квартиру, запирается там, ежедневно делает определённый тантрический ритуал и ест эти лекарства, соблюдая строгую диету и поведение на протяжении 7 дней или больше. Эти чудлены используют и для излечения от конкретной болезни, и для сохранения здоровья и долголетия.

А ещё у тибетцев есть своя йога, весьма аутентичная и древняя, называется янтра-йога. Сейчас по ней есть инструкторы и в Москве тоже (опять же настоящие, не фейковые — к счастью, по этой йоге пока вообще нет липовых инструкторов, но они несомненно появятся позже). Йога эта была тайной, закрытой ещё 30 лет назад, от хатхи отличается довольно сильно (вообще не похожа), по личному опыту и опыту двух других знакомых артритчиков — очень, просто очень действенная. Опять же — уж не знаю, как оно работает, блин. Не нужно делать никаких напряжений, закручивать ноги за уши и т.п., просто ритмичные движения с дыханием на счёт. Я пробовал в Индии тай чи, на тай чи тоже не похоже совсем 😊

Но главное — даёт эффект по суставам. Занимался раньше индийской хатха-йогой, познакомившись с янтрой, перешёл на неё и не перестаю удивляться.

Об иглотерапии, кровопускании. Выглядит стрёмно, но по ощущениям совсем не больно, потому что иголки очень тонкие, скорее щекотно в момент протыкания:



www.psora.net



После кровопускания кладут на матрасик, втыкают иглы, на некоторые насажены какие-то штучки, которые поджигают, и они дымятся. Не больно, сеанс идёт примерно полчаса, потом иголки вынимают.

Сейчас, кстати, в Москве можно попасть на приём к самым настоящим тибетским докторам с репутацией без всяких фейков и подделок. Денег, правда, берут недёшево... ну потому что организывают это всё наши русские бизнесмены. Одна моя подруга с ревматоидным артритом (сама врач) недавно как раз была у известного тибетского доктора Пунцог (Пунцог Ванмо (?), но точно не помню полное имя). Нужно бы её хорошенько расспросить, что да как...

Пожалуй, мне больше нечего вам рассказать про тибетскую медицину, не особо я знаток... Работает, помогает, в первую очередь — как поддерживающая терапия.



О границах применимости целительских практик

Автор: участник форума **help**

Обсуждение в форуме — в теме: [«Альтернативная медицина и псориаз»](#) (откроется в новом окне).

... Когда мне или близким становилось «настолько плохо» (а это, увы, было), то последнее, что меня интересовало — это «литература по популяризации определённой идеи», альтернативные методы, недоказанные теории и целительские практики. Напротив того, меня интересовал Врач (с большой буквы), медицинский центр с самой передовой диагностикой и самыми новыми технологиями. И это не раз давало эффект, о котором только мечтать, потому что реальные шансы были невелики.

Я точно знаю, что это работает, я точно знаю, как это работает, и точно знаю, что если это не сработает, значит действительно сделать уже ничего нельзя и никакие шаманы тут не помогут. Поэтому всякие «методики», которые, может, даже и хороши в менее срочных и тяжелых случаях, приплетаемые к опасным для жизни и тяжёлым хроническим заболеваниям, действуют на меня как сильный раздражитель. Когда я вижу «больной Н. исцелился от Паркинсона отваром синей морковки в полночь», мне хочется придушить автора, простите.

Есть объективные факты, к примеру, инфекция лечится однозначно антибактериальной терапией, и никакие «голодания» её не исцелят, равно как и ничто другое. Ну плевать кишечной палке на всю эту нетрадиционщину, сидит она в мочевом пузыре, вызывая цистит, и хоть ты ешь или не ешь, пей отвар банок от кефира или нюхай пепел скорлупы грецкого ореха, ей на это на-пле-вать. До тех пор, пока не прилетит антибиотик. А за то время, пока будем альтернативничать, она будет плодиться, размножаться, жить-поживать, глядишь — и ещё куда доберётся.

Поэтому мухи и котлеты должны быть отдельно. Для ссадины на коленке сойдёт и подорожник, а для лечения надобно лекарство. Что касается псориаза — да, не отрицаю, и не отрицал, положительное действие вполне может быть, почему бы и нет, это не настолько острое состояние и даёт поле для экспериментов и поиска, тем более, что пищевая связь прослеживается. Но в тяжёлые болячки — лучше не надо с этим, это не панацея, как утверждают авторы [соответствующих] книг.

Лечение баней

Автор: участник форума **Уго**

Обсуждение в форуме — в теме: [«Псориаз — лечение баней»](#)

Часть 1 — Общее

Считаю, что баня полезна каждому, кто способен до нее дойти. Тяжело тебе париться — зайди в парилку, постой внизу, засунь морду в веник, подыши, порадуйся, как другие люди парятся. Выйди из парилки, ляг на лавочку, веник под голову, простынку на себя, лежи, пей чай, анекдоты трави хоть полдня. Отдыхай, ноги подыми, расслабься.

Я гипертоник. Гипертония появилась давно, давление постоянное было 150/100, в жару сутками держалось 170/110. Стал «лечиться», подсел на бета-блокаторы (ренитек, он же эналаприл, энап, и др.), давление удерживал 130-140. Псориаз появился в 2006, в 2007 я бросил бета-блокаторы, малость похудел, полностью отказался от спиртного, 130-140 держится. В бане с давлением проблем не возникает, поднимается на 10-15 мм, быстро восстанавливается. Через 2-3 часа после бани давление встает 110/80. Есть проблемы с сердцебиением — бывает тахикардия, изредка аритмия. Если с утра в банный день чувствую тахикардию, принимаю конкор 2,5 мг за 3-4 часа до начала. Помогает, хотя лекарство, конечно, не есть хорошо.

В баню хожу с 2-х лет, практически без перерывов. Классическая русская, могу сауну — умею слушать организм, умею не перегреваться. Не могу турецкую — душно. Хожу 5-6 раз в месяц, последние 10 лет есть бассейн с водой 4-12 градусов, соотв. зима/лето. В бане веду себя по самочувствию. Обычно захожу 3-я сериями по 2-3 захода каждая. Между заходами холодный бассейн 1-2 раза, отдых 2-3 минуты. Между сериями отдых 30-40 минут.

В целом, применяю две крайних стратегии (по самочувствию) — либо пассивная, сижу потею 4-5 минут заход, скребком смахиваю пот, слегка веником грею ступни, пару даю немного. Либо агрессивная: резко много пару, два веника энергично 2-3 минуты заход. Пассивная стратегия — ТЯЖЕЛЕЕ для сердца. Шапка, рукавицы — обязательно, режу полотенце на плечи.

Псориаз в бане ведет себя так. После пары заходов на разогретую кожу я кладу карталин, веником по этим местам не хлещусь, но навещаю пару от души. Карталин в холодном бассейне не смывается, горячим потом смывается понемножку, стирается случайно полотенцем, я разочек подмазываюсь. Под душем, когда уже моюсь, солидол не смываю, а смываю его в самом конце — у меня в бане обязательно есть тазик с настоями веников, дикая смесь дуба, березы, можжевельника, липы, разных эвкалиптов, туда еще пацаны принесут всякого дерьма разного — полынь, зверобой, душица... Вот этой бурдой мы под конец ополаскиваемся и не вытираемся, а я этим, оно ж горячее, солидол и смываю. Слегка тру ладонью, заодно смываю размякшую чешую с бляшек.

Прихожу домой после бани и снова солидолом мажу. Бляшки в это время выглядят припухшими и покрасневшими более обычного, но следующие 2-3 дня они, наоборот, «сдуваются», бледнеют, совершенно не чешутся, и чешуя на них растет медленнее.

Без бани я умру.

И вот еще: в бане я никогда не мочу голову. Я до самого последнего момента, до мытья под душем, с сухими волосами. Т.е. в бассейн я не ныряю, а погружаюсь. Если нет бассейна, то окатываюсь из тазика не с головы, а с плеч. Это я делаю для сохранения теплоизоляции головы, чтоб не перегреть. Возможно, я придурок, я был в сотнях бань и таких случаев видел единицы. Но меня так научил отец, и я по-другому не умею и не хочу.

Часть 2 — О вениках

Такие терапевтические эффекты, как потоотделение, избавление от простуд, заживление ран и др. — это не селективное действие веника, чая, настоя или припарки, а комплексное воздействие циклического помещения тушки организма в паровоздушную смесь с относительной влажностью ~ 80% при температурах 80-100°C.

Относительно веников в целом необходимо отметить, что веник в апреле и начале мая, то есть веник прошлогодний, очень сильно отличается от веника августовского по своему запаху и, видимо, составу.

Берёзовый веник незаменим для тех.... в общем, для тех, у кого больше никаких других веников нет. Этот веник проигрывает всем остальным веникам по всем отдельно взятым статьям — нежности, душистости, пушистости, упругости, стойкости и пр. Однако березовый веник бьет всех по очкам, ибо он рекордсмен универсальности, начиная от ареала.

Двухразовый березовый веник — это маловато, трехразовый — это оптимум. На третий раз и далее береза почти не пахнет, неинтересно. Обычной ошибкой и соблазном при заготовке березовых веников бывает выбор молодых, до 10 лет, невысоких и кучерявых деревьев. Их лист нестойкий. Стандартное правило: «молодая ветка со старой березы». Кроме того, березовый веник должен быть правильно скомпонован. Я делаю две пачки из 5-7 веток в форме «лапа» каждая, складываю как ладошки, а в центр ставлю десяток прямых веток типа «прут». Получается фиксированная и очень упругая конструкция, пригодная для трех основных движений: нагнетание, трепетание и щелчок. Но для этого должна быть универсальная рукоятка, не менее 12 см длиной, перемотанная у хвоста и у основания

Липовый веник помогает... париться, и честно говоря, пахнет так себе. При этом невероятно трепетен и нежен.

Дубовый веник незаменим... для скуповатых жлобов, поскольку при умелом обращении пара веников легко прослужит 10 бань. Кроме того плоская форма ветвей позволяет сложить идеальное опахало. Минус: трудно бить в оттяжку.

Веник из крапивы — прекрасное средство от радикулита... если не забывать о том, что крапива это не дерево, а трава, поэтому крапивный веник нужно армировать березовыми (или что там у вас растет) ветками.

Кленовый веник и веник из орешника... Если вы будете использовать их при варикозном расширении вен, при трофических язвах, нейродермите, экземах, то получите скорее всего обострение этих заболеваний. Массированный и острый нагрев очагов кожных заболеваний, язв и проч., как показывает практика множества лиц, категорически противопоказан. Грейте веником здоровые ягодички, а не варикозные вены.

Хвойный веник готовят из сосны, ели, пихты. С помощью такого веника можно запросто нанести микроуколы кожи (одно движение веника — сотня дырочек) и, следуя Кёбнеру, получить 150 псорных пятнышек. Проверено на себе.

Режим сбережения веника подразумевает исключение его пересушивания и перегрева. Я никогда не кладу сухой веник в горячую воду, только в холодную. Можно, если есть время, положить мокрые веники в п/э пакет за 12 часов для бани.

Если баня нарисовалась спонтанно и волглых веников нет, то замачиваю 15 минут в теплой воде, а потом резко и быстро пропариваю жестким паром на каменке. Скажете, упадет на каменку лист и будет вонять? Ответу: с правильного веника листы не падают.

Если в бане суховато и веник начинает пересыхать, я его сразу же заменяю на другой и кладу в холодную воду отмокнуть. В парилку поэтому иду с тремя вениками. Ну и по окончании процесса веники сохнут подвешенные в просторном месте, не на солнце и не на морозе.

В каменку подливают чаще всего просто чистую воду, но можно добавить в воду пиво, квас ... особенно если вы любите запах хорошо пригоревшей хлебной корки. Мы живем в демократической стране, и это ваше дело, какой именно запах вы предпочитаете, однако если вы в бане не одни, то возможны варианты. Несколько лет назад я был привлечен к административной ответственности за плюху субъекту, плеснувшему «пыва» на общественную каменку.

Чай для бани... утяжеляет работу вашего сердца и почек, и так неслабо в бане нагруженных. Чай целесообразно пить после бани, а в бане, между заходами, употреблять жидкость очень умеренно, например, не более полулитра за весь сеанс.

Лечение псориаза белокопытником

Автор: участник форума **Маска Зорро**.

Обсуждение в форуме — в теме [«История Маски Зорро»](#) (откроется в новом окне)

В трехлитровую кастрюлю складываю плотно листья, заливаю 2 литра воды, довожу до кипения, 1 мин. кипит, выключаю. После того как отстоится до комнатной температуры, употребляю внутрь и наружно. Вначале можно пить по 1/3 стакана, потом можно и вечером за 1-2 часа до сна то же количество. Наружно протирать пораженные участки, хоть 10 раз в день. По крайней мере, белокопытник не опасен, его даже употребляют в пищу.

[X.2010] Белокопытником лечусь 1 год и 3 месяца регулярно. Год только мазалась отваром, а потом решила попринимать вовнутрь. Я довольна. Уходит примерно 3-литровая кастрюля в неделю. Листья пропускаю через мясорубку и тоже употребляю. Сначала я осторожничала, где-то с год только мазалась, а этим летом стала сначала немного, а потом смелее пить. У нас в Ленинградской области его навалом. Так что себе я заготовила до следующей весны. На всякий случай. Потому что от псориаза я ничем больше не пользуюсь. И старалась поменьше мыться в ванне. Конечно, гигиену тела соблюдала, но чтоб не смывать с нужных мест.

Раньше чувствовала себя очень дискомфортно. Болячки были всюду. На лбу, лице, руках, ногах, вообще по телу. Сами знаете их характер — трещины, зуд, корки, боль. Теперь на лбу ничего нет, на лице тоже нет. На ногах только точки, которые лечу, и на теле пятнышки, тоже их лечу. На ногтях нет. Самое главное — сон улучшился. Как я писала выше, сперва я осторожничала с лечением — просто обливалась месяца два, затем стала протирать очаги, а этим летом стала принимать внутрь. С самого начала я почувствовала, что мне это помогает. Однако каждый решает для себя сам. Добавлю, что при лечении белокопытником необходимо отказаться от алкоголя (полностью) и курения.

[VII.2011] Хочу сообщить, что уже неделю не пользуюсь белокопытником (потом, может, и повторю). Сейчас вместо белокопытника завариваю чистотел и мажусь. В начале июня белокопытник чередовала с чабрецом, который заваривала и обтиралась около 1,5 месяца. Результат неплохой: на ВЧГ почти чисто, ногти очистились на 95 процентов, на теле местами прошло, а местами остались розовые пятна.

Как приготовить отвары. Травы обычно вскипачу и оставляю остывать. Потом отливаю немного в отдельную посуду, чтобы использовать в течение дня и обтираюсь, как появится свободное время. Белокопытник хорошо зуд убирает. Но видимо, сейчас нужен перерыв. Тем более кто-то писал, что вроде бы влияет на печень. Чистотел собирала за городом. Укладываю с верхом в кастрюлю, при вскипании тут же выключаю. Использовать, когда остынет.

Основы фитотерапии изложены в книгах:

«Лекарственные растения в научной и народной медицине», Изд-во Саратовского ун-та, 1975.

В.Г. Рубцов. «Зеленая аптека», Лениздат, 1984.

Н.Г. Ковалев. «Лечение растениями», Изд-во Медицина, М., 1972.

Бальзам Цитопсор. Результаты тестирования в форуме

Авторы: участники форума **help** и **Viktor**

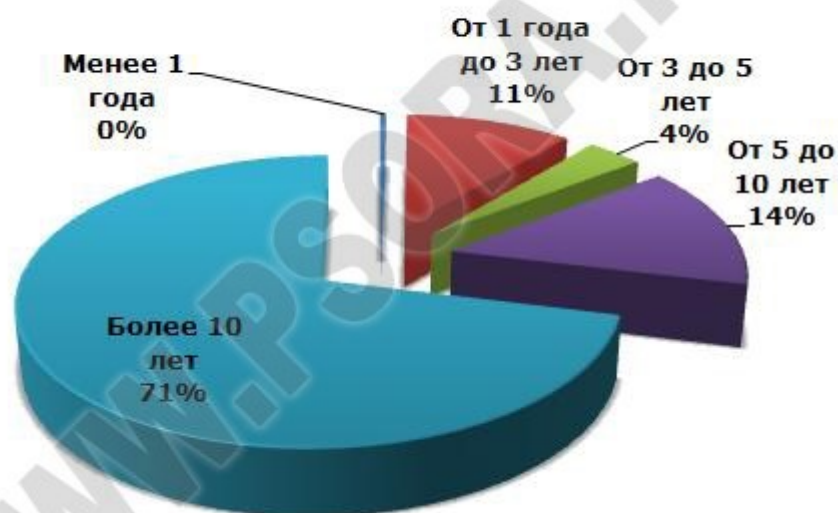
Обсуждение — в теме форума: <http://psoranet.org/topic/2386/> (откроется в новом окне).

На протяжении трёх месяцев — в период с 18.06.2008 г. по 24.09.2008 г. участниками форума [«Псориаз? Давайте лечиться вместе!»](#) проводилось тестирование бальзама Цитопсор. В финальном опросе были учтены голоса 28 человек из числа принимавших участие в тестировании. По результатам применения бальзама Цитопсор участниками форума признан в целом положительный эффект данного наружного средства по устранению наружных симптомов псориаза разной локализации и распространённости.

Цитопсор — бальзам для местного применения, препарат, улучшающий состояние кожи при псориазе и способствующий разрешению псориатических высыпаний на различных стадиях псориаза. Бальзам представляет собой комплексный препарат на основе очищенного жирового солидола (ГОСТ 1033-79) без присадок и примесей, действующими веществами которого являются органические и минеральные компоненты, обладающие лечебным эффектом при соединении с мазовой основой; этот эффект состоит в разрешающем, кератолитическом, редуцирующем и других терапевтических действиях.

В целом в тест-группе был представлен достаточно широкий спектр проявлений псориаза — как по стажу заболевания, стадии псориаза и его локализации, наличию псориаза в семейном анамнезе, так и по применявшимся ранее средствам лечения и подверженности различным провоцирующим псориаз факторам.

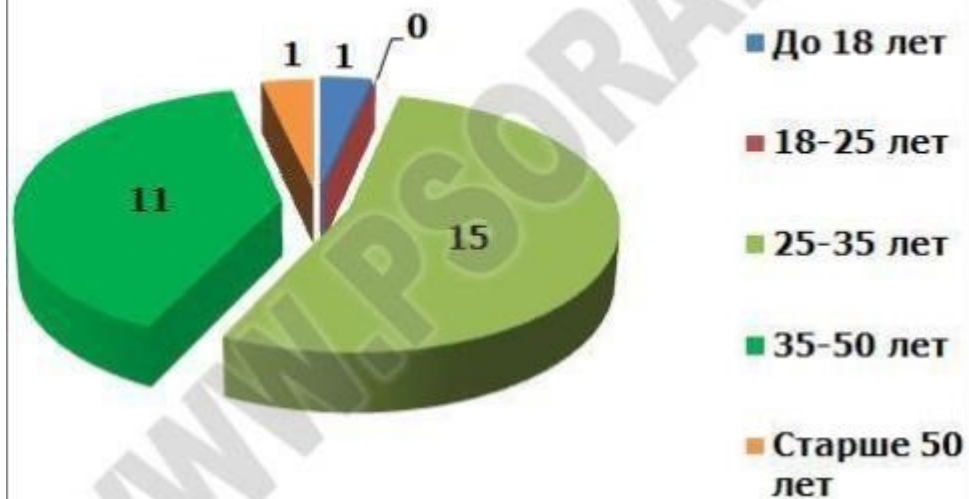
Стаж заболевания до начала применения мази Цитопсор



Площадь высыпаний до начала применения мази Цитопсор



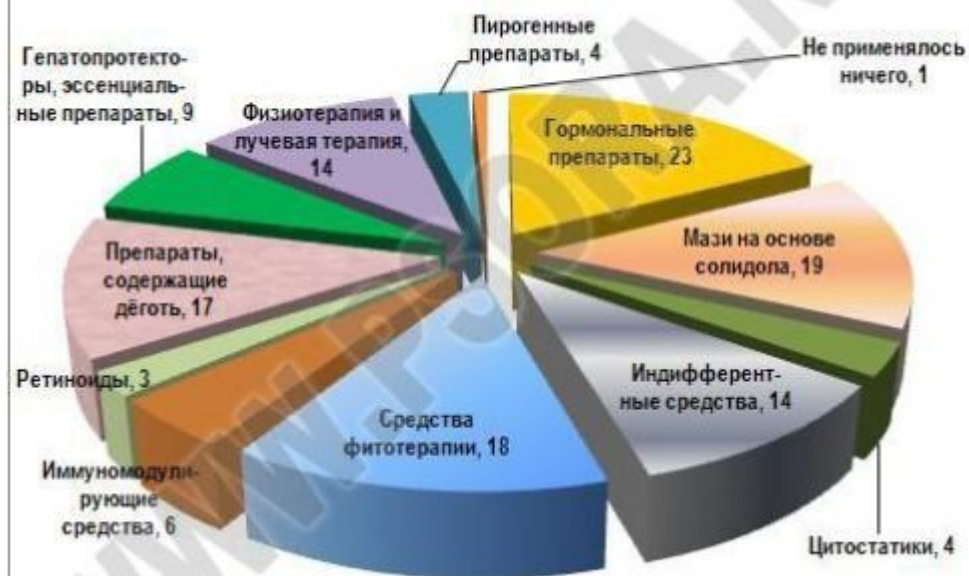
Возраст участников тестирования
(всего 28 участников)



Пол участников тестирования
(всего 28 участников)



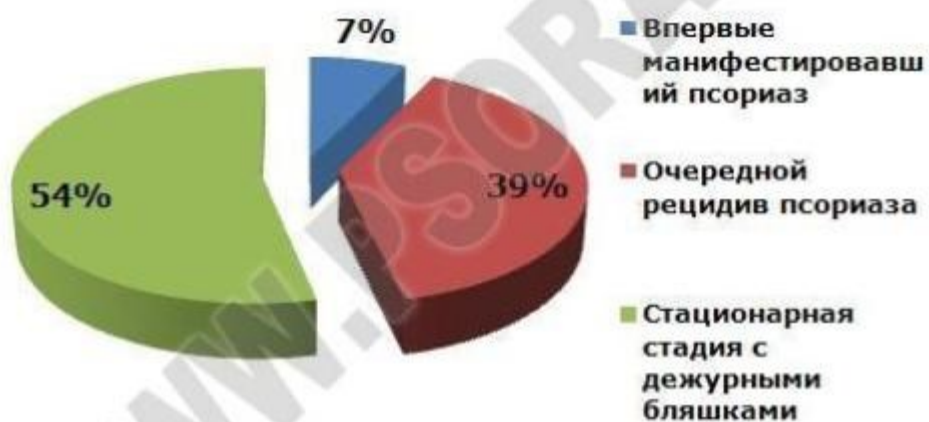
Применявшиеся ранее средства для лечения псориаза (всего 28 участников)



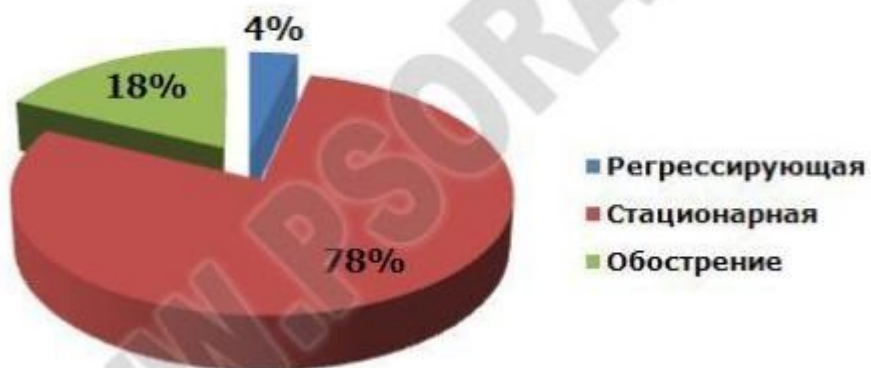
Подверженность провоцирующим факторам (всего 28 участников)



Первичные высыпания или рецидив?



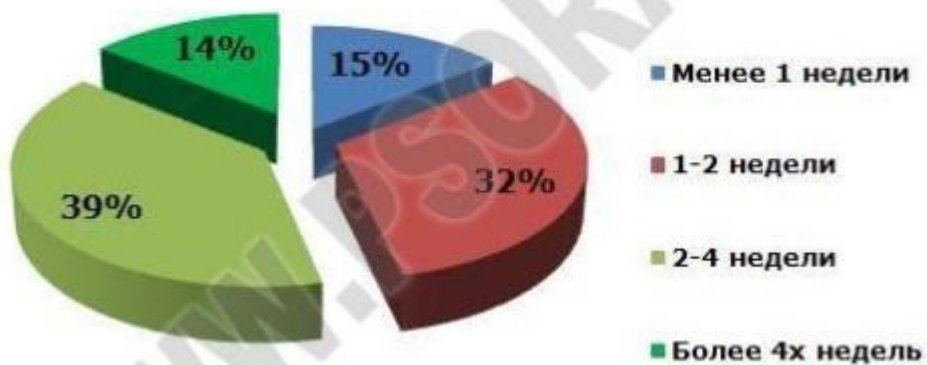
Стадия псориаза на момент начала применения мази Цитопсор



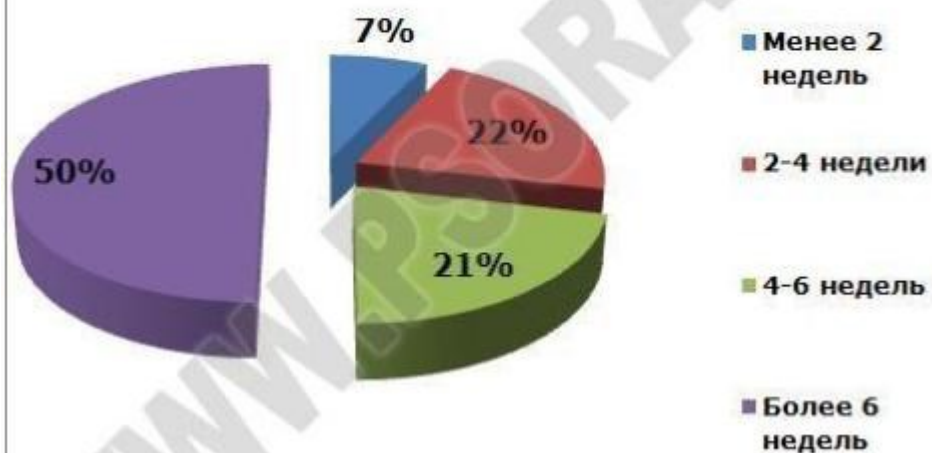


Первый видимый результат применения бальзама Цитопсор в более чем 70% случаев (71,43%) был получен в период 1-4 недели с начала применения бальзама (соответственно, 32,14% — 1-2 недели и 39,29% — 2-4 недели с момента начала применения). В 14,29% случаев положительный эффект лечения был обнаружен в течение менее 1 недели, у тех же 14,29% разрешение высыпаний началось лишь после 4 недель применения препарата. Общая длительность курса лечения составила у 42,86% участников от 2 до 6 недель (2-4 недели и 4-6 недель — по 21,43%), менее 2 недель — 7,14%, у половины тестирувавших лечение до прекращения применения препарата заняло более 6 недель.

Длительность применения Цитопсора до первого видимого результата

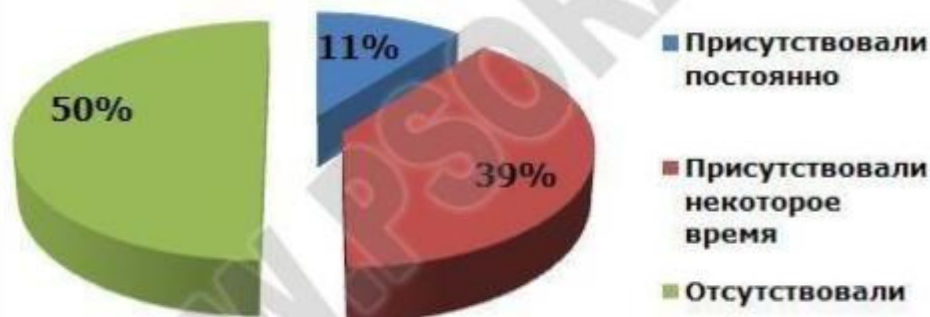


Общая длительность применения Цитопсора до прекращения

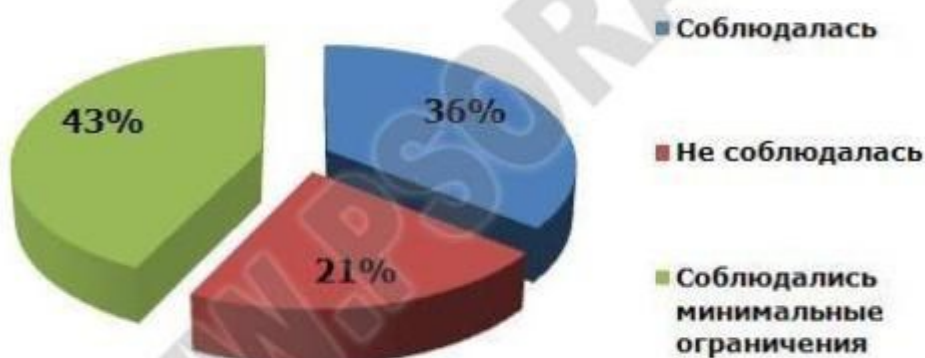


Абсолютное большинство (89,29%) участников тестирования отмечает, что неприятные субъективные ощущения (кожный зуд, жжение, покраснение кожи) во время применения бальзама отсутствовали (50%) или присутствовали лишь некоторое время (39,29%).

Неприятные субъективные ощущения во время лечения (жжение, зуд, покраснение и т. п.)

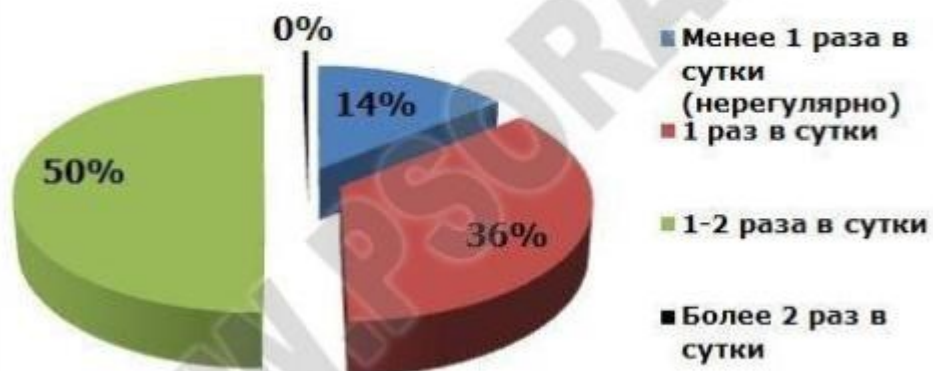


Соблюдение рекомендуемой диеты



В целом участники тестирования придерживались инструкции по применению препарата и рекомендуемой диеты, что позволяет считать результаты тестирования вполне достоверными, однако присутствовали и отступления от рекомендаций. Так, 35,71% участников тестирования не соблюдали диетический режим, 14,29% наносили бальзам нерегулярно или допускали перерывы (32,14%) в лечении продолжительностью более суток, а 14,29% тестирующих препарат совмещали его применение с другими препаратами и/или методами лечения. В то же время часть тестирующих постоянно (10,71%) или некоторое время (50,00%) подвергалась действию провоцирующих псориаз факторов, что могло осложнять лечение.

Частота нанесения мази (в сутки)



Перерывы в лечении (более суток)



Совмещалось ли лечение с другими препаратами и/или методами лечения

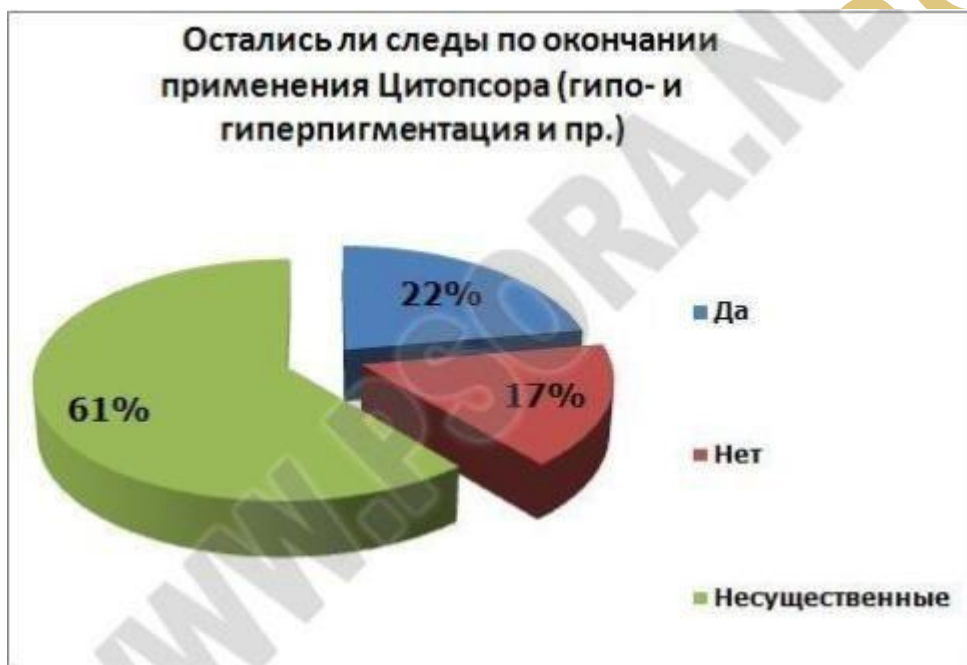


Присутствовали ли во время применения Цитопсора провоцирующие факторы, а также принимался ли алкоголь?

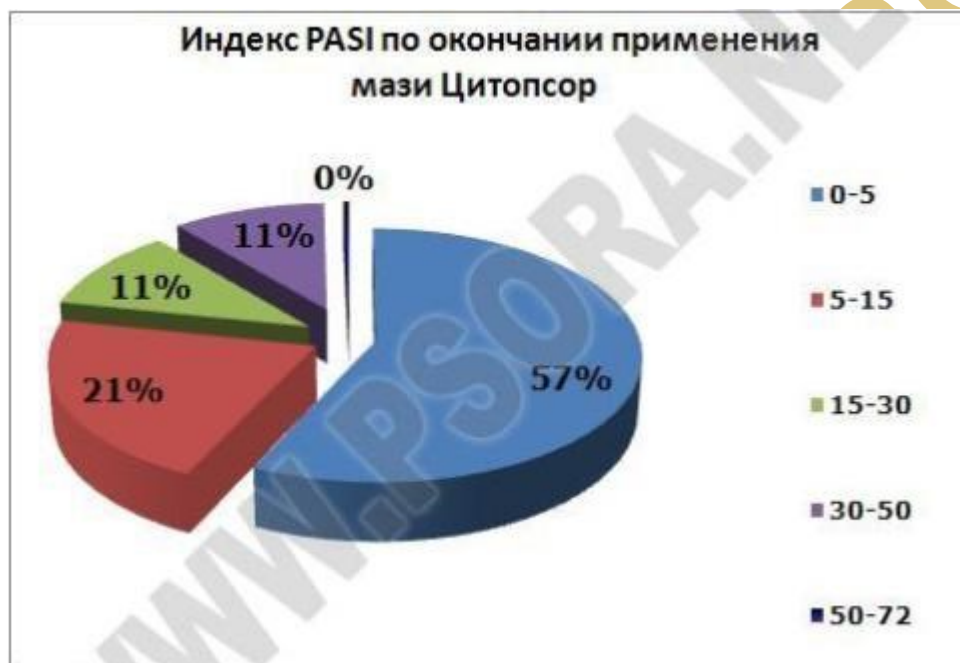




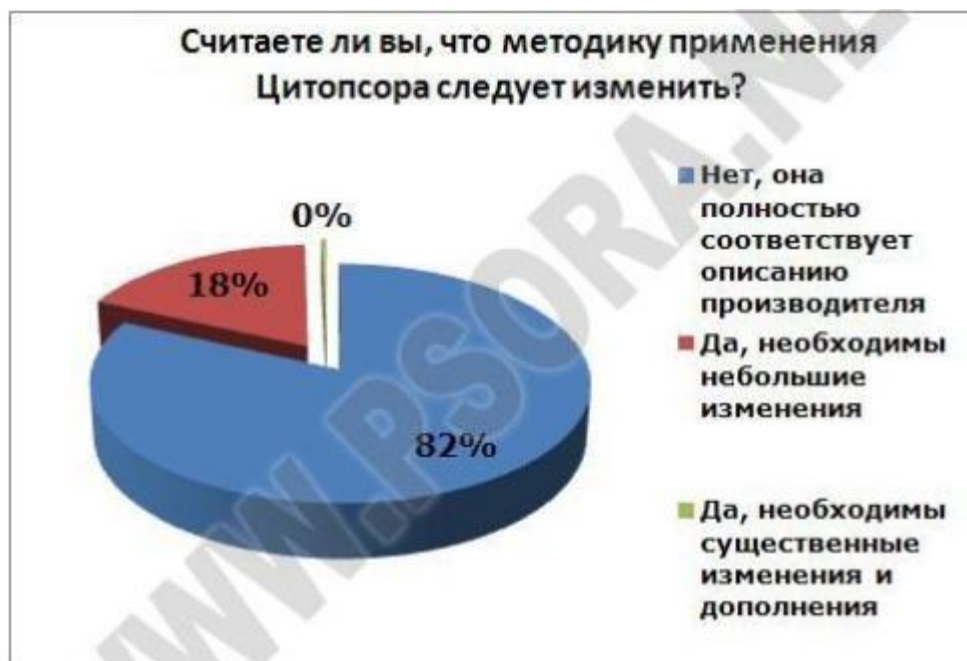
Положительный эффект применения бальзама Цитопсор по результатам опроса участников тестирования был достигнут в более чем 70% (71,44%) случаев (полный уход высыпаний — 17.86%, достигнут косметический комфорт — 25.00%, достигнуто значительное улучшение — 14.29%, достигнуто некоторое улучшение — 14.29%), ощутимый результат не был достигнут в 14,29% случаев, к обострению применение препарата привело у 3 участников (10,71%). В 50% случаев по окончании применения бальзама остались гипер- или депигментированные участки, ещё 50% участников указывают, что подобные следы применения крема отсутствовали или же были несущественными.



Наиболее объективно о клинической эффективности применения бальзама позволяет судить индекс PASI, определенный участниками тестирования до и после его применения. Индекс PASI до начала и по окончании применения бальзама Цитопсор наглядно представлен на следующих диаграммах:



По мнению 82% участников тестирования, методика применения бальзама полностью соответствует описанию производителя, 67,86% тестировавших препарат в случае необходимости предполагает использовать его в дальнейшем.



Производители бальзама Цитопсор благодарят всех принявших участие в его тестировании за объективное и оперативное изложение хода применения крема, за участие в дискуссии и в опросе о результатах тестирования. Отдельная признательность за возможность проведения тестирования и опроса — Администрации форума, в частности — **help** за иллюстрации для настоящего отчёта.

Нами будут также с благодарностью приняты и рассмотрены все замечания и предложения, касающиеся использования бальзама Цитопсор с целью дальнейшего совершенствования методики его применения.

С уважением к форуму и всему псор-сообществу,

Производители бальзама Цитопсор, <http://citopsor.com/> .

Выдержки из отчётов применявших бальзам Цитопсор:

izum

Было: ВЧГ процентов 90, с заходом на лоб... за ушами и в ушах... на груди, коленка — дежурное пятно, которое с момента начала псорика ни разу не проходило... Пошёл у меня четвертый месяц после окончания пользования Цитопсора, до применения PASI был 10.6, сейчас 0.2, и то только ВЧГ.

Rokfeller

Были крупные пятна на ногах и немного на лобке. После применения Цитопсора (2 месяца) на лобке как ничего и не было. На ногах остались пигментные пятна, которые не сильно и заметны. В общем, Цитопсор справился со своей задачей на «5».

Donya

Сегодня ровно месяц применения бальзама. Результатами довольна, хотя ещё недельку-вторую-третью буду мазаться. ВЧГ в абсолютном порядке при том, что не мазала ни разу. Кисти — хорошо, с локтями за недельку, думаю, управлюсь. Ноги хуже, но я надеюсь на победу.

FROL

38-й день. В ушах, за ушами, на лобке, в подмышках — всё прошло. Остались тёмные пигментные пятна. На локтях, напротив — белые пятна, а на колене и на щиколотке пока остаются бляхи примерно 1x1 см.

vilona

Спина и попка — чистые, слегка шуршавые, и гиперпигментация... Руки: чистые. хотя если приглядываться — небольшая пигментация.. Ну вообще, где бляшки были — пятна разной интенсивности по окраске. Перехожу на остатки бляшек на ногах...

Анастасия

Мажусь Цитопсором уже два месяца, результатом очень довольна, никогда не видела такого от другого лечения. Остались небольшие пятнышки.

Vlada

18 дней. С одной стороны вроде как-будто все хорошо (на ощупь и по структуре кожи бляшки от здоровой кожи не отличаются), но с другой стороны, и изменений особых со времён последнего отчета, на 10-й день применения, нет. Бляшки по-прежнему ярко-розовые, не белеют особо...

Мыша

Пятна ярко-красные, шелушение обильное, единственно, что радует — так это то, что бляшки как бы сравнялись с кожей... но ни одно пятнышко даже самое малюсенькое не прошло...

Lora

Прошло 2 месяца, как начала мазаться. Результат хороший. Остались маленькие розовые островки которые «добиваю» Цитопсором. В общем, бляшки уходят медленно, но верно.

oxidiser

Размер псоры на теле увеличивается.... Всё же ещё поприменяю дней 5. На коленках, к примеру, мазал Цитопсором — там порядок, даже светлеть начинает... Если ухудшение продолжится, хочешь-не хочешь, а придётся прекратить мазать Цитопсор... Распространяться псориаз перестал. Он как бы замер. Понять толком, хуже или лучше, не получается...

NadiN

Недели через 3-4 появилась положительная динамика в виде уменьшения шелушения, красноты, зуда, но

потом был перерыв в лечении. И за это время достигнутый результат практически сошел на нет, так что начала сначала! Т.е. почти все дежурные бляшки на месте, но я не бросаю, потому что имею опыт применения солидоловых мазей, эффект от них получаю не сразу!

MickeyMouse

Мажу почти 4 недели. Никаких особых улучшений так и нет.. Мазал по 2 раза в день.. Так на меня Карталин действовал.. Думаю вернуться на Магнипсор, у меня от него до сих пор на груди 2 тёмных пятна, где болячки большие по весне были..

Latvija

2 месяца, как мажусь Цитопсором. Последние 2 недели псор уходит медленно, осталось только на руках. Остальное тело чистое. Каждый год в сентябре у меня было обострение на протяжении 15 лет, я даже боялся, что опять будет тоже самое, но нет — я балдею и удивляюсь, какая-та волшебная мазь...

a.klos

Спустя 3 недели закончилась моя банка Цитопсора. Каких то особых улучшений я не заметил, сдвиги конечно есть, но не полная победа над бляхами. Конечно полного очищения не получилось, но может это оттого, что мало времени использовал Цитопсор.

admiral

Мажусь 9 недель. Всё сошло, за исключением 2 мощных пятен, которые у меня с самого зарождения псора, т.е. уже больше 12 лет. Цитопсор мне понравился, сравнивая его с Магнипсором, отметил следующее: Цитопсор явно активнее, ибо он помог там, где Магник не действовал (или уже не действовал в силу привыкания).

pvv10

Мажу месяц. Результат в общем положительный. По телу — остались пятна белого цвета, слегка шелушатся. В голове — без изменений. Закрепилось бы хотя бы на этом.

Lyoha

Мазаться начала ровно две недели назад. Чешуя сошла дня за три... Резюме: эффект очень хороший, быстрый, но псор ведет себя не так, как я привыкла. Вот жду, когда краснота сойдет и тогда посмотрим, какого цвета будут пятна... Люблю тёмные — это к ремиссии.

Martini

Эффект заметен уже с третьего дня... Шелушение уменьшилось в разы, но всё-таки еще немного есть. Корки постепенно сошли, осталась ровная шелушащаяся кожа... Побочек в виде фурункулов, как при том же Карталине, пока не наблюдается. В общем, я очень довольна, буду продолжать.

Луа

После 36 дней применения на руках и предплечье все сошло практически бесследно, на груди и на спине ещё есть шелушение, но пятна сильно побледнели. А вот на ногах вообще не пошло... Более того, там через две недели применения появилась красная сыпь. Сейчас принимаю антигистамины, на ногах мазь не применяю.

Макс Штирлиц

При использовании Цитопсора — пошло резкое обострение в течение трех недель и бляшки начали разрастаться — больше не выдержал, прекратил.

berber1982

2,5 недели прошло, результаты следующие: шелушение ушло, бляшки стали бледнеть, но полностью пока ни одна не ушла... ЗЫ: может, кому интересно будет — у меня прошли полностью ладони, но я их Цитопсором не мазал.

Ingeborga

Мажусь уже почти месяц. Улучшение небольшое, но все же.. Псори перестали шелушиться, не такие красные. Бальзам хорошо смягчает, быстро впитывается. Никаких прыщей.

Polizei

Ни запах, ни цвет цитопсора меня не раздражали. Наоборот, я отметил его полезное свойство — он не очень жирный и достаточно легко впитывается. Никакого зуда, жжения и т.п. не испытывал... На локтях удалось свести бляшки (сейчас они снова вылазят), на коленях увы не удалось — улучшилось, но не прошло. На фоне той же мази Артемьева, которой я пользовался несколько лет, Цитопсор не лучше и не хуже...

Tatika

Сегодня ровно месяц применения бальзама. Результат: на ногах, там, где были маленькие «недежурные» пятна — очень темные пигментные пятна, в середине — светлее. На руках (локтях) — на месте дежурных пятен — чистые белые пигментные пятна... Результат очевиден!

Заключение форума «Псориаз? Давайте лечиться вместе!» о результатах тестирования:

По результатам применения бальзама Цитопсор участниками форума «Псориаз? Давайте лечиться вместе!» в количестве 28 участников признан положительный эффект по устранению наружных симптомов псориаза разной локализации и распространённости — более устойчивый (по сравнению с другими препаратами подобного рода) процент эффективности, значительно меньший объём побочных действий и относительно быстрое появление видимого прогресса. Тем не менее отмечены также случаи индифферентности и недостаточности желаемого эффекта; в одном случае препарат спровоцировал обострение. Общее соотношение успешного/неуспешного применения примерно 70/30, что можно считать высоким положительным результатом. Сроки ремиссии и привыкание участниками не оценивались и могут быть опубликованы позже.