Как «слезть» с гормонов

February 1st, 2012

Предисловие: help, собрала: аргус

Гормоны – говно. Рискуя заработать массу обвинений в плохом воспитании, тем не менее утверждаю, что это самое точное определение в случае псориаза. Применение гормональных препаратов при псориазе имеет довольно длинную и скверную историю. Разделим это на части, и станет понятно, почему я так написал…

Предисловие

Что такое гормоны? В нашем случае это название относится к препаратам наружного и внутреннего применения, содержащим компоненты, как правило, кортикостероидной или глюкокортикоидной группы. Не вдаваясь в подробности биохимических реакций, отметим, что эти препараты имеют относительно быстрый видимый эффект, что и привело к их невероятной популярности и обусловило повальное применение.

Где же «засада»? Препараты быстро действуют, имеют зачастую великолепный результат, вплоть до полного исчезновения внешних проявлений псориаза. Почему же здесь утверждается, что это плохо? Это не плохо, это очень плохо, это катастрофически плохо и опыт участников форума, отражающий, ввиду своей многочисленности, достаточно полную картину происходящего в псориазном сообществе, это полностью подтверждает. Основных проблем три, они-то и являются главными врагами.

Первая – привыкание. Привыкание псориазника к гормону сродни наркомании, и привыкание организма к действию гормона столь же опасно и разрушительно для нас, как и наркотик. Привыкание вызывает ослабление действия гормона, и, как следствие, сокращение времени между применением, увеличение дозировки, переход на более сильные стероидные препараты.

Всё это ведёт к причине второй – побочные действия гормонов. Спектр побочных действий гормональных средств достаточно широк, указан в описании, и, к сожалению всем своим составом и вступает в дело. Среди самых опасных для псориатика – увеличение площади поражения, изменение структуры кожи, её истончение, развитие дерматитов, стремящихся к переходу в хроническую форму, и другие прелести. Последствия внутреннего применения (в виде инъекций) гормональных препаратов ещё более ужасны, в дело вступает ещё и системное действие, эта гадость попадает в кровь и вызывает гормональный дисбаланс организма.

ОК, убедил, гормон – говно, давайте его бросим. И тут поджидает проблема номер три – «откат», или

www.psoranet.org

реакция на отмену препарата. Описывая эту реакцию, можно снова провести параллель с наркотиками, это сродни «ломке». Отмена может происходить более-менее гладко, если срок использования невелик, но при долгом и обширном применении препарата часто приводит к обострениям, которые бывают очень тяжёлыми. Тем не менее, это единственный выход. Другого просто нет. Существует масса вариантов, позволяющих в какой-то мере нивелировать это обострение, они описаны в темах форума о том, как снимать обострения. Но самое лучшее – это просто не начинать.

Однако как быть, если 99 врачей из 100 первым же своим действием выпишут рецепт на гормональный препарат? Ответ простой (впрочем, он касается не только гормонов) – включить голову. Не кидаться сразу в аптеку, псориаз не улучшится и не ухудшится ни за час, ни за день, а выяснить, что за препарат выписан, попросить врача объяснить, как он действует и как будет действовать вообще вся схема лечения. Ну и, конечно, внимательно изучить темы форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!" о гормонах, посмотреть в списке препаратов, содержащих гормональные компоненты, рассмотреть все варианты, исключающие применение стероидных средств, и принять правильное решение: «нет, я этого не хочу». Даже если действующее вещество неизвестно, а состав непонятен, быстрый эффект от любого препарата должен насторожить, т.к. при псориазе не может быть быстрого эффекта, за одним-единственным исключением – за исключением гормонов.

Как «слезть» с гормонов с минимальными потерями? Это неоднократно описывалось участниками форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!", вкратце – так же, как и с наркотика: уменьшение дозы (разведение наружных препаратов нейтральными мазями и кремами), переход на более слабые препараты, постепенное увеличение промежутков между применениями с «обманом» в виде обычного крема. И помните золотое правило: даже если и пришлось применять такой препарат, то не более 20-30 дней, с перерывом, равным трёхкратному времени применения, а лучше с перерывом не менее 90 дней, но ещё лучше не применять вообще.

Пару слов о волшебных снадобьях. Есть разные составы, поразительно быстро снимающие внешние проявления и приносящие облегчение. Как показывает опыт, такие снадобья всегда содержат огромное количество гормона, о котором забывает сообщить производитель или продавец. Финал известен, он не в вашу пользу.

Опыт участников форума

help
Китайцы любят всякие волшебства с быстрым эффектом, ddSat где-то даже фотки пузырьков лепил. Был там, по-моему, флуоцинолон/флуоцинонид или что-то подобное в недетских дозах. На мой взгляд, резко бросать не стоит, может так обсыпать, что жизнь не мила будет. Попробуйте заменить традиционными препаратами с гормональными компонентами, и постепенно снижать дозу, параллельно начав применять негормональные методы и препараты. Замените например на мазь, содержащую бетаметазон или клобетазол, потом на элоком, дальше ещё на более слабый препарат, список гормонов есть на сайте, в "Конвенциональных препаратах". Процесс слезания с гормонов должен занять около месяца-полутора в общей сложности, в форуме подробно описано чередование горм. мази с косметикой, постепенное разведение и т.д. Иначе резкая отмена больших доз сильного гормона может спровоцировать весьма неприятное обострение, тем более неприятное, если это открытые места.
На шее можно ещё попробовать дайвобет, постепенно заменяя его дайвонексом (на лицо мазать не стоит, производитель не рекомендует), весь процесс с месяц-два займёт.

www.psoranet.org

Посмотри "тему 900" и общую тему про гормоны. Там есть примеры, как слезать. В любом случае лучше постепенно, с переходом на более лёгкие, разведённые (чем дальше), тем больше + диета + сорбенты, и т.д.

Vinogradinka
Забыла еще добавить, мне дерматологичка говорила, что если мажешься гормональными мазилками, то нельзя мазать мазилкой прямо из упаковки, надо обязательно размешать с каким-нить кремом где-то 1:5, чтобы понизить концентрацию гормонов. А потом через 2-3 недели ещё крем добавлять и так постепенно сходить с гормонов, основное – что нельзя резко бросать мазаться, если уже начал.

Bladiks
Имею у себя в организме следующую картину. Псориаз более 10 лет (с подросткового возраста), пробовал кварц, множество гормональных мазей, китайские травки и прочее. Ничего толком не помогало (как обычно, «приход»-«откат»). Потом лет на 5 подсел на скин-кап (естественно, в полной уверенности, что не гормон). Слез с него с зоной поражения 80% и с невосприимчивостью даже к половине гормонов. Прошел курс плазмофереза, витаминов, очистил печень, жрал иммуномодуляторы (сандиммун неорал). Затем подсел на целестодерм, дипросалик, элоком. За всё время псориаз уходил на 2 месяца только один раз в жизни, после применения химиотерапии (онко). В настоящее время хочу выйти из этой гормонозависимости и пойти другим путем.

Auqe
Ваш врач мудак. Он, пользуясь вашей некомпетентностью в вопросах медицины, сознательно подталкивает вас к гормональной зависимости. Он либо не хочет напрягаться, чтобы придумать негормональную схему лечения, либо по каким-то причинам желает вам зла. Да, бляшки отвалятся, и возможно, раньше чем через месяц, если он вам пропишет лошадиную дозу гормонов. Но у вас всё вылезет месяца через 2, и в ещё больших количествах. И чтобы слезть с гормональной зависимости, вам придётся потратить очень много сил и средств. Поймите, что врач гормонами не свои надпочечники посадит, а ваши. Не соглашайтесь ни на какие гормоны!

help
По поводу гормонов как-то писал уже, что шарахаться всегда и от всех вовсе не обязательно (от ПЗС, например, так не шарахаются, а там что, по-вашему, не гормоны? и побочных действий у них не меньше, есть и необратимые). Их огромная и разнообразная куча, они с успехом применяются при многих и разных болячках, просто есть особенности в виде ограничений, побочных эффектов и т.д. и т.п., о которых надо знать, и уже владея всей информацией, решать для себя как, когда и сколько использовать стероидосодержащие препараты. Водку можно пить и можно ПИТЬ, здесь то же самое. Кто-то трезвенник по жизни, кто-то "только по праздникам", для кого-то литр в день - норма, а кому-то вообще нельзя ни грамма. При большом количестве минусов, гормоны - это единственное на сегодняшний день средство быстро убрать внешние проявления, а в жизни бывает всякое… Просто врач должен рассказать про все стороны применения подобных препаратов и про имеющиеся варианты лечения как с ними, так и без. В противном случае он, конечно, неправ.

Ракель
Боже, все 10 страниц не читала, но исходя из собственного опыта - НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ этой дрянью! особенно если вам меньше 20… Мне в 15 лет выписали это... (как бы обозвать), до сих пор не вылечилась. Жутко

www.psoranet.org

нарушился гормональный баланс! - стала резко набирать вес, увеличилось количество волос, даже на лице повылазило и потемнело... кошмар! А сейчас пытаюсь привести в норму гинекологию... и всё от этого препарата, пользовалась им долго... не знала...

help
При использовании наружных гормональных мазей на площадях примерно до четверти поверхности тела, при соблюдении примерного курса 12-14 дней применения и при 2-3 месячном перерыве - системного действия НЕТ! Или, по-простому: ни почки, ни яйца, ни пятки, ни печень, ни двенадцатисоловинойперстная кишка, ни надпочечники, ни сиськиписьки - ничего не отвалиЦЦа, не бойтесь. А вот эффекты "возврата" и "отмены" - это каждый сам для себя решает, или срочно на себя ляпоту наводить и искать новые мазилки время от времени, или долго и упорно лечиться менее зловредными способами, но без гормонов. Ну и дитям ессно "неучтённые" организмом гормоны неполезны, хотя тоже не смертельно страшны, просто потом ещё тяжелее подбирать замазки.

melody
Ну зачем так резко, julz? А если попрёт со страшной силой? Надо было постепенно отменять скин-кап и заменять его на что-нибудь менее вредное... help вон уже замучился объяснять эту схему, поэтому сейчас найду пост, где он все расписывает… вот, нашла: [см. следующую цитату]

help
Скин-кап содержит клобетазол, один из самых сильных по действию стероидов, элоком содержит мометазон, считающийся, наоборот, одним из самых "мягких". Если вы крепко "сидите" на скин-капе и решили таким способом с него слезть (не худший вариант, кстати), то лучше сделать это очень постепенно. Например (не знаю вашей периодичности применения, поэтому пример крайне условный) - если скин-кап применяется ежедневно, то можно попробовать так: 1 день в неделю заменить его на элоком (2-3 недели), затем замену сместить на каждый 4-й день (2-3 недели), затем на каждый 3-й день на тот же период и т.д. Долго? Да, долго, но резко поменять не выйдет, иначе скорее всего будет ухудшение. Кроме того, гормоны - штука избирательная, если будете чувствовать, что элоком "не пошёл", надо будет сначала перейти на что-то мене злобное, чем скин-кап, но более сильное, чем элоком – например, адвантан, фторокорт или лоринден (это условно "средние" по силе стероиды), а потом постепенно "съехать" с и них тоже в сторону уменьшения.
Добавление: Или, например, если решили с гормонами "поиграться", то возьмите что-то послабее, из нижней части списка, да хоть гидрокортизон, но не просто так, а с разведением "в обратную сторону". То-есть развести, скажем, 1 к 10 с кремом нейтральным и помазать день-два. Нет эффекта - уменьшить пропорцию, скажем - 1 к 7 или 1 к 5. Ещё пару дней. Как только появился хотя бы слабый эффект, остановиться на этой пропорции и не менять её некоторое время, а потом снова постепенно уменьшать количество гормона.
Желательно также добавить что-то противогрибковое, например, клотримазол. Или даже гидрокортизоновый крем разводить клотримазоловым. Такая смесь актуальна для всяких пахов-подмышек, где часто живут грибы, о себе периодически напоминая. А при псориазе они усугубляют картину, добавляя страданий и почесухи. Эта комбинация (гидрокортизон+клотримазол) часто рекомендуется при всяких расстройствах в "этих" местах, в большую жару особенно, когда есть пот - грибам самое раздолье. Лет 12-13 назад дерматолог, в числе прочих "подсказок", рекомендовал такую смесь применять несколько дней, "есличо". Проверено на себе в полевых условиях. В Израиле она продаётся уже готовая под именем "Дактакорт", искал в других странах аналоги - нашёл "Канестен", российского аналога не обнаружено.

www.psoranet.org

Естественно, стоит помнить, что так или иначе - это гормон в составе, хотя и разведённый, и более 10-15 дней не использовать.

Как я снимаю обострение или о голодании, гречке, режиме и диете. Опыт Ерики.

February 2nd, 2012

Автор: **Erika**
(участник форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!")

Немного о себе. С псориазом 25 лет. В 15-16 лет сходила к врачу, и он мне выписал что-то антигистаминное плюс целестодерм. Чуть-чуть помазалась и плюнула, поскольку особо меня это не напрягало. После рождения ребёнка и поездки в Эмираты (где я часами торчала в воде) всё прошло. Ремиссия продолжалась 14 лет (я и не знала, что это ремиссия, просто жила и всё). Никаких влияний определённой еды и стрессов не наблюдала. Как-то приехали друзья, выпила полбокала вина - и появились гнойнички на руках. Я не поняла, что это псориаз. Ну, а через пару дней началось... Места живого на теле не было. Все формы псориаза, которые описаны, у меня были. Только лицо осталось чистым, к счастью.

Я, естественно, за комп уселась и давай искать всё подряд. Вот тут-то мне вы и помогли. Начиталась я всего на форуме и выбрала для себя голодание. Сразу села на голод. 7 дней полной голодовки (только вода) и на 8-й день - буквально на глазах всё сошло с живота и спины (а на этом участке не было даже просвета; если считать проценты поражения и взять лицо как 10%, то было 90% поражённой полностью кожи). Я, конечно, была безмерно счастлива. Вообще, я всегда была уверена в пользе голодания, а теперь убедилась на личном примере в действенности этого метода. У меня тоже ребёнок и остальные дополнения. Я спокойно готовлю всем еду во время голода. Даже вкуснее всё получается в силу обострённого обоняния. На пикники и в гости хожу со своей банкой гречки, а салат мне готовят отдельно. Голодать не нужно по неделям! - только день в неделю, 3 дня в месяц и 7-10 дней раз в полгода - такое каждый запросто может сделать.

Потом друзья прислали книгу Пегано, где разрешённые продукты просто вселяют надежду на нормальный образ жизни в плане гастрономии. Я после голодовки особо не расслаблялась, но начав понемногу есть, слопала на свою голову рыбки (форель без соли и всего такого, на пару). Короче, получилось опять весело - живот и спина стали как наждак. Я снова на каши уселась. Изменений особых не наблюдала. Потом прочитала у Пегано, что возможна реакция на клейковину, и не зная, чем могу ещё дополнительно болеть, перестала есть пшеницу, овёс и проч. Только гречка, салат, фрукты, овощи и сок. За 5-6 дней всё стало светлым, многие места очистились полностью, страшные синюшные пятна на ногах стали бледненькими и прошло полностью шелушение. На данный момент не могу сказать, что излечилась (прошло с момента заболевания 45 дней), но возможно, эта информация поможет некоторым не впадать в депрессии, а начать действовать.

www.psoranet.org

Итак, напишу, что я делаю и как питаюсь.

С утра стакан воды с лимоном, через полчаса банан или яблоко. Воду пью за полчаса до еды и через два часа после еды. Потом обед с салатом и гречкой. Опять фрукты или овощи. И ужин такой же, как и обед. Перед сном вода с лимоном. Мажусь оливковым и арахисовым маслом, 50/50. На ночь заматываюсь после масла целлофаном (только не все части тела сразу, а то задохнётесь). Каждый день вечером съедаю немножечко миндаля. Кору не пью. Ещё к еде принимаю капсулу рыбьего жира и посыпаю свою гречку лецитином гранулированным (вкусно).

Теперь по порядку, поскольку выше было много эмоций. **Как я лечилась:**

1. Сразу на голод без всяких подготовок. Только вода (на 5-й день всё стало бледно-розовым, и никакого шелушения и выпуклостей).

2. Выход из голода - 3 дня. Начинаю с 50 г яблочного сока пополам с водой. Пью каждый час в течение 5-6 часов, потом перехожу на чистый яблочный сок - и так в течение суток. Далее добавляю морковный сок, капустный, чуточку свекольного, обязательно сельдерей (мне больше нравится корень). Таким образом - ещё день.На третьи сутки варю брокколи, свеклы немного, цветную капусту, ем яблоки зелёные.

3. Сама диета и режим. Опишу свой день по часам (думаю, так будет понятней):

7.00 - подъём, стакан теплой воды с соком лимона
7.30 - выбегаю на пробежку (всегда!)
8.30 - возвращаюсь с пробежки, выпиваю ещё воды (сколько хочется) - и в душ. Обязательно обливаюсь холодной водой под душем, секунд 20-30. И собираюсь (сами понимате - макияж, причесон и прочее)
9.00 - фрукт (что-то одно - манго, киви, яблоко, груша, хурма (не ела мандарины, апельсины и прочее, что вызывает у некоторых диатезы и аллергии, не пыталась даже провоцировать)
10.30 - стакан воды
11.00 - большая бадья салата (просто огромная); в салат кладу всё зеленое, что только в магазине можно купить - всякие капусты, листья, салат "айсберг", огурцы, отваренную брокколи, цветную капусту
12.30 - стакан воды
13.00 - овощ или фрукт (брокколи, цветная капуста, свекла или вышеприведенные фрукты). Ничего не мешать! - или фрукт, или овощ (и только одного вида)
14.30 - стакан воды
15.00 - гречка и салат
16.30 - стакан воды
17.00 - фрукт или овощ
18.30 - стакан воды
19.00 - гречка и салат
20.30 - стакан воды
21.00 - миндаль (буквально 7-10 зёрнышек) или стакан сока свежевыжатого (сельдерей, морковь, зеленое яблоко, капуста, свекла)
21.30 - контрастный душ + обязательно натираюсь маслом и заматываюсь (пополам оливковое и арахисовое)
22.00 - всем спать!

www.psoranet.org

- Перед каждым приёмом пищи, за полчаса - стакан воды. После приёма пищи - никакой жидкости!
- В сок ВСЕГДА добавляла масла (льняное, оливковое или тыквенное или что вам нравится, может даже, рыбий жир). В салат тоже всегда добавляла масла, как и в сок.

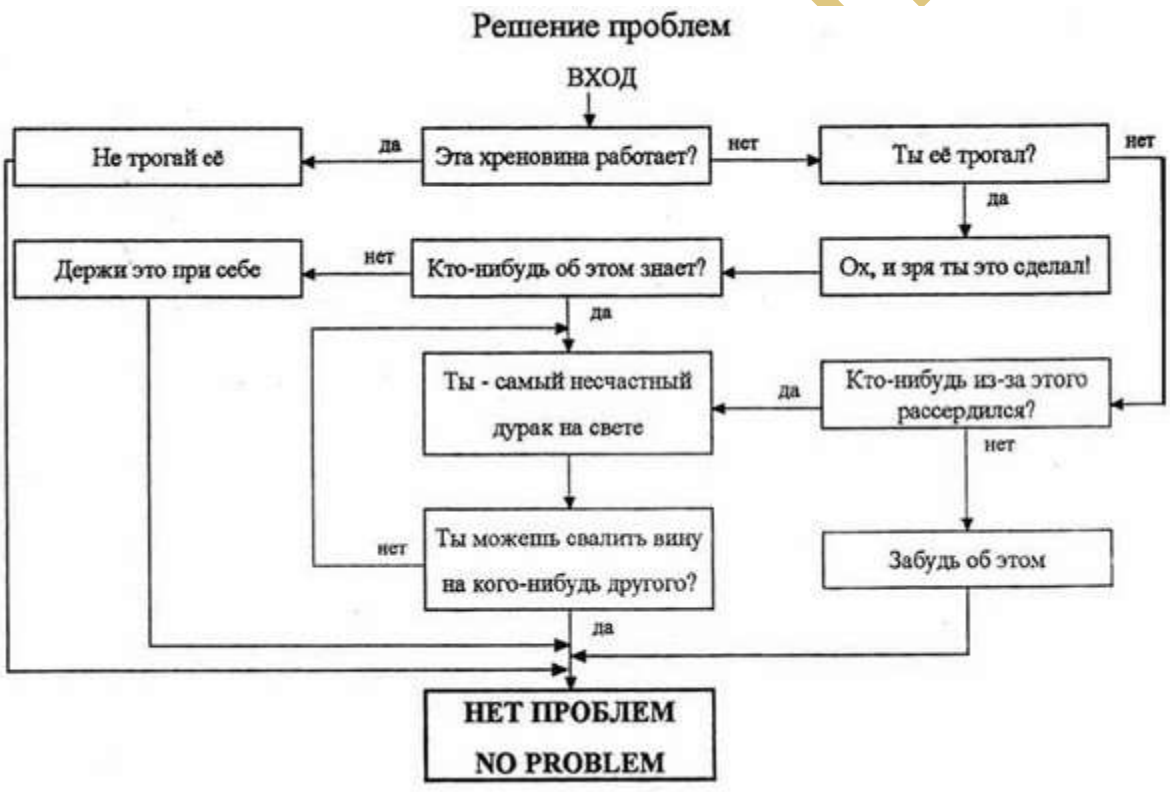
Об отношении к псориазу. У меня не было ни одной мысли, что я с этим не совладаю. Я была на 100% уверена, что я с псориазом расправлюсь. Единственное, думала, что это произойдет быстрее.

Семь ляпниц на неделе

net.org

February 3rd, 2012

Наша традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе"
(цитаты из постов участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!")



#13

Gregory
Масло чайного дерева ядовито и не применяется внутрь. Проверю.

Kulau-leprous
ежели принимаешь кетонал, не забудь сесть на шею участковому терапевту, крепко сесть, вплоть до женитьбы

Norma
Если храп не прекращается или его сон прерывается, муж вынужден исполнять свой супружеский долг. Такая жизнь продолжается уже 22 года...

Strelets
И ещё кисти ног.

nigenka [о глистах]
Это существа, вызывающие уважение. Там нет мозгов, там стремление жить!

Уго
Мне помогло на руках и ногах, под волосами головы у меня нету

Martini
трупа внизу не нашли, значит, ушёл.

Субботний невредный рецепт

February 4th, 2012

На форуме многие "жалуются", что рецепты по Пегано рассчитаны на американцев. Вот хочу опровергнуть. Представляю два прекрасных рецепта от прекрасной Lady in Red. Оба рецепта вполне пегановские. Во-первых, ингредиенты - курица, овощи (примеч.: сыра, пожалуй, для Пегановского стиля много, но это легко исправляется, просто положите половину). Во-вторых, способ приготовления - оба рецепта расчитаны на духовку, ну а лёгкое обжаривание допускается и в пегановских рецептах.

Итак, слово Леди:

Новое - это хорошо забытое старое!
Рецепт «с приветом из СССР» для лентяев.

Курица в банке
(Кто готовил таким способом, знает, в чём прелесть этого блюда. А кто еще нет - попробуйте, не пожалеете)

Что нужно:

www.psoranet.org

Курица, лук, морковь, чеснок, соль, перец и стеклянная банка 1 л.

Готовить просто. Всё порезать, посолить, поперчить и уложить слоями в банку. Закрыть металлической крышкой (без резинки) и поставить в НЕразогретую духовку часа на 1,5 при температуре 180 град.

www.ps

Для подстраховки можно поставить банку в посудину с водой, но я и без воды обходилась.
Делала разные вариации с разными овощами, добавляла сухое вино, но больше всего понравилась классическая версия «без никому».

Вопрос на форуме: А банка выдерживает в духовке?
- Банка выдерживает (в электр. духовке) за счет постепенного нагрева. И чтобы не было резких перепадов температур, банку лучше сразу не вытаскивать, а подождать минут 5 с приоткрытой дверцей духовки. А если поставить банку в скороводку с водой, тогда 100% ничего не лопнет.

Вопрос на форуме : Леди, а чем плохи глиняные или керамические горшочки? Они огнеупорные, надёжные. Они с крышечками не железными. Но ещё лучше сделать крышечку из теста.
- Чем лучше? Да наверное, ничем.. Говорят, что вкус всё равно немного отличается от горшочных. Крышечка из теста для этого рецепта не подойдет, потому что курица должна "дышать". Не обязательно брать металлическую крышку, можно фольгу, только не плотно замуровывать.

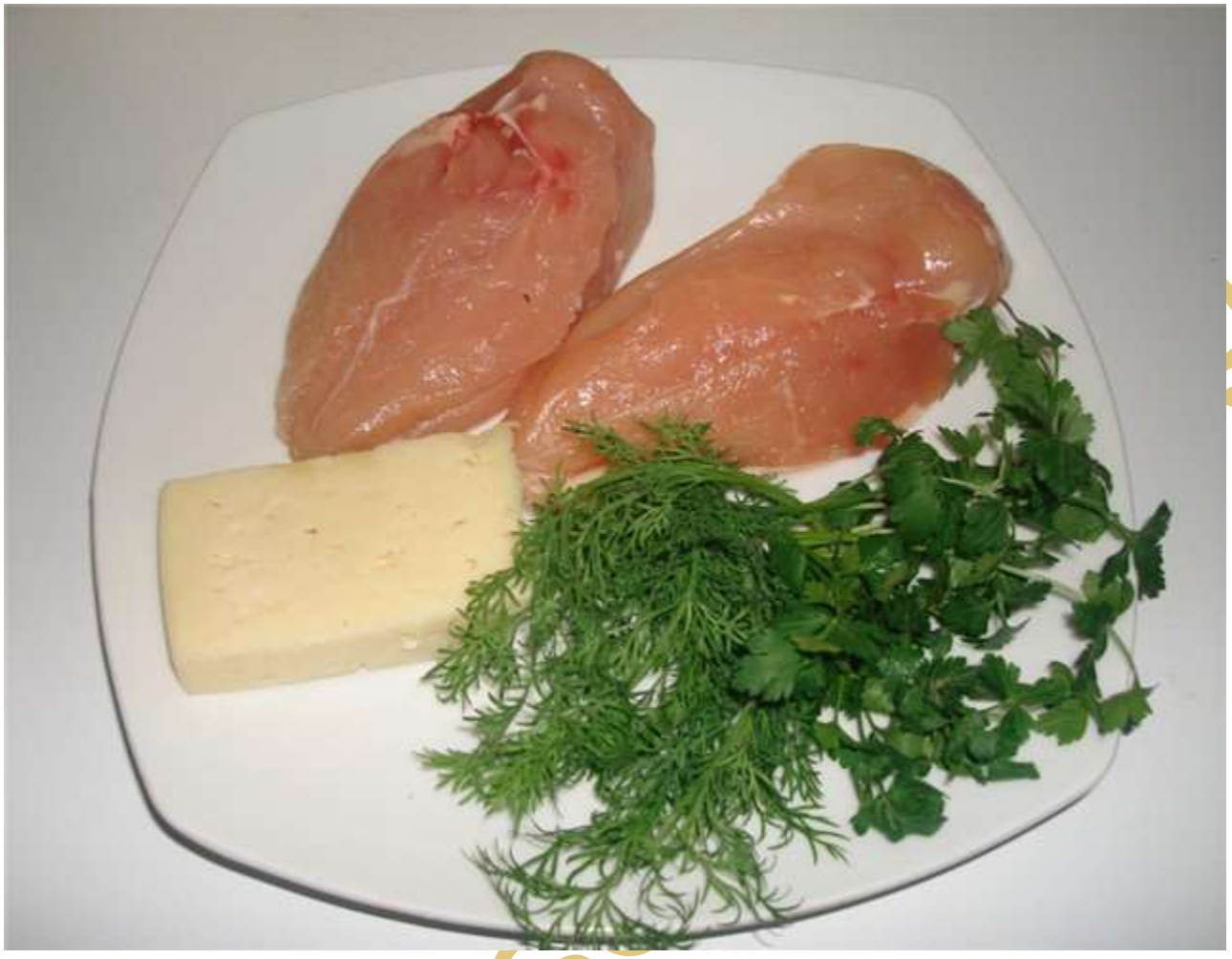
www.ps

Вкус очень насыщенный и нежный, даже косточки распадаются.
В литровую банку влезла курица весом 1,5 кг - вся, кроме грудки. С грудки сняла филе и сделала другое блюдо.
Вот оно:

Рулетики с сыром и зеленью

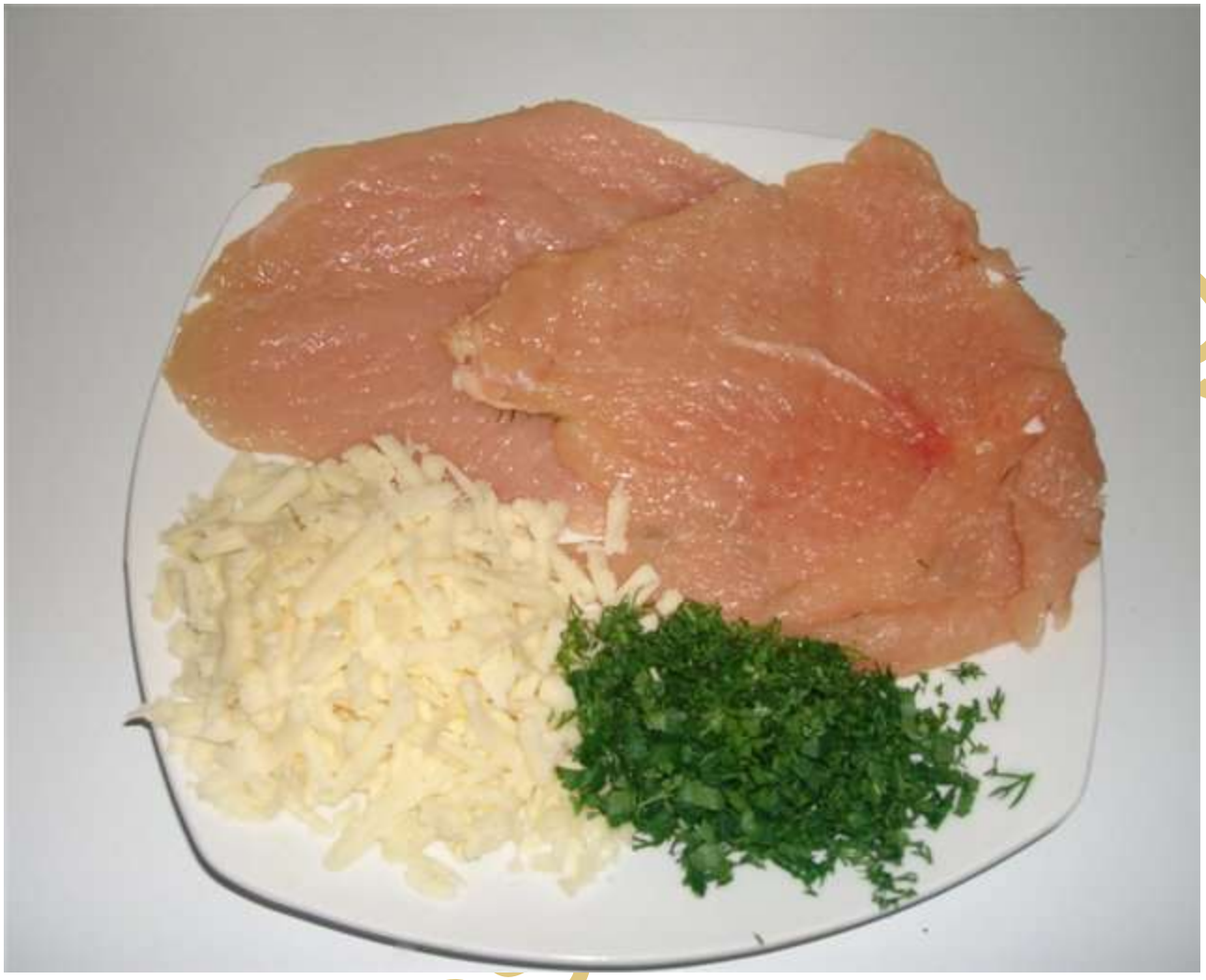
Ингредиенты:
Филе, твердый сыр, зелень, соль, перец.

www.ps



Готовить также без заморочек. Филе отбить под плёнкой, посолить, поперчить, сыр натереть, зелень порубить.

www.ps



Филе начинить, обвязать ниткой, слегка обжарить и в духовку на 5-10 мин.

www.ps

Кто на диете, можно не обжаривать, а сразу в духовку или в пароварку (главное, чтобы сыр не потёк).

www.ps

Приятного аппетита!

Интервью с Уайтой

February 5th, 2012

Уважаемые читатели, сегодня мы представляем участника форума и портала «Псориаз? Давайте лечиться вместе!» - Уайту. Ведущий интервью – Уго.

Информация из профиля:
Уайта, пол женский.
Регистрация: 2006

www.pso

Откуда: Торонто, Канада
Самовозложенный статус: шеф-повар

Комментарий ведущего:
Уайта входит в группу модераторов форума, является редактором ЖЖ, переводит кулинарные рецепты Дж.Пегано, придумывает рецепты сама, путешествует по всему миру и публикует всё это невообразимое количество информации с эффектными фотографиями и комментариями в форуме, портале и ЖЖ. На аватару Уайта поставила футуро-кубистическое полотно неизвестного автора с изображением крутобёдрой бабец, энергично шурующей у кухонной плиты адской раскраски, что также характеризует. Любителям словесности рекомендую обратить внимание на интересный стиль письменной речи Уайты, отличающийся забавным построением фраз в английской манере и своеобразными оборотами.

Ведущий:
Какие сведения о себе, кроме доступных из профиля, ты хотела бы сообщить в этом интервью ?

Уайта:
Что интересно читателю?
Семья – муж и взрослая дочь, уже окончила университет и начала работать. Я думаю, мой возраст легко определяется по этой характеристике. Хотя мое глубокое убеждение, возраст определяется состоянием ума и открытостью восприятия нового, способностью двигаться по новым, неисследованным дорогам для роста и саморазвития. Или может проще сказать наоборот, возраст определяется степенью зашорености.

Есть ли у тебя особенные политические или религиозные убеждения, на которых бы ты настаивала ?

Я аполитична до пофигизма, не знаю, хорошо это или плохо. Религия тоже не в моем спектре интересов. Муж не придерживается еврейских обрядов, а я христианских, но это не мешает мне печь куличи или делать вечером в пятницу праздничный шаббатный ужин по настроению.

Как псориаз повлиял на образ твоей жизни ?

Я прославилась! У меня наконец-то берут интервью !!
Стараюсь уезжать «из зимы в лето» и продлять сезон лета, солнца и моря в апреле-мае и в сентябре-октябре. С псориазом изменилось и мое ежедневное меню, хотя оно может и так бы изменилось, и без псориаза. Не изменил псориаз моей любви к хорошему вину. И блинчики с яблоками делаю по выходным, грешна.

Для многих российских читателей основной и яркой особенностью твоей личности является то, что ты живешь в Канаде. Давно ли это случилось, спонтанно или осознанно ?

Осознанно.
Уехали в 92 году в Израиль сразу с дальним прицелом на Канаду. Хотели бы сразу в Канаду, но денег не было. Уехали из России из-за квартирного вопроса и одновременно из-за желания посмотреть мир, а как там люди живут? В США не хотелось, Канада была выбрана из-за спокойствия, «меж берез дожди косые»

www.psoranet.org

(климат и пространство). В Канаде с 96.

Чем ты зарабатываешь на жизнь в той Канаде?

Разумеется, начала просто и незатейливо – программистом *(Вед. – ну, конечно! уж куда проще-то !).* Образование у меня мехмат, так что переквалифицироваться на программиста было не так уж и сложно. Но я уже давно не программирую, а «организую процесс», это мне не совсем по душе, хотя конечно же, стало больше времени, выше зарплата и прочие пряники.

Щёлкать задачки было интереснее, да и в своей роли я чуть-чуть комплексую из-за языка, хочешь-не-хочешь, а родным язык не стал. Свободный - да. Думаю на английском когда речь идет о работе или кино/ТВ. Однако для отдыха предпочитаю чтение и общение на русском. Хотя отсутствие интенсивного общения (возможно, главное, это отсутствие русского ТВ) сделали свое дело, мой русский несовременен и мне странно, что английские слова прочно и устойчиво переползли в русский язык, немного странно слышать современную русскую речь российского ТВ.

Где живете, насколько буржуазный районЧик?
Район никакой, хороший, обычный, спальный, дом близко от метро, в общем, как говорится «3-я улица Строителей, дом 25» ©.

У вас квартира или дом ?
Что в вашем жилье есть особо хорошее, а что бы хотелось переделать?

Когда мы решили покупать себе «место под солнцем», мы не думали о доме, искали квартиру. Но так получилось, что за те же деньги квартиры были малюсенькие. Да у моих родителей квартира была в 2 раза больше! Так мы пришли к мысли о покупке дома. Для меня был почти шок - дом? хозяйство? Дом был в ужасном состоянии, но большой и место великолепное, рядом с спецматшколой для дочки и близко к метро. Переделывали, наверное, всё в доме. Многое своими руками, но и мастерам дел хватило.

По просьбе Уго фотографии дома :
Этой мой последний проект. Мне надо было как-то дешево переделать "прачечную" (она была в ужасном состоянии). Я купила в IKEA занавеску на окно и весь дальнейший дизайн сделала отталкиваясь от стиля занавески. Стену покрасила под занавеску, трубы футуристические красные, городские. Часы "вокзальные".

www.psoranet.org

Конечно, свой дом я люблю, тем более мы его сделали «под себя».
Я не уверена что наш дом многим придется по вкусу, он совсем не американский, и вообще странен для многих. Например, у нас нет полированной мебели, в частности, нет обеденного стола. Вместо этого барная стойка на кухне для быстрого завтрака, да и ужинаем летом на веранде за журнальным столиком, зимой в гостиной за низким столиком, для гостей достаем временные складные столы.

Кухня без обеденного стола, но с собачкой, ее любимое место.

www.psora

Впрочем, если гостей до 10 человек, то они с удовольствием занимают низкие диваны, садятся на японские «стулья» на полу (я притащила из Японии). Мне нравятся большие открытые пространства с минимумом мебели, пока этого не везде достигла, но к этому стремлюсь.

Чего не хватает? Камина. Люблю открытый огонь. Но планировка дома не позволяет сделать камин в гостиной, а в другой комнате не хочется.

Ну и напоследок, фотография для любителей заглянуть в шкаф, это моя "холодная комната" или погреб или хламовник. Там я храню посуду для большого количества людей, еду (зимой), всякие хозяйственные запасы, все туристические вещи (палатки и прочее), ну и конечно спиртное.

www.psoranet.org

Ваши путешествия, о которых ты регулярно пишешь, являются довольно распространенным занятием в США и Канаде, в тяжелых случаях принимающим форму психоза.
Два-три раза в год люди едут-едут, едут-едут... Это у вас хобби или такая форма самовыражения ?
План путешествий наверняка составлен лет на пять вперед ?

Дружище, боюсь, это неправильная информация.
Канадцы и американцы ОЧЕНЬ консервативны, 90% не выезжали за пределы своего штата или провинции. Это мы, русские, любопытны и открыты новым приключением. Может, ты говоришь о русских американцах? Тогда верю. У меня на работе и высокооплачиваемые, и низкооплачиваемые сотрудники едут в all included. Прокладывать маршруты, изучать историю и интересные места в других странах, учить мало-мальские фразы на другом языке, заказывать гостиницы, машины, билеты - это так хлопотно, считают они.

Можно сказать, это у нас хобби, нам интересно. Сидеть скрючившись 17 часов в самолете, чтобы провести неделю-две в стране с цветущей сакурой - это того стоит. План путешествий более-менее спонтанный. Стараемся продумать на год, но планы могут меняться в связи с билетами или рабочими проблемами, так что окончательное решение принимается в среднем за 4-5 месяцев *(Вед. – ну конечно, буквально накануне выезда, каких-то 5 месяцев…)*

Далеко ли ты уже отошла от российских женских стандартов одежды, макияжа, шпилек и прочих? Насколько ты северо-американка в смысле шорты-майки-джинсы и пластиковые часы Swatch с Микки Маусом? Есть ли у тебя платья кроме ситцевых? Может, кожаная юбка или бархатное бордо с

www.psoranet.ru

декольте ?

Черные кожаные сапоги и хлыст в шкафу пойдет в зачёт? (смеется)
Была 2 года назад красная кожаная куртка, но не прижилась.
Конечно, я далека от русской моды. Страна, в которой ты живешь, накладывает отпечаток, изменяет тебя, если ты не слеп и не глух. Если на работе принято ходить в джинсах, будет неуместно придти в костюме с галстуком, верно? У меня на работе принят стиль casual, а это означает - носи что угодно, но не шорты и футболки с надписями/картинками.

Часы самые дорогие $400 (или 500? подарок мужа). А так дешёвые, от $20, а если оригинальные, то до $100. Нет пиетета к часам, хотя понимаю их социальный статус. Из «русских» привычек - дорогие дублёнки, обувь, сумки, украшения (в основном современные дизайнерские, не золотые). Из американских - 5 пар разных джинсов, шорты, летние сандалии, 2 пары кроссовок, кожаная ковбойская шляпа для походов.

Есть ли в вашем с мужем облике, повседневных манерах нечто, безусловно выдающее факт «рождения в СССР»?

У мужа борода, усы, очки - довольно типично для русских *(Вед. – да уж...).* Но к нему почему-то всегда обращаются на французском, чему он искренне радуется, но язык не учит. Он много шутит и необидно прикалывается, что также нехарактерно для канадцев.

С ним недавно был забавный случай: в Новой Зеландии к нам подошел мужчина и предложил мужу пройти тест, ответить на вопросы: что нарисовано на картинках. Забегая вперёд, скажу, что это был проповедник, возможно, церкви «Свидетели Иеговы». Картинки типа «не укради» и прочее. Муж, конечно же, начал прикалываться. Всё не помню, но, например, по поводу картинки, на которой кто-то в маске с прорезями для глаз вытаскивает через разбитое стекло машины сумку с лаптопом, муж псевдо-задумчиво сказал: «Мне кажется, это какой-то добрый человек помогает чем может после аварии, анонимно дарит свой лаптоп водителю.» И всё в таком духе, собралась толпа, все смеются. Проповедник со вздохом сказал: вы, наверное, русский еврей? Так что идентифицировать нас можно. *(Вед. – проповедник был выдающимся профессионалом)*

Какова история появления твоего никнейма ? Это расизм ?

Хороший поворот, остроумно, я заулыбалась. История за ником весьма проста *(Вед. – обратите внимание на характерно нероссийский речевой оборот)*. Мой старый е-мэйл был y2k. В переводе с программистского на обычный язык - год 2000. Я зарегистрировалась на форуме с этим ником, но он был неудобен. Кроме того, большинство пишут на русском языке, и английские буквы вызывали затруднение. Ну я и попросила сократить ник до 2х букв , сменить ник на английские «У» (Уай) и «2» (Ту), изменив ник на женский род.

(Вед. - Это объяснение Уайтой истории ника напоминает старый анекдот, в котором мальчик 5 лет спрашивает отца: «А почему, когда я кусаю яблоко, оно в этом месте желтеет, а потом становится коричневым?» - «Видишь ли, сынок, таковы особенности поглощения спектра на внешних электронных оболочках трехвалентного железа, содержащегося в пектинах яблочного сока», на что мальчик спрашивает: «Папа, а ты с кем сейчас разговаривал?»…)

www.psoranet.org

И в интервью, и в сообщениях на форуме ты частенько завершаешь вопрос словом «...верно?». Ты выражаешь сомнения в правильности собственного тезиса, или проверяешь адекватность восприятия вопроса?

Я приглашаю к разговору и даю возможность оспорить. Категорические суждения или авторитарные высказывания вызывают неприязнь... верно?

Многое ли в твоей жизни означает работа, исключая её денежный аспект? Бросила бы ты работу, если бы существовала материальная возможность? А может, создала бы какую-то работу лично для себя, может не очень выгодную, но бешено приятную?

О, да! Бросила бы.
Мне надоело делать то, что я делаю, хочу новенького. К тому же хочу просто отдохнуть, у меня куча увлечений. Женские игрушки: люблю шить, вязать, мастерить.
И конечно, мои «художества».

Я не художник, как Рэд *(Вед. – интервью с участником форума RedMen было опубликовано в ЖЖ в декабре 2011 года)*. Я пишу для себя, маслом и акварелью. Ничего особенного, посредственные работы. Но мне приносит удовольствие их делать, и друзья стоят в очереди их забрать. Обычно работаю запоем. Потом перерыв, вот сейчас затянулся на полгода. Пробовала было коммерциализировать, сделала и продала несколько картин на заказ. Но... это не для меня. Я начинаю переживать, что всё не так, переделывать, улучшать, в общем, получается долго, невыгодно и без удовольствия. И уж точно вдохновение пропадает. Если бы было время я бы, например, изучила старую фламандскую технику, хочется попробовать. И разобралась, наконец, с акварелью. Я пока делаю ошибки, которые акварель не прощает, нужно учиться.

Помнишь вопрос царя Ивана Васильевича из одноименного фильма: «Ты чьих будешь?»
Из какой ты семьи, кто твои бабушки ?
Кем бы ты родилась 100 лет тому назад ?

Обычно такой вопрос свидетельствует о воспитанности собеседника. Люди много, с удовольствием и гордостью говорят о своих предках. Остальные, сдержанно зевая про себя, терпеливо слушают. Ну что ж ... «Ты этого хотел, Жорж Данден!»

Я думаю, 100 лет тому назад я бы не родилась. Предки слишком разнились по социальному статусу, чтобы мои родители могли бы встретиться. Мой прадед был священником, женатым на дочке священника. Другой прадед был крестьянином, говорят, умер от белой горячки, пил много (вот они, корни!). Мой первый дед ушел из семьи священника, поступил в Петербургский университет в 1914 году на математический факультет. Изменил фамилию в 18 году на одну букву (а как же иначе, прадеду вообще пришлось бежать от красного террора), защитил диссертацию и женился на учительнице. Так появилась моя мама.

Мой второй дед ушел из деревни и стал мелким кустарём на Сухаревке. Тоже сменил букву в фамилии, так

www.psoranet.org

как после НЭПа даже мелкие нищие кустари считались врагами народа. Женился на санитарке. Так появился мой папа. Папа - талантливый художник, однако поступил в строительный и стал талантливым ученым. Мама астроном и физик. Родителям пришлось пережить многое - войну (папа был ранен под Курской дугой), сталинское время, распределение после окончания ВУЗа и переезд из Москвы в российский провинциальный город, в котором они и остались. Я последний, очень поздний и любимый ребенок.

Употребленные тобою в интервью цитаты свидетельствуют об определённой рафинированности литературных пристрастий.
Ты вообще книжный червь ?

Мой брат как-то сказал своей подруге, что она умна как старая очковая змея. С тех пор он, вспоминая об этом, бессознательно потирает скулу с левой стороны и весьма осторожен в комплиментах (улыбаюсь). Прости, не могла отказать себе в удовольствии повеселиться.

Скорее, старый багаж. Всегда читала много, да и сейчас также читаю везде и всегда, однако теперь часто ерунду, чтобы расслабиться от стрессов. Иногда залезаю в какие-то заумные дебри, не стесняюсь бросать, если автор становится скучен или просто «не идёт». Из последней ерунды - Кеннет Фоллет. Начала с вещи «Столпы Земли», понравилось (Англия, 12 век, строительство храма, антураж был достойный). Потом прочитала некоторые другие его вещи и разочаровалась.

При редактировании текста интервью я обнаружил некоторые типичные ошибки, совершаемые профессиональными машинистками (которых нынче уж и нет), в любом случае это говорит о том, что текст набирался с впечатляющей скоростью. Ты печатаешь профессионально ? Почему, откуда это ?

Откуда - не знаю, но действительно печатаю с приличной скоростью, впрочем, не 10-ю пальцами, а только 6-ю, это далеко до профессионалов.

Ох, ошибки скорее от невнимательности, с грамотностью у меня всегда были проблемы - я бегу за мыслью, не обращая внимание на «частности», т.е. грамматику. Потом всегда стыдно за свои ошибки. Печатаю быстро на английском, русский расклад разный на разных компьютерах, я его, конечно, помню, но все равно ошибаюсь *(Вед. – обратите внимание, Уайта «расклад помнит». Это означает что на её клавиатурах не нанесены кириллические буквы).*

Расскажи о твоей работе по переводу кулинарного приложения «Healing Psoriasis Cookbook» книги Джона Пегано.
Насколько это было сложно?

Да, я переводила книгу-приложение, рецепты. Текст мне прислал Генка. Я не закончила все рецепты, мне неинтересно просто публиковать их на форуме без своих комментариев. Часть рецептов мне изначально не понравилась, часть просто не закончила, как бы отложила на потом, но «потом» пока ещё не наступило. Переводить не сложно, и готовить тоже.

www.psoranet.org

А вот обрабатывать фото, печатать, править, ставить всё в интернет – это большая работа. Хорошо, что мне помогали многие участники форума. Все мои корявости, описки и ошибки были выверены великолепными редакторам и советчиками - Тереза, Виноградинка, Фрол, Хелп. И нельзя не отметить техническую поддержку Статора. Так что это совместный труд.
(Вед. – упомянутые Genka, Тереза, Vinogradinka, FROL, help, Stator – ветераны, модераторы и администраторы форума; интервью с которыми мы предполагаем опубликовать в этом году).

На форуме и портале «Псориаз? Давайте лечиться вместе!» ты ведущий автор всех кулинарных рубрик, в первую очередь, разумеется, топика о кухне Пегано. Насколько гипертрофирована твоя личность в сторону кухни и еды ?

Рассматривая картинки старой кулинарной книги 1952 года, я с детства знала - чтобы осветлить бульон из севрюги, надо положить туда ложку паюсной икры. Загадочные слова завораживали... севрюга, икра. Это, так сказать, мое теоретическое кулинарное образование.

Начав переводить Пегано, я записалась на всякие кулинарные форумы и научилась готовить блюда многих стран. Но несмотря на это, я продолжаю изучать хитрости и нюансы хорошей готовки, научилась пользоваться новыми инструментами, не пренебрегать специями, использовать новые продукты (фенхель, сельдерей, разные виды салатов, орешков, семечек и прочее и прочее), в общем, с удовольствием самоусовершенствуюсь. Быть может, я даже проверю на практике про уху из стерляди.

Могу даже дать совет про уху.
Во-первых, не заморачивайся выбором осетровой породы, тем более что в первом абзаце ты сказала «севрюга», а во втором абзаце – «стерлядь». Для обычного человека нет разницы между ухой из белуги, стерляди, метиса бестера или веслоноса.
Во-вторых, при цене на икру в России от $1000 за килограмм, делать из зернистой паюсную, т.е. отделять оболочки – откровенное расточительство. Так что можешь осветлить бульон любой лососевой икрой, слегка размяв её пестом.

В течение недели мы все предпочитаем простую еду, да и вечернее время жалко тратить на готовку. Впрочем, «простой зеленый салат» довольно быстро можно сделать изысканным, добавив, например, прозрачно тонкие пластины огурца, немного слабо обжаренных с чесноком горячих грибов на «капле» трюфельного масла.

Всё делаю быстро. Готовить люблю, но делаю редко, т.е. минимальная готовка есть, но изыски только по выходным или под настроение. Вообще кухня у меня на последних местах в череде моих увлечений.

С моей точки зрения, твои рецепты имеют откровенно североамериканский характер - готовить недолго, просто, доступно дилетанту. В представляемой тобою кухне нет флёра высокого искусства, как во французской кухне, или чуда метаморфоз, как в китайской.

Согласна, что рецепты имеют североамериканский характер, но это подразумевается, ведь это рецепты американца Пегано. Однако, к моему удивлению, оказалось, что 20-30% рецептов весьма и весьма изысканы, например:

www.psoranet.org

- французский рыбный суп,
- баранина с приправами,
- лосось с огуречной подливкой,
- суп из спаржи,
- шербеты.

Тем не менее, действительно трудно создать «высокое искусство» без обжаривания продуктов и без важных ингредиентов, тех же помидоров, например.

Каковы были твои отношения с кухней до появления псориаза ?

Виртуозно делала (и делаю) пирожки. Теперь готовлю их только 2 раза в год. Виню псориаз, а на самом деле ленюсь, да и вес надо держать. До перевода книги Пегано наше меню было довольно однообразным, хотя появилось уже много нового, и майонезные салаты почти исчезли из рациона, но новый опыт сильно расширил мои горизонты и многому научил, как я уже говорила. Помнится, Хелпыч был у меня проездом и ему достались мои первые Пегановские опыты, до сих пор неловко вспоминать, что мясо было слишком пряное, а лодочки из цукини с грибами не пропеклись. Училась ещё. Хотя, как вежливый человек, Хелп всё съел и даже рискнул похвалить.

Ввиду твоей энергичности, целеустремленности, ориентации на позитив и заботу о Человечестве, ты представляешь собою ценный кадр в качестве волонтёра «Greenpeace». Как ты относишься к такой идее ? Ты по жизни спасаешь опоссумов из сливных труб и вообще, могла бы метнуть гранату-вонючку в японское посольство за то что они пожирают мясо синих китов ?

У меня странное отношение ко всяким борцам. В данном случае, я вижу, что борцы за экологию зачастую не бедствуют, живут в домах со стеклянными стенами и на обогрев/охлаждение таких домов тратят экологические ресурсы, о которых так страстно говорят.

Мусор я аккуратно сортирую, воду просто так не лью, но не экономлю. Свою собаку спасаю, когда она лезет в сливную трубу, а в японцев верю. Те, ежели одного съедят, то трёх вырастят. Над канадскими инструкциями (к мышеловкам) «после того как поймаете мышку, отвезите ее на 5 км от дома и выпустите» я смеюсь.

****

Итак, уважаемый читатель, мы познакомились с Уайтой, и вы наверняка догадались, что у неё внутри содержатся генератор, трансформатор, аккумулятор и моторчик. Или даже два моторчика. От имени всех читателей благодарю Уайту за интервью и желаю безотказной работы этого уникального комплекса! До будущих встреч. Ваш Уго.

www.psoranet.org

Псориаз при беременности и после родов. Часть 5

February 6th, 2012

Заметки от Аргус

7. Кормящая мама в пятнышко

Вот он, Ваш малыш! Нежность и счастье переполняют Вас! Мы сердечно поздравляем Вас! Позади и тяжелые последние месяцы и удивительные роды и вся Ваша жизнь, жизнь без этого крохотулечки на руках, такого родного и самого-самого… Теперь всё в вашей жизни по-другому, даже если это не первый малыш. Счастья Вам, здоровья и гармонии!

Пришла пора новых забот и волнений. Иногда в к последним добавляется и псориаз. А как же иначе. Ваш организм снова затеял глобальную перестройку. Гормоны меняют Ваше тело. Увы, вот не очень утешительные цифры: из 16 мамочек кто явно высказался о своем состоянии после родов и во время вскармливания, у 6 - псориаз обострился сильно, у 8 - просто обострился, и лишь за 2-х мы можем порадоваться – у них он прошёл совсем. Чаще всего он обострялся через 2-3 месяца. НО! На форум приходят чаще в отчаянии, значит есть надежда, что эти цифры, если мягко сказать, не абсолютные.

Не надо отчаиваться, гормональные сдвиги рано или поздно проходят, и у нас появляются все шансы вернуть себе красоту и чистоту кожи.

Помимо гормонов, заботливую маму преследует сильная усталость, неравномерное и безрежимное питание, прерывистый сон – всё это тоже провоцирующие факторы. Мы надеемся, что Вам удалось найти себе помощников, которые не только помогли Вам войти в этот непростой ритм жизни, но и убавили влияние негормональных факторов.
С мамами, которые в силу тех или иных обстоятельств решили не кормить ребёночка грудью, в принципе всё понятно. Они, как и все мы, рискуют только собой. А как быть тем мамам, которые не смогли пренебречь защитой малыша, в том числе и от предрасположенности к псориазу? Тем мамам, которые имеют счастье каждый день с любовью прижимать кроху к себе, даря ему часть себя и особые обережные ласки…

Итак, форумчане советуют прежде всего поберечь нервы и не входить в замкнутый круг: "ах, псориаз – значит нервы и стресс – нервы – значит, псориаз!".

Мы с Вами:

клариса : *"Нуууу.. чего же ты плакаешь-то! Не нужно этого,тем более ребеночка кормишь, ему все передается.. Не надо! Чем больше будешь нервничать, тем хуже... Нужно взять в руки себя, это же временно всё, пройдет, не переживай!"*

www.psoranet.org

Stella: *"Держись. Не плакай, хотя сама тоже рыда... всё пройдёт, сейчас просто обострение".*

Catia: *"Не отчаивайся - это всё пройдет! Докорми грудью хотя бы до введения прикорма. А вообще, сейчас очень хорошие смеси и нет большой трагедии, если не докормишь грудью до года".*

аргус : *"не плачь… Верь, ты справишься, по-другому тебе нельзя, здоровье малыша важнее всего на свете. Удачи тебе и всем мамочкам в аналогичной ситуации!"*

Пока псориаз оккупирует тело – это полбеды, но когда он полез на грудь… - вот здесь начинаются настоящие проблемы грудного вскармливания. Чем и как лечиться, как поддержать этот естественный природный процесс?

FROL считает: *«Лечиться ничем, пока кормит, не нужно, поскольку - бесполезно (гормональные изменения, запускающие и поддерживающие лактацию и одновременно провоцирующие псориаз - такие мощные, что им нечего противопоставить)… Гормональные же изменения после родов, с началом лактации, обычно дают обратный эффект - "откат" , т.е. псориаз вспыхивает с новой силой. И также не нужно активно лечиться в этот период - во-первых, практически бесполезно, во-вторых, из предосторожности - ввиду возможного влияния применяемых средств на малыша через молоко...».*

Да, с точки зрения разума и логики с этим сложно поспорить. Но даже если и не принимать это мнение буквально, кормящие мамы, столкнувшиеся с проблемой псориатических бляшек на сосках, и желающие кормить свое чадо дальше, вряд ли согласятся с такой категоричной точкой зрения. Болевой синдром и психологический дискомфорт могут запросто заставить маму побыстрее бросить кормление.

Что же делать? Вот основные выжимки мыслей мам, столкнувшихся с этой проблемой и нашедших для себя лично выход из этого, казалось бы, тупика:

Gap: *«От зуда попробуй либо дорогой "Прурисед" (Урьяж), либо дешевую цинково-салициловую мазь. Можно вместо этого крахмалом пудриться, или капустные листья прибинтовывать. Можно попробовать всякие детские крема, а также Pure Lan -100 (?) фирмы МУСТЕЛА, он от трещин сосков, но крем замечательный для воспаленных, "ободранных" участков кожи. Он единственный на "проблемных" участках кожи не вызывает пощипывания, а это уже великое дело!*
Еще святое дело кормящей маме пить нужные витамины, заваривать шиповник, компот из сухофруктов, отвар овса, перловки с лим. соком, можно чай спец. из "детской" серии, которые в 36,6 в круглых банках от колик и т.д., там есть и для мамочки! Глядишь и псориаз поутихнет.
Есть также препарат "Элькар", который назначают даже новорожденным детям при задержке роста, ослабленном сосательном рефлексе и т.д. Спроси у врача - значит, и тебе можно? т.к. там в показаниях есть псориаз (это L-карнитин, родственник вит. группы В)…
… Ещё березовые листья - отвар пить. Мазей можно наделать самой - из той же березы, крапивы со сливочным маслом - см. в книгах»

Stella: *«Когда совсем плохо было, то мазала Элокомом, но это было пару раз за всё время. Этого делать не нужно.*
Покупала мазь "Чага", детские кремы, "Пурелан" тоже очень хорошая вещь. Ещё очень помогают солевые ванны, или обтирание солью. 2 кг соли на ванную, но с полной грудью очень тяжело париться в

www.psoranet.org

ванной, поэтому лучше обтираться солью (будет печь), но мне помогало... Вот солидол помогает отлично (очищенный), я в период кормления мазалась...»

Ana: *«Мне солнце помогло, прошел почти весь»*

apryc: *«1. Если он где угодно... подожди и не нервничай, начнешь лечиться, когда кончишь кормить.*
2. Если полез на грудь, бей тревогу, может полезть на соски и тогда беда. Если добрался до сосков, мажь Пантенолом (смывать перед кормлением!), Адвантаном (крайне редко - истончает кожу, смывать перед кормлением), Бепантеном (можно не смывать, стиреть лишку).
3. Можешь мазюкаться салициловой 2% и принимать солевые ванны (я рискнула принимать ванны с маслами (пихтовое, анисовое, чайное дерево, можно с травами) за 2 часа до кормления через 1 день (желательно не более 12-14 процедур, потом месяц перерыв).
4. Намаявшись, я была настолько дисциплинирована в лечении, что выполняла схему от и до в течение 4,5 месяцев (личный рекорд!) и в итоге прошла зиму не только без обострений, но и даже подлечилась немного, тьфу-тьфу-тьфу, кормлю до сих пор…
….Да ещё можно мазюкаться маслами типа оливкового, кедрового (сейчас мажусь, эффект хороший)»

«Выживаю пока так:
- воздушные ванны 7-10 минут после кормления
- потом толстый слой крема Д-пантенол 5% (кстати, бепантен имеет то же действующее вещество и в том же объеме, но отчего-то Д-пантенол действует интенсивнее), и хожу как гетера еще полчаса
- кормление по принципу "через раз" - это дает груди время на отдых
- днём стараюсь из груди кормить пореже, сцеживаюсь по максимому от возможного, естественно ручками, молокоотсос, негодник эдакий, кожу травмирует не хуже дитенка, ну может чуть по легче - руками хоть и долго и нудно - зато с минимальным ущербом для кожи сосков
- взяла смесь для кормления и при ситуации "совсем невмоготу" все-таки даю искусственную смесь, как правило, это раз в день, что увеличивает время заживления сосков. Думаю, что лучше раз в сутки дать смесь, чем совсем раздраконить соски и лишиться возможности кормить малыша молочком, тем более что молоко с кровью для малыша - это совсем не то же самое что коктейль кровавая мэри для взрослого
- ну и стандартные вещи типа правильного прикладывания к груди»
«Кстати мы тут спорили насчет загара - в качестве физиотерапии для профилактики от трещин сосков использовался ультрафиолет на соски в течение 3 мин. на каждый, так что в виде гетеры тихонько по 5 минут начала сидеть на балконе - к нам тепло пришло»

galka: *«Мне хорошо помогал левомеколь. Сцедила, обсушила, приложила ватный спонж с мазью. Раз в 2-3 часа подмазывала. Молока хватало, поэтому просто сцеживала. За два дня мало-мальски рана подзатягивалась»*
«Детские крема лучше брать обычные, типа "Калина" (производитель) - у нас с лисичкой крем и "Я сам"»

voa: *« Я вот по совету девочек попробовала ванны с овсянкой - вещь очень классная. Принимаю душик с мочалочкой из овсянки утром и вечером, потом лосьончиком детским увлажняю (у меня Саносан). За 4 дня я вижу, что на руках дело стало чуть получше и больше "комариные укусы" не появляются. На голову масочки увлажняющие. Сильно сухие участки смазываю Меделой или Бепантеном. Шиповник пью вместо чая. Стараюсь не есть выпечку и прочие вкусности (это сложнее всего). Дюфалак вот натощак принимаю по 10 мл. В общем, как-то спокойнее мне стало! За что спасибо девочкам и этому форуму!»*

www.psoranet.org

«Топикрем я применяла 2 раза в день после душа - утром и на ночь (после кормлений). Когда не было времени на душ, использовала термальную воду перед нанесением. В общем и целом, я довольна! Псор чуть поутих»
«У меня наметилась положительная динаминка после 2-недельного применения Топикрема в сочетании с обычным увлажняющим молочком для тела. Пятна стали менее яркие, более гладкие. Мелкие ушли, а вот с большими пока не распрощались.»

Zalya25: *«Ты знаешь, когда у меня была эта проблема, я использовала силиконовые накладки для груди. Многие отговаривали, мол, ляля откажется от груди, но этого не произошло, учитывая, что мы довольно долго ими пользовались... Да и мне не было так больно, и грудь зажила.»*

инкогнито: *«Ванны с отваром (кора дуба - одна пачка на 10 л кастрюлю +1 пачка мяты), а можно сбор для купания младенцев настаивать, там тоже мята и кора дуба есть и ещё череда. Ну первый раз каждый день делала - низ очистился где-то на 5-й месяц кормления, но всё равно тяжело было. А в этот раз 3 раза к остеопату сходила, после этого вроде бы подсыпать перестало, но всё равно площадь большая.*
Конечно, все зависит от тяжести ситуации, и конечно, сначала стоит перепробовать все нейтральное типа детского крема и кремов от трещин на сосках, ванн с солью, ванн воздушных, солнышка и лишь в крайних случаях, после советов врачей, прибегать к препаратам типа Элокома или Адвантана (они гормональные).»

Кому совсем невмоготу - о длительности кормления:
- «кровавый» минимум – 4 месяца,
- желательный минимум – 6 месяцев,
- желательный срок – 1 год и немного более (особенно если год приходится на лето, летом обычно не отлучают)

Пусть кормление грудью будет вам в радость и длится столько, сколько Вы желаете, Вы и Ваш малыш! Удачи и здоровья всем вам!

Будьте счастливы и прекрасны! Мы любим вас!

Природа и причины псориаза: 1. Генетическая теория

psoranet

February 7th, 2012

www.psoranet.org

Псориаз - хронический дерматоз неясной этиологии с очень сложным патогенезом и рецидивирующим течением. Большинством исследователей в настоящее время разделяется точка зрения, что это системное заболевание организма мультифакториальной природы с участием генетических и средовых факторов. Эта же точка зрения преобладает, на основе опыта и наблюдений, среди участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!".

Существует много теорий причин и механизмов развития псориаза. Далее мы остановимся на генетической (наследственной) теории этиологии, отметив, что среди множества других теорий и гипотез возникновения данного заболевания она в настоящее время является одной из основных. Предпосылками для неё явились многочисленные достоверные наблюдения массовых случаев семейного проявления этого дерматоза с высоким риском выраженности заболевания в первые два десятилетия жизни. На современном этапе наших знаний псориаз можно представить как хроническое рецидивирующее системное заболевание, притом развивающееся, как правило, у генетически предрасположенных лиц. В основе клинической симптоматики псориаза лежит повышенная репродуктивность клеток эпидермиса во всей коже больных, что указывает на нарушение активности центральных нейро-эндокринных звеньев регуляторной системы, контролирующей функциональное состояние клеток.

При изучении роли наследственности в возникновении псориаза получены данные, очевидным образом свидетельствующие в пользу этой концепции. Было установлено, что нарушение обменных процессов в крови и коже больных стойки, возникают рано, предшествуют клиническим проявлениям и выявляются у клинически здоровых кровных родственников при семейном псориазе. Изменения метаболизма белков, жиров, ферментов и электролитов при псориазе также передаются по наследству, что формирует предрасположенность к болезни. Полагают, что в основе этого процесса лежат энзимопатии генетического происхождения. Проявление же заболевания наблюдается под влиянием экзо- и эндогенных факторов (физическое воздействие, инфекционные заболеванния, социальные факторы и т. д.).

В сосудах кожи больных псориазом и их кровных родственников были обнаружены однотипные ультраструктурные патологические изменения, которые появляются задолго до клинических проявлений заболевания. Были определены значения эмпирического риска наследования псориаза. Для сибсов пробанда, т.е. сибсов, относительно которых проводится сравнение, риск составляет 6,1-7,75% (сибсы - братья и сестры, имеют 50 % общих генов); если оба родителя здоровы - 4,7%; при наличии одного больного родителя - 14,5-16,7% (при теоретической вероятности 25% для ребенка в этом случае, и 75% при заболевании обоих родителей). У 60% пациентов обнаруживаются родственники и предки, страдающие или страдавшие псориазом.

Исследованиями последних лет установлено, что псориаз связан с различными генетическими маркерами, наличие которых является риском развития заболевания. Некоторыми исследователями не исключается также и влияния вирусов на генетический аппарат клетки. В результате внедрения вируса в геном клетки нарушается код наследственной информации и создается новый геном трансформированных клеток с изменёнными наследственными свойствами.

Однако, будучи мультифакториально наследуемым, псориаз не является, строго говоря, наследственным заболеванием. Доказано, что псориаз наследуется аутосомно-доминантно, с неполной пенетрантностью. Изучение молекулярно-генетических основ развития чешуйчатого лишая позволило установить важную роль в детерминации предрасположенности к псориазу по многим генам. На сегодняшний день картировано несколько хромосомных локусов предрасположенности к псориазу. Наиболее значимым в

www.psoranet.org

этой группе считается локус PSORS 1 в регионе 6p21.3, простирающийся от гена MICA до гена CDSN, где располагаются и гены системы HLA (Human Leukocytes Antigens), среди которых антиген HLA-Cw6 проявляет достоверную ассоциацию с заболеванием. Возможно, локус PSORS 1 содержит не один главный ген, ответственный за возникновение псориаза, а скорее кластер аллелей, которые связаны с развитием заболевания. В настоящее время показаны ассоциация аллеля 2 и совокупности аллелей 1/2 маркера M6S190 с тяжелым течением псориаза. Установлена ассоциация антигенов тканевой совместимости HLA-B13, HLA-B17 с вульгарным псориазом, HLA-B27 — с артропатическим псориазом.

Выделяются несколько этиологических и патогенетических факторов, которые предрасполагают к развитию болезни и провоцируют её клинические проявления. Сегодня с уверенностью можно говорить, что основным предрасполагающим фактором является генетический. Вместе с тем причина псориаза мультифакториальна, т.е. патогенными факторами являются изменения липидного, ферментного, частично белкового и углеводного обменов, сдвиги аминокислотного метаболизма, сочетание с очагами фокальной инфекции стрептококковой или вирусной природы. В сущности, как уже говорилось выше, наследуется не сам псориаз, а предрасположенность к нему - изменения нейро-эндокринных механизмов, сдвиги в обмене веществ, особенности строения кожи. Кроме того, следует учитывать, что псориаз вообще встречается весьма часто, и потому наличие заболевания у родителей (или других родственников) и у детей не всегда связано с наследственными факторами. Исходя из вышесказанного, псориаз, будучи полиэтиологическим заболеванием, требует при своем лечении такого же многостороннего подхода.

Использованные источники

И. В. Хамаганова. «Современные подходы к терапии псориаза» (2006) – http://www.lvrach.ru/2006/05/4533891/
Г. М. Беляев, П. П. Рыжков. «Псориаз. Псориатическая артропатия» (1998) - http://www.provisor.com.ua/archive/1998/N17/psoriaz.php
Г.Н.Маринина, В.С.Маринин. «Лечение псориаза» (2011) – http://www.psora.net/stuff.html
«Псориаз» (MEDinfo) - http://www.medinfo.ru/sovety/derm/03.phtml

Средства гигиены при псориазе. Шампуни. Часть 1

February 8th, 2012

Сегодня я начинаю публиковать серию заметок про шампуни и прочие средства гигиены – мыло, гели, пенки. Информация взята, конечно же, с нашего **форума «Псориаз? Давайте лечиться вместе!»** - http://psoranet.org. Всё о чём пойдёт речь дальше, опробовано на личном опыте наших форумчан с положительным результатом.

Кожа с псориазом сухая, воспалённая и чувствительная. Поэтому ей нужен особый уход – как минимум мягкий и не раздражающий, а желательно ещё и лечебный.

www.psoranet.org

Мнения могут отличаться, но по поводу шампуней я лично согласна с форумчанкой **Flor**:
«Про обычные шампуни из супермаркетов лучше вообще забыть».

Шампуни являются косметическим средством и на их помощь в борьбе с псориазом особенно полагаться не стоит. Но по опыту форума видно, что шампуни могут помогать или хотя бы не вредить больной коже. При псориазе используют как мягкие нейтральные шампуни, так и содержащие лечебные компоненты – дёготь, мочевину, салициловую кислоту, ихтиол, цинк. Лечебные шампуни обычно продаются в аптеках и некоторые из них даже внесены в список лекарственных средств.

Что касается использования шампуней, некоторые форумчане согласны с мнением **FROL'a:**
«Вот и я так же чередую шампуни (правда, не от Агафьи, а обычные). Т.е. по-разному, но пришли с Очередным к одному и тому же - чередование средств дает лучший эффект и для кожи, и в смысле зуда, перхоти, и др. ... Только меняю чаще, не через неделю-две, а через 2-3 дня.».
А другие наоборот, нашли для себя оптимальный шампунь и не меняют его, как **Bagira:**
«Пользуюсь им уже несколько лет (*прим.- шампунем «Плыви» фирмы LUSH*) и попытки попробовать новомодные шампуни (кроме ГЧМ) сразу наказывались сухостью и белым снегом».

Часть 1. Шампуни с дёгтем

Подготавливая заметку, я решила выделить в отдельную группу **шампуни с дёгтем**, так как на форуме о них пишут очень часто.
Деготь в составе шампуня бывает разный – берёзовый, каменноугольный, можжевеловый, сосновый. Шампуни с дёгтем помогают многим форумчанам сдерживать проявления псориаза. Но, как известно, в нашем случае всё индивидуально. Есть те, кому дёготь в составе шампуня сушит кожу и не даёт лечебного эффекта для псориаза. В таком случае ясно, что шампунь не подходит. Также шампуни с дёгтем имеют минус – резкий запах. В общем, пробуйте и ищите то, что пойдет именно вам.
Если вам подошёл один шампунь с дёгтем, но в продаже вдруг его не оказалось, то возможно подойдёт другой похожий.

www.psoranet.org

1. Шампунь Фридерм -Дёготь

2. Шампунь «Альгопикс» с можжевеловым дёгтем, производство "Medica" AD, Болгария (продаётся в Украине). Также есть и жидкость Альгопикс для обработки ВЧГ, тоже с дёгтем и салициловой кислотой.

www.psoranet.org

3. Твёрдый шампунь фирмы LUSH – «Плыви» с можжевеловым дёгтем (продаётся без упаковки).

4. Шампунь «Тана» дёгтярный.

www.psoranet.org

5. Шампунь «Зелёная аптека» Цинк + берёзовый дёготь», против перхоти и себореи.

www.psoranet.org

6. Шампунь от Бабушки Агафьи «Дегтярный для Бани».

www.psoranet.org

7. Шампунь Дёгтярный традиционный на основе мыльного корня при себорее «Аптечка Агафьи»

www.psoranet.org

8. Шампунь "911" дегтярный.

www.psoranet.org

9. Шампунь «T/Gel»(с дёгтем) фирмы Neutrogena.

10. Финский дегтярный шампунь «Terva Shampoo Tjarscampo» (содержит дёготь финской сосны).

www.psoranet.org

11. Шампунь «Alphosyl» (Альфосил) (с каменноугольным дёгтем)

12. Шампунь «Золотой шёлк» (с берёзовым дёгтем).

13. Бальзам-маска «Ревивор» Деготь-Цинк (применяется после шампуня для смягчения кожи и волос).

psoranet.org

14. Шампунь POLYTAR LIQUID от STIEFEL с дёгтем.

15. Шампунь FONGITAR с дёгтем.

www.psoranet.org

16. Ветеринарный шампунь-бальзам восстанавливающий для лошадей ЗОО VIP с дегтем и прополисом.

17. Шампунь Псорилом с берёзовым дегтем.

18. Шампунь дегтярный с коллагеном и алоэ Faif cosmetics.

www.psoranet.org

19. Шампунь Denorex Therapeutic Protection 2-in-1 Shampoo + Conditioner (с 2.5 % содержанием каменноугольного дегтя).

20. Шампунь Mg 217 Medicated Tar Shampoo with Conditioner (3% каменноугольного дегтя).

www.psoranet.org

21. Зоогигиенический шампунь «Доктор» с берёзовым дёгтем

www.psoranet.org

22. Шампунь от перхоти «Имидж» (с дёгтем).

23. SEBUTONE EQUIV SHAMPOO (с дёгтем, серой и салициловой кислотой)

Подробнее о шампунях можно прочитать на нашем форуме "Псориаз? Давайте лечиться вместе!" в темах "Шампуни и гели" - http://psoranet.org/topic/2703/ и "Псориаз на голове"
- http://psoranet.org/topic/62/ , http://psoranet.org/topic/2758/ , http://psoranet.org/topic/3357/ , http://psoranet.org/topic/5168/ , а также на нашем сайте в статье "Псориаз на голове: лечение и профилактика"
- http://www.psora.net/all/provereno/practikaforum/golova.html

Продолжение следует….

Подготовила **Vesna**.

www.psoranet.org

Моя вторая попытка или Как я достиг ремиссии по Пегано

February 9th, 2012

Представляю записи участника форума: Signal.
Несколько слов о дневнике. Что меня лично подкупило в этих записях, так это искренность. Да, мы ошибаемся, да, мы слабы, но наша сила в том, чтобы осознать, сделать выводы и добиться успеха.
Удачи и здоровья!
Уайта.

Ну вот, я решил немного написать про псориаз, как я его понимаю, и как я с ним борюсь.
Заболел 9 лет назад, за это время испытал немало проблем и разочарований, связанных с псориазом. Но об этом писать не буду, каждый из Вас и без меня знает, насколько это неприятная болячка.
Сразу хочу отметить следующее: по-настоящему лечить псориаз я принялся около 4-х месяцев назад.
За это время мои взгляды на причины и течение псориаза, а также на механизм моего будущего излечения от этой болезни значительно менялись. Сначала одно мне казалось верным, но затем я понимал, что это лишнее.
Начну с того, что это мой уже второй поход против псориаза, излечить который я пытаюсь с помощью естественных способов. Начиналось всё с этого форума, на котором я впервые прочитал про то, что с псориазом можно совладать с помощью диеты. Заказал книгу доктора Пегано через интернет и принялся читать. Надо сказать, что смысл книги я тогда не осознал. Начал следовать предложенной диете - механически, лишь бы соблюсти установки, описанные в ней. Это как раз было то, что называется СИДЕНИЕ НА ДИЕТЕ. Сидение это моё длилось примерно месяца 2, в ходе которых я неимоверно мучался от соблазнов нарушить диету, каждый день переживал, что без привычной мне пищи моя жизнь стала серой и безрадостной, наполненной постоянными мучениями из-за напряжения силы воли. Улучшение, конечно, было, многие бляшки сошли. Но тогда я был настоящим рабом своих ложных убеждений, привычек и конечно же - желудка. В итоге всё закончилось медленным сползанием к привычной пище. Вместе с моей пищей приполз обратно и псориаз. Это было поражение, причины которого мне известны и выводы из которого сделаны. В следующие полгода я ничего не предпринимал, у меня была апатия по поводу псориаза, сил моральных не было что-либо начинать.
Но вот алое тело, которое я каждый день наблюдал в зеркало, меня начало порядком злить, отыскал далеко засунутую книгу доктора Пегано и снова прочитал. **Читал медленно, обдумывая, как и что буду делать, и зачем именно это мне надо. Со второго раза книга меня впечатлила намного больше.**
Решил для себя, что теперь диета по Пегано - это вовсе не диета, а правильный образ жизни, который мне необходим. Стал считать, что все окружающие меня люди сидят на неправильной диете. Смирился с тем, что теперь это мой новый образ жизни НАВСЕГДА, да-да, именно НАВСЕГДА! Начал думать больше не о псориазе, а о том, что не хочу заболеть многими другими болезнями, которые могут возникнуть из-за неправильного образа жизни. Без этих установок для меня практически невозможно было начать жить по-новому и добиться сколько-нибудь заметных результатов.

Пару слов о причинах псориаза: в общем я согласен с теорией, изложенной в книге - про «синдром негерметичной кишки».Выходит, все усилия нужно направить на кишечник? Но чтобы кишечник заработал,

www.psoranet.org

нужно наладить работу печени, и так далее по цепочке. Вот и выходит, что псориаз - проблема комплексная, относящаяся не только к проблеме с одним конкретным органом, а ко всему комплексу состояний разных органов, которое в целом называется 'здоровье'. Псориаз - это видимое проявления нашего НЕздоровья.

Произнося словосочетание «образ жизни», я для себя вкладываю в него следующие составляющие:

1) Правильное питание, в основе которого лежат принципы, изложенные в книге доктора Пегано.
2) Мероприятия, направленные на активное, естественное и эффективное очищение организма от накопившихся токсинов (разгрузочные дни, голодание).
3) Регулярные физические нагрузки.

Сегодня моё отношение к правилам, изложенным Пегано, изменилось. Я считаю, что эти правила обязательны не только для псориатиков, на мой взгляд, это - тот обязательный уровень, которого должны придерживаться все, кто хочет питаться правильно и быть здоровыми. Принципы эти в основном были известны и подробно изложены еще до Пегано другими авторами. Но заслуга Пегано в том, что он модифицировал и применил эти правила именно для борьбы с псориазом, и доказал их несомненную эффективность.

Семь ляпниц на неделе

February 10th, 2012

Наша традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе"
(цитаты из постов участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!")

www.psoranet.org

#14

Kulau-leprous
Глядя на его картинку, превращался мысленно в бутылку с водой. В две бутылки. Сразу. Средство работает, но полученное раздвоение личности проявилось в поведении. Хорошо, домашние откачали и не стали вызывать, помещать.... Но стресс снял, с обоих личностей сразу.

Николай2
Кстати, очень просто приобрел, поскольку очень долго не мог найти.

Я разлагаюсь
Я слышал, что можно полностью излечиться от псориаза на пару поколений, если соблюсти вековой годичный цикл всего лишь 28 лет.

Ina: Адмиралыч, я вот тут подумала, у нас ведь тоже есть лошади и коровы...
admiral: Не, у нас всё ЕС извратил и всё своё навязал.. :(

Zalex
жопа - это не только ценная часть тела, но и состояние организма.

www.psoranet.org

casper
Я такой скромный и стеснительный, что даже трудно решить - отправлять ли пост

stimul
Не пойдёшь же отдыхать куда-то трезвым...

Повар: Пятнистая мамашка

February 11th, 2012

Ну да, мы пятнистые. И у нас на форуме есть пятнистые мамашки, совершенно очаровательные "мамашки", нежные и милые женщины. И псориаз нам НЕ помеха. Да плевать нам на наши пятнышки, ей Б-гу, а?
Итак, представляю ещё одного нашего повара.

Рыба, запеченая с овощами

Ингредиенты:

- рыба (у меня была кета) - 600-700 г
- овощная замороженная смесь "восточная" (зеленый горошек в стручках, морковь, лук, лук-порей, ростки бамбука, перец болгарский - его там немного, можете убрать)
- сметана - 100-150 г
- сыр - 50-70 г

www.psoranet.org

- итальянские травы (сушёные)
- соль, перец
- лимон

Рыбу разделать, посолить, поперчить, полить лимонным соком и оставить минут на 15-20.

Приготовить сметанный соус: в сметану добавить немножко водички, тёртый сыр и травы, всё перемешать.

Форму смазать маслом, разложить рыбу, сверху овощи из заморозки, полить соусом и запечь в духовке минут 20.

Приятного аппетита!

www.psoranet.org

Суфле рыбно-творожное

Ингредиенты:

- рыба (в оригинале рецепта была семга, у меня кета пополам с сайдой) - 200 г
- творог - 200 г
- яйца - 4 шт.
- соль, молотый перец (в очень малых количествах, т.к. он не полезен при псориазе)
- сушёные травки - по желанию (у меня были петрушка и орегано)
- масло сливочное - 20 г (смазать формочки)

Рыбу режем на средние кубики. Желтки отделяем от белков. Растираем творог с желтками, добавляем соль, перец, травки, рыбу и взбитые белки.

www.psoranet.org

Формочки (я взяла кокотницы) смазываем сливочным маслом и раскладываем туда смесь. Ставим в духовку на 20-25 минут при температуре 160-180 градусов (ставьте в поднос, на дно которого налита вода, а то пригорит). Всё! Готовое суфле посыпаем зеленью.

Приятного аппетита!!

www.psoranet.org

Развод и шарлатанство в "клиниках" НоуХауМед (Украина)

February 13th, 2012

Сегодня речь пойдёт о Медицинском центре и "клиниках" НоуХауМед в Украине. Они позиционируют себя как "научно-медицинский центр, где в лечебно-диагностической работе используются эксклюзивные медицинские технологии, а также самые новые достижения медицинской науки всего мира".
На примере участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!", проходивших "лечение" в НоуХауМед, мы покажем, что деятельность так называемого "научно-медицинского центра" и его "клиник"

не имеет никакого отношения ни к науке, ни к медицине, а также выясним, что это за "лечение", из чего оно состоит и каковы его закономерные результаты. Разумеется, нас прежде всего будет интересовать лечение псориаза.

Предоставим слово Александру Шевченко, заместителю генерального директора клиники НоуХауМед:

АлександрШевченко
По данным Новой Германской Медицины [НГМ, см. ниже], псориаз является заболеванием, вызванным психологическим конфликтом, произошедшим в жизни человека. Отыскать, какой именно конфликт произошел, в этом и состоит задача психолога. Далее психолог работает над тем, как устранить этот конфликт из жизни человека.
Психодиагностика. Фото пациента делится пополам. Две правых части лица объединяются в духовный портрет, а две левых в жизненный. Далее психолог анализирует их с помощью программы и выдает характеристику психологического типа человека.
Исследование микроэлементов. Проводится по волосам, т.е. волосы состригаются и отправляются в лабораторию…

Отзыв пациента "клиники", участника форума:

777
Увидел рекламу по ТВ о Медицинском центре НоуХауМед от г-жи Шевченко Е.С. Позвонили, пообщались с приятной женщиной и поехали в Киев на приём. Там провели со мной беседу о псориазе, затем отправили на первую процедуру, так называемую "ионную очистку" по выведению неких "шлаков" из организма. Посадили меня на стул, ноги опустили в небольшую ванночку и включили её в розетку. За 20-25 минут прозрачная вода в ванночке превратилась в жидкость с рыжими хлопьями. Заплатил за это "чудо" гривен 450-500.
После чего родители накупили там же 2 (два) мешка какого-то мегадиетического питания, типа кофе без кофеина, шоколадные батончики без сахара и т.п. дребедени.
И уже после всего этого нам было предложено пройти "серьёзный курс лечения" в Одессе в клинике. Курс "лечения" заключался в следующей программе:
1. Исследование микроэлементов. Держишь в руках какие-то металлические болванки, а на мониторе появляется таблица, в которой показано, чего в избытке, а чего не хватает в организме.
2. Каждый день - сеанс гидроколонотерапии.
3. Чудо-ванночки, она же пресловутая "ионная очистка" по программе "детокс".
4. Психодиагностика и психокоррекция с применением фотографий.
Тебя фотографируют, затем минут 15-20 задают тупые вопросы, и по итогам этого отдают на руки лист бумаги А4 с двумя твоими искажёнными фотками. На одной ты не по годам взрослый, с уверенным взглядом и телосложением, на другой - как будто 14-летний даун. Мол, на 1-й фотке - это таким ты себя выдаёшь в повседневной жизни, а на 2-й - такой как есть, типа "подавлен и растоптан болезнью" (в данном случае – псориазом).
5. Сеансы у психолога в Киеве (4 или 5 сеансов).
И на всё это я повёлся, правда, не без помощи родителей, которые всячески желали мне помочь в данном вопросе.
Спустя некоторое время после этого, с позволения сказать, "лечения псориаза", я понял, что результат - строго нулевой. Также понял, что фотография с изуродованым моим изображением - не что иное, как элементарный фотошоп. Что каждодневная гидроколонотерапия - уничтожение моего кишечника. И что

www.psoranet.org

психолог в Киеве – это платный бонус после всего этого "лечения", он умело внушает тебе, что ты совершенно не зря попал на развод г-жи Шевченко Е.С.
Так что, господа, имейте в виду: "клиника" НоуХауМед – это шарашкина контора и развод на бабло.

Дискуссия в форуме о "лечении" псориаза в Мед. центре (клиниках) НоуХауМед:

Stator
О ванночках ("ионная очистка"): процедура стоит кучу денег, была реклама по ТВ. Мне удалось раздобыть её устройство: в солёной воде пропускается постоянный электрический ток, к двум пластинам подводится напряжение. В воде происходит какая-то реакция и выпадают рыжие хлопья, причем ноги для этого опускать туда вовсе необязательно.

(С сайта НоуХауМед):
"Очищение организма происходит через непосредственный контакт ног тела с ионами воды. И под действием слабой вибрации все токсины и вредные вещества выходят из организма.." [ионы, видимо, сами каким-то образом знают, какие вещества в организме вредные, а какие полезные. - FROL]
"Умеренный процесс очистки помогает растворить те шлаки, которые сердце и почки не способны самостоятельно устранить из организма." [шлаки (немедицинский термин, применяемый "целителями" типа Г.Малахова) при этом то "выходят", то теперь уже - "растворяются", в общем, фиг разберёшь. - FROL]

FROL
Конечно, что бы таблица на мониторе при т.н. "исследованиях микроэлементов" ни показала, навязывается стандартный набор - те же 2 мешка разнообразной дребедени, БАДов и т.п.

help
Исследование микроэлементов по волосам не признано официальной медициной достоверным (точнее, не признано никак вообще), для исследования микроэлементов в организме есть вполне конвенциональные и точные лабораторные исследования крови.
Новая Германская Медицина - это кто/что?
Диагностика по фото - есть ли какие-то обоснования методики, статистика, авторы?

АлександрШевченко (заместитель генерального директора "клиники" НоуХауМед):
О исследовании микроэлементов по волосам. Что касается официальной медицины, то она много чего не признаёт!
Автор семинаров по Новой Германской Медицине - Харольд Бауман (Harald Baumann)... НГМ, кстати, тоже не признана официальной медициной.
Диагностика по фото осуществляется по методу профессора Анаушвили. Я лично обучался у него в Москве. [добавим, что и этот бредовый "метод Анаушвили" тоже, естественно, не признан официальной медициной. - FROL]

Уайта
Основатель т.н. "Новой Германской медицины" Harald Baumann - арестован в Испании, выслан во Францию, посажен во Франции на 3 года (обвинения в обмане и ведении нелегальной медицинской практики, как результат - смерть пациентов), выслан в Норвегию.

www.psoranet.org

ddSat

Ануашвили Автандил Николаевич [у которого "обучался" Александр Шевченко] - действительный член РАЕН и ЕАЕН; уже после этого звания члена лже-академий тему можно было закрывать. Далее в первой пятерке ссылок Яндекса находим, что он фраудатор. Цитата:

"Вывод: Ануашвили А.Н. очень неадекватно представляет себе механизмы психики, вульгарно и своевольно интерпретируя то, что хорошо исследовано в этой предметной области, подгоняя идеи под свой метод, который представляет собой наукообразно инсценированное фраудаторство. Имеются все признаки идеи-фикс: автор беззаветно верит в свою правоту и отстаивает это, несмотря ни на что. Вся "теория" держится на субъективно сфабрикованых подпорках. Все небольшие усилия по созданию такой теории направлены на то, чтобы придать строению на первый взгляд впечатление научности и убедительности, а глубже пациенты не думают. Если бы нужно было построить теорию, что автор является мессией Бога на Земле, то он сфабриковал бы её точно тем же способом."

Полный текст с сайта "Об авантюристах, фальсификаторах и мошенниках" читать по ссылке http://www.scorcher.ru/idea_gallery/gallery_show.php?id=58 .

help

Описание "детокса" - малограмотный бред, иного слова использовать невозможно. Даже объяснять, почему это чушь, скучно. Жонглирование какими-то "радикалами" и "токсинами", выходящими через ноги - это даже не смешно, это просто развод в чистом виде.

Об "исследованиях микроэлементов" в волосах. ОК, бесхозным спектрометром в бывшем НИИ найдена та или иная концентрация иттрия, иттербия или даже урана в ногтях или волосах. И что? Хоть убейте, не смог найти статистики по нарушению молибдена в волосах и её связи с какой-либо патологией.

Шарлатан-основатель "Новой Германской Медицины", заявивший, что лечит рак, с треском лишён лицензии ещё в 1983 г., деятельность его официально названа опасной для жизни и здоровья, нет смысла о нём и упоминать, зря вы его вписали в ваши "достижения"...

О психофизиологических аспектах симметрии половинок лица. Это всё абстрактные теории, реально никакой диагностики, а тем более лечения, с этим не связано. И конечно же, всякие "гармонизации" по фотографиям - это просто смешно, никакой наукой и достоверностью тут и не пахнет.

Ни одна из перечисленных методик не является сколь-нибудь научно обоснованной для применения на пациентах, я уже говорю не об эффективности, а просто о применении. Равно как и для предположения об эффективности нет никаких оснований, действие любой из них никак и никем не объясняется, а тем более действие на псориаз, на источник, или, хотя бы, на внешние симптомы заболевания.

Понятно, что такие темы, как эта, разрушительны для бизнеса. Но медицина - особая отрасль, плохие тапки можно выкинуть и забыть про несколько сотен рублей или долларов. А здоровье уже не вернуть, да и моральный аспект играет не последнюю роль. Обман на тему вечной иглы для примуса простителен, обман страждущих - преступление.

Об избавлении от лишнего веса в НоуХауМед (не по теме, просто как иллюстрация "разводного" характера деятельности сего заведения):

Ирина, г. Киев

Насмотревшись рекламы от г-жи Шевченко Е.С. и собрав деньги, я отправилась по адресу и попала к "доктору" Марии Валерьевне. Мы оформили договор о том, что я лишусь 20-25 кг лишнего веса. Требовалось сдать массу дополнительных анализов: волосы на микроэлементы, кровь на биохимию,

www.psoranet.org

гормоны и мн. др. Мне расписали продукты в рамках строгой диеты. Первые 4 мес. я ходила на прием, и мне предлагали делать разные процедуры: гидроколонотерапию (клизма глубокая), детокс, вакуумпрессинг, навязывали разнообразные "добавки" - то в воду, то заменители сахара, соли, то накладки на сковородку, то бельё с утяжкой и т.д. и т.п. Причем стоит это всё немалые деньги! Начала с клизмы. Уже после первой процедуры у меня начала кружиться голова, тошнота, а через несколько дней на лице появились красные зудящие пятна, потом в волосах, на руках, груди, животе, спине, ногах… зуд был страшным! Но вместо лечения мне назначили пропить курс лактобактерий и микроэлементов, купила их за 1100 грн. (!), но препараты мне не помогли [никакие это не препараты, а БАДы. - FROL]. Тогда я сама себе назначила курс антибиотиков и гормональных мазей, и после 2-х месяцев пятна прошли. Вес вернулся, а Мария Валерьевна куда-то бесследно исчезла. Нас отдали другому "врачу", которая кривила лицом, видя нас, и абсолютно так же впаривала какие-то продукты. У меня была страшная депрессия. И я просто перестала туда носить деньги, т.к. за год я потратила 10.000 грн., и неизвестно на что. Теперь я имею все основания сказать: Александр Шевченко, зам. ген. директора "клиники", вы все там в НоуХауМед - ШАРЛАТАНЫ!

В заключение:

ddSat
Да, кстати, не так давно кто-то из "клиники" просил Администрацию убрать с форума тему про Ноу-Хау-Мед - то ли за 500 рублей, то ли "вылечить" кого-то по блату...

Кто-нибудь желает? Как там "вылечивают", вы можете видеть из вышеизложенного.

Деление действующих веществ наружных гормональных средств по силе действия

psoranet

February 14th, 2012

Представил: help

Гормональные (стероидные) наружные средства. При всём негативном отношении к ним подавляющего большинства участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!" и общей атмосферы форума о неполезности этого вида средств официальной медицины при псориазе, для чего-то они всё-таки выпускаются и для чего-то они существуют.
В форуме можно встретить много вопросов о том, можно ли применять гормональные препараты "когда припёрло", когда срочно нужно облагородить внешний вид, когда нужно "слезть" с гормона и заменить более сильный на более слабый, когда такой препарат обнаружен в куче выписанных рецептов или в составе какого-то комбинированного средства. Практические советы и рекомендации можно найти в

www.psoranet.org

форуме, а вот ответ на вопросы о том, какие гормоны более сильные, какие более слабые и в каких формах, можно найти в таблице, опубликованной ниже.
Перечислены ДВ (действующее вещество) препарата, его форма и концентрация. Обратите внимание на то, что одно и то же ДВ может находиться в разных разделах, это обусловлено разными видами соединений, видом препарата (мазь, крем и т.д.) и процентным содержанием ДВ в препарате.
Посмотрите на упаковку, и найдите название основного компонента в таблице в графе, соответствующей форме лекарственного средства. Как правило, мазь имеет более сильное действие при той же концентрации ДВ, чем крем. Более подробно о гормоносодержащих препаратах можно почитать в разделе форума "Псориаз и официальная медицина".
Помните, что пользование этим видом препаратов при псориазе крайне нежелательно, а в случае острой необходимости должно быть минимальным по продолжительности, с выбором как можно менее сильных стероидных ДВ. Если есть возможность, желательно гормональный наружный препарат развести похожим по основе нейтральным средством, мазь - мазью, крем - кремом. Подойдет салициловая мазь/крем, противогрибковая мазь/крем, антисептическая или бактерицидная мазь/крем, на крайний случай просто вазелин или детский крем. НЕ смешивайте с препаратами, содержащими йод, алкоголь и эфирные масла .

В таблице использованы данные NPF (Национальной Ассоциации псориаза США) и Американского Дерматологического сообщества.

www.psoranet.org

Деление стероидных препаратов на классы по силе действия.

Обращайте внимание на точное название действующего компонента и форму препарата.

Generic name Действ. в-во	Ointment Мазь	Cream Крем	Lotion Лосьон	Shampoo Шампунь	Gel Гель	Foam Пена
CLASS 1—Superpotent / Сверхсильные						
Clobetasol propionate 0.05% Клобетазола пропионат 0.05%	▲	▲		▲	▲	▲
Betamethasone dipropionate 0.05% Бетаметазона дипропионат 0.05%	▲	▲	▲			
Diflorasone diacetate 0.05% Дифлоразона диацетат 0.05%	▲					
Halobetasol propionate 0.05% Халобетазола пропионат 0.05%	▲	▲				
Fluocinonide 0.1% Флуоциноид 0.1%		▲				
CLASS 2—Potent / Сильные						
Diflorasone diacetate 0.05% Дифлоразона диацетат 0.05%	▲					
Mometasone furoate 0.1% Мометазона фуроат 0.1%	▲					
Betamethasone valerate 0.1% Бетаметазона валерат 0.1%	▲	▲				
Halcinonide 0.1% Хальцинонид 0.1%	▲	▲			▲	
Desoximetasone 0.1% Дезоксиметазон 0.1%	▲	▲				
Desoximetasone 0.05% Дезоксиметазон 0.05%					▲	
Fluocinonide 0.05% Флуоциноид 0.05%	▲	▲				
Amcinonide 0.1% Амциноид 0.1%	▲	▲				
Budesonide 0.025% Будесонид 0.025%		▲				
Fluocinonide 0.05% Флуоциноид 0.05%	▲	▲	▲		▲	
CLASS 3—Upper Mid-Strength / Сильные выше среднего						
Fluticasone propionate 0.005% Флутиказона пропионат 0.005%	▲					
Betamethasone valerate 0.1% Бетаметазона валерат 0.1%						▲
Amcinonide 0.1% Амциноид 0.1%			▲			
Triamcinolone diacetate 0.1% Триамцинолона диацетат 0.1%		▲				
Mometasone furoate 0.1% Мометазона фуроат 0.1%	▲					
Diflorasone diacetate 0.05% Дифлоразона диацетат 0.05%		▲				
CLASS 4—Mid-Strength / Средние						
Triamcinolone acetonide 0.1% Триамцинолона ацетонид 0.1%	▲	▲	▲			
Triamcinolone diacetate 0.1% Триамцинолона диацетат 0.1%	▲					
Mometasone furoate 0.05% - 0.1% Мометазона фуроат 0.05% - 0.1%		▲	▲			
Flurandrenolide Флурандренолид	▲					
Hydrocortisone valerate 0.2% Гидрокортизона валерат 0.2%	▲					
Fluocinolone acetonide 0.03% Флуоцинолона ацетонид 0.03%	▲					
Amcinonide 0.1% Амциноид 0.1%		▲				
Halcinonide 0.025% Хальцинонид 0.025%		▲				
Clobetasone butyrate 0.05% Клобетазона бутират 0.05%						
Clocortolone pivalate 0.1% Хлокортолона пивалат 0.1%		▲				
CLASS 5—Lower Mid-Strength / Сильные ниже среднего						
Fluocinolone acetonide 0.01% Флуоцинолона ацетонид 0.01%		▲		▲		
Hydrocortisone butyrate 0.1% Гидрокортизона бутират 0.1%	▲	▲	▲		▲	
Hydrocortisone valerate 0.2% Гидрокортизона валерат 0.2%		▲				
Hydrocortisone buteprate 0.1% Гидрокортизона бутеprат 0.1%	▲	▲			▲	
Desonide 0.05% Десонид 0.05%	▲		▲			
Flurandrenolide 0.05% Флурандренолид 0.05%		▲	▲			
Fluticasone propionate 0.05% Флутиказона пропионат 0.05%		▲	▲			
Prednicarbate 0.1% Предникарбат 0.1%		▲				
Triamcinolone acetonide0.025% Триамцинолона ацетонид 0.025%	▲		▲			
Triamcinolone diacetate 0.1% Триамцинолона диацетат 0.1%		▲				
Betamethasone dipropionate 0.05% Бетаметазона дипропионат 0.05%			▲			
CLASS 6—Mild / Умеренные						
Alclometasone dipropionate 0.05% Alclometasone дипропионат 0.05%	▲	▲				
Fluocinolone acetonide 0.01% Флуоцинолона ацетонид 0.01%			▲ масло	▲		
Desonide 0.05% Десонид 0.05%		▲			▲	▲
Triamcinolone diacetate 0.025% Триамцинолона диацетат 0.025%		▲				
CLASS 7—Least Potent / Слабые						
Hydrocortisone 0.5% - 2.5% Гидрокортизона 0.5% - 2.5%	▲	▲	▲			▲ спрей
Hydrocortisone acetate Гидрокортизона ацетат						
Methylprednisolone, prednisolone Метилпреднизолон, преднизолон						
Tixocortol pivalate Тиксокортола пивалат						

Семь ляпниц на неделе

February 17th, 2012

Наша традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе"
(цитаты из постов участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!")

#15

Oxic
не знаю, что за "стол 5", но можно сказать, что по мере сил выполняю.

Kulau-leprous
Бреешь голову, цепляешь накладную грудь – и всё, ты мачо, женщины штабелями. А ежели чего-то сегодня плохо падают – значит, к свежей плешине не тот цвет груди выбрал - дуй обратно в магазин: «Чё вы мне синтетику впарили – дай вон ту побрюнетистей с жёстким волосом, медвежью…»

6a3
Из наблюдений: мазь умеет самостоятельно распространяться по организму.

Genka

www.psoranet.org

И хочется снять парочку не ради какого-нибудь разврата, а чтоб хоть погрелись

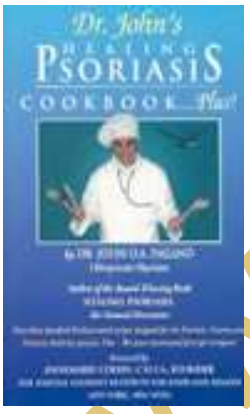
Незабудка
Лечилась я у гомеопата... Мужчинка, важный такой, весь обставленный баночками, обложеный книжечками. Я ему говорю, мол гормональный сдвиг у меня, по-женски проблемы, ну и псориаз. На что он с важным видом спросил: А змеи вам снятся?

Уайта
этого некоторого времени вполне хватит на приличный секс, без всяких там носков..

RedMen
все конечности, включая голову

Кускус с лимоном и имбирем - рецепт Дж. Пегано

February 18th, 2012



Перевод из кулинарной книги "Dr. John's healing psoriasis cookbook..plus!". Книга полезных рецептов для лечения псориаза по методике американского доктора Дж. Пегано.

Кус-кус, забавное название вкуснейшей крупы. Из Вики :
"**Кус-кус**, **кускю́с** (араб. كسكس) — крупа (и блюдо из неё), магрибского или берберского происхождения. Как правило, кускус готовится на основе манной крупы из твёрдой пшеницы. Иногда кускусом называют также крупы, изготовленные из других злаков, а также блюда из них. Диаметр крупинок — около 1 мм. "

Кускус - очень нежная крупа, и покупать её надо только свежую. К сожалению, именно первый раз я купила её в каком-то недорогом магазине, не обратив внимание на дату изготовления. И получила совершенно несъедобное блюдо. Ну и конечно, сделав неправильные выводы, я довольно долго не ела и не покупала кускус. Пока случайно не попробовала её в каком-то испанском ресторанчике и влюбилась во вкус кускуса. Теперь мои любимые каши - это гречневая и кускус, такие разные и такие интересные по вкусу.

www.psoranet.org

Этот рецепт из книги Пегано я привожу дословно. Это очень и очень вкусно. Однако для новичка с кускусом можно сделать рецепт немного более привычным: уберите сельдерей и имбирь, добавьте больше зелени и будет вам счастье! И разумеется, её можно и нужно есть горячей. Я нигде не встречала такого способа (охладить 3 часа), как у Пегано, обычно её готовят сразу перед подачей на стол. Тем не менее попробовала, разогрела в духовке перед подачей, вкусно!
Приятного аппетита!

Ингредиенты на 4-6 порций

- 2 чашки кускуса
- 4 чашки воды
- 1 чашка нарезанного сельдерея
- 5 ст.л. свежего лимонного сока
- 1/4 чашки масла (канола)
- 2 средних зубчика чеснока, очистить, пропустить через чесночный пресс
- 3 ст. л. имбиря, раздавить

- 2 ст. л. свежей пертушки
- 2 ч.л. мелко нарезанной лимонной цедры
- 1 ст. л. свежего кориандра или кинзы
- Крупная соль и перец по вкусу

Вскипятить воду с кастрюле с плотно прилегающей крышкой, засыпать кускус и снять с огня. Поставить на 5 минут или до тех пор, пока кускус не заберёт всю воду.

Немножко охладить, легко перемешивая вилкой в большой миске. Добавить сельдерей.

В маленькой миске смешать все специи. Добавить смесь в кускус. Поставьте в холодильник как минимум на 3 часа или на ночь. Блюдо хорошо сочетается с лососем на гриле.

www.psoranet

Казачьи праздники на Дону

February 19th, 2012

Автор Тереза

На Дону, на Доне

Ой ты, степь широкая, степь раздольная,
Широко ты, матушка, протянулася.
Ой, да не степной орел подымается,
Ой, да то донской казак разгуляется...

Если вы думаете, что в России только одна столица, то ошибаетесь. Я знаю, по крайней мере, ещё одну хотя бы потому, что в ней живу. Это столица Донского казачества – Новочеркасск.
Частенько в столице донского казачества проводятся празднования различных исторических событий. При

www.psoranet.ru

этом можно увидеть много интересного.

Театрально-костюмированные шествия, казачьи парады бывают не очень часто:

Вот такой вот колоритный казачок привлекал всеобщее внимание:

www.ps

На конно-спортивных состязаниях показывают свою удаль и мастерство лихие наездники:

www.pso

Постановки сражений с настоящими старинными ружьями и шашками:

www.psoranet.org

На ярмарке можно приобрести плётку, шашку, булаву и другие казачьи прибамбасы. Или вот такую бутыль для самогона:

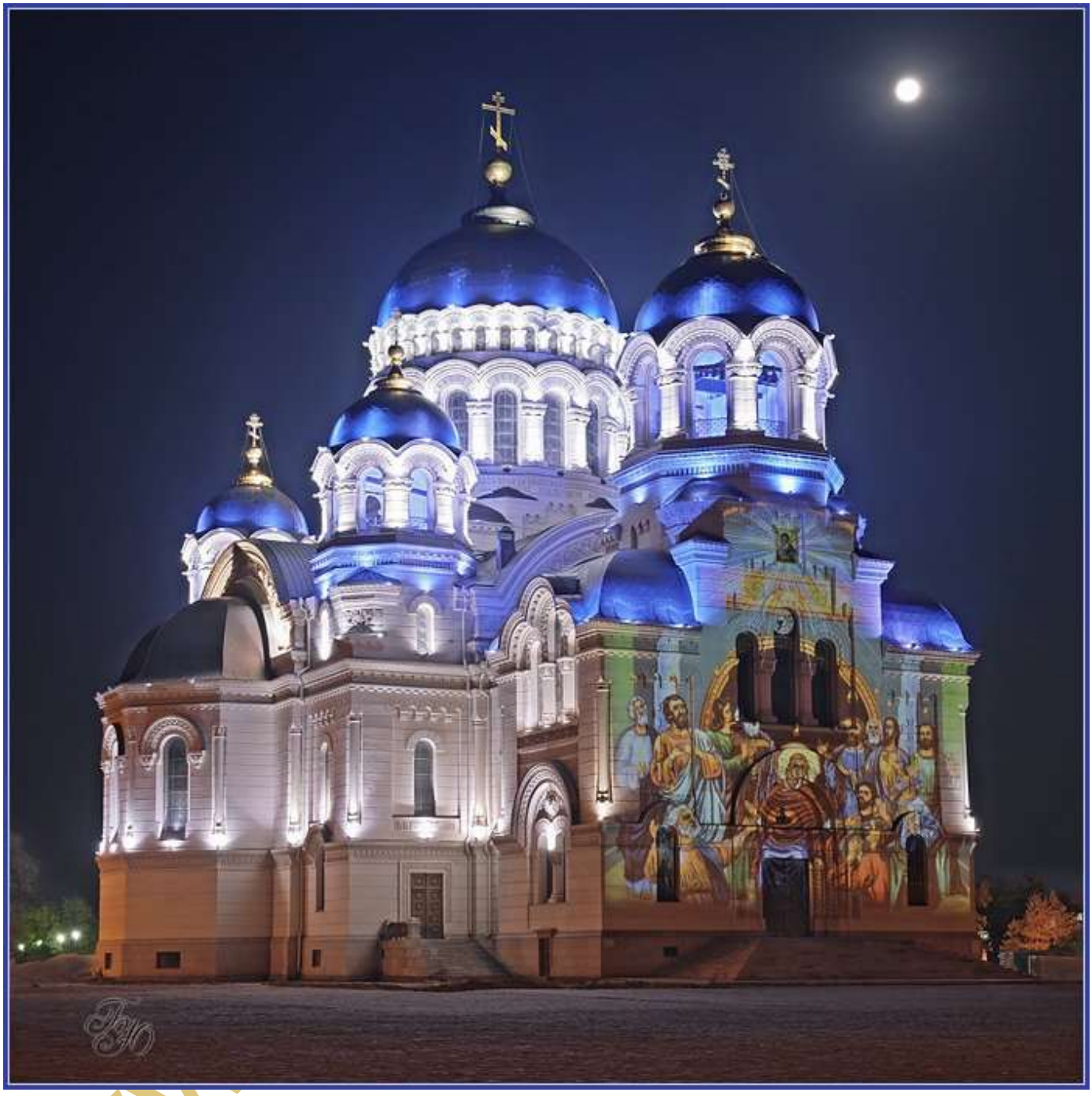
Казачьи коллективы из разных регионов поражают своим разнообразием, яркими одеждами и красавицами-казачками:

Устанавливают казачьи курени: двор, огороженный плетнём, внутри домик, посреди двора стоит стол, накрытый различными казачьими блюдами (варёные раки, запеченые сом и поросенок и проч.), причём всё это настоящее, не муляж.
В каждом дворике наряженные в национальные одежды казаки и казачки поют и танцуют. Сюда же заходят люди, фотографируются, некоторые в пляс пускаются вместе с казаками.

www.ps

Вечером самое впечатляющее зрелище – Вознесенский кафедральный собор. Кроме подсветки, на него проецируют слайды по библейским сюжетам:

www.ps



Есть что показать и многим донским казачьим станицам. Этим летом я побывала на фестивале «Донская лоза» в хуторе Пухляковский. Сам хутор расположен в таком живописном месте, что и без праздника стоит туда поехать!

Издавна донские казаки были отменными виноградарями и виноделами. После известной повсеместной вырубки виноградников дела виноградные пришли в упадок, но в настоящее время потихоньку поправляются, что и было продемонстрировано на фестивале:

www.pso

www.ps

На Дону любят хорошо погулять, повеселиться, потанцевать, попеть. А уж петь и танцевать у нас умеют! Недаром в каждом городе, станице, хуторе свои самобытные фольклорные коллективы. И голоса такие же красивые, сильные, душевные, необъятные, как сам Донской край. Ведь песни казачьи без голоса не споёшь, в них всё: смех, печаль, любовь, разлука, тоска, боль:

Природа и причины псориаза: 2. Эндокринная теория

February 20th, 2012

В нашем форуме "Псориаз? Давайте лечиться вместе!" мы не только рассуждаем и ищем методы лечения псориаза, но и пытаемся понять причины заболевания. Я понимаю, что это звучит смешно с точки зрения профессионалов, посвятивших свою жизнь изучению этой проблемы. Но тем не менее, мы читаем статьи, мы бросаем в воздух самые абсурдные теории, пытаясь понять, что лежит в основе этой болезни. Для примера приведу перечень тем, которые мы обсуждаем :

Псориаз и наследственность
Псориаз как аутоиммунное заболевание
Нарушения работы печени и псориаз
Диатез, дерматиты и псориаз
"Модель патогенеза псориаза" и приглашение к сотрудничеству
Псориаз заразен?
Позвоночник и псориаз
Желчный пузырь и псориаз
Кальций-дефицитная и фермент-дефицитная теория псориаза
Псориаз как синдром недостатка DHEA в коже
О гипотезе В.Н. Шилова, кислороде и т.п.
Гормональные нарушения при псориазе
Недостаток витамина D и псориаз
Псориаз и диабет
Пролиферация клеток кожи как следствие усыхания гиппокампа
...и прочее и прочее.

Сегодня я представлю выдержку из материала "Эндокринная теория псориаза", который подготовил FROL.
Уайта.

В настоящее время большинство специалистов в области дерматологии рассматривают псориаз как хроническое рецидивирующее системное заболевание, которое развивается преимущественно у генетически предрасположенных лиц. В основе клинической симптоматики этого дерматоза лежит повышенная репродуктивность клеток эпидермиса в коже людей с псориазом, что указывает на нарушение активности центральных нейро-эндокринных звеньев регуляторной системы, которые контролируют функциональное состояние этих клеток.

www.psoranet.org

Эндокринная теория возникновения и развития псориаза впервые сформулирована в 1886 году основоположником отечественной дерматологии А. Г. Полотебновым, который статистически описал возникновение и обострение псориаза у женщин в период менструаций. О связи псориаза с функциональным состоянием половых желез впоследствии сообщали многие исследователи. Известно также, что дерматоз может возникнуть во время грудного вскармливания, исчезнуть при следующей беременности, а затем снова, как правило, "вспыхивает" во время лактации. Это совершенно определенно указывает на важнейшую роль гормональных изменений в развитии рецидива псориаза или в наступлении ремиссии.

Несмотря на большой фактический материал, не представляется возможным выделить непосредственную роль какой-либо железы или гормона в патогенезе псориаза. Наличие у больных этим дерматозом различных эндокринопатий еще не позволяет утверждать, что они являются непосредственной причиной возникновения псориаза хотя бы потому, что подобные расстройства наблюдаются и при других заболеваниях, этиология которых установлена достоверно.

Вместе с тем следует заметить, что любая из известных в настоящее время теорий и гипотез происхождения (этиологии) и развития псориаза не может претендовать на полное описание всех наблюдаемых при этом клинических особенностей. Видимо, дальнейшее изучение вопросов этиологии и патогенеза псориаза должно идти по пути комплексного изучения иммунных нарушений и состояния систем, ответственных за гомеостаз (физиологическое равновесие в организме).

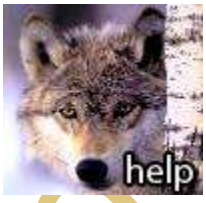
Для того чтобы суперантигены, продуцируемые стафилококками, стрептококками или дрожжеподобными грибами, оказали непосредственное влияние на кератиноциты, необходимы определенные условия.

Прежде всего необходима определенная генетическая предрасположенность. Далее, немаловажную роль в этом процессе играет система гипоталамус-гипофиз-кора надпочечников. При нормальной функции коры надпочечников суперантигены могут не проявить своего негативного влияния. Однако при длительном существовании фокальной инфекции функция коры надпочечников может истощиться (и как правило, это происходит), в этом случае суперантигены могут привести к гиперпролиферации кератиноцитов, поскольку уменьшается супрессивное действие глюкокортикоидов на их митотическую активность. Следует также учитывать функцию вилочковой и щитовидной желез, а также желудка и печени, поскольку последние принимают участие в метаболизме глюкокортикоидных гормонов. Подчеркнем наконец то обстоятельство, что и нарушение различных видов обмена, и деятельность ЦНС играют заметную роль в патогенезе псориаза.
Тем самым можно прийти к выводу о том, что только с учетом мультифакторности псориаза как системного заболевания можно в будущем понять действительные причины его возникновения и иногда довольно необычного течения.

«Псориаз» (MEDinfo) – http://www.medinfo.ru/sovety/derm/03.phtml
Г.Н. Маринина, В.С. Маринин. «Лечение псориаза» (2011) – http://www.psora.net/stuff.html

www.psoranet.org

Скин Кап и дети. Открытое письмо ЖЖ сообществу "Малыши" - http://malyshi.livejournal.com



February 21st, 2012

Здравствуйте, молодые мамы. На мысль написать это письмо натолкнула масса комментариев о Скин Капе, в вашем сообществе Живого Журнала http://malyshi.livejournal.com/ . Мы пытались до вас достучаться, но не были услышаны администратором, нам так и не разрешили туда написать. Надеюсь, что хотя бы этот пост попадётся кому-то из ваших участников на глаза, он передаст другим и хоть как-то предостережёт от ошибки.
Дело в том, что в массе комментариев и обсуждений о средствах для малышей в вашем сообществе "malyshi" Скин Кап упоминается и рекомендуется как "замечательное средство" для применения при разнообразных кожных расстройствах, выписываемое "замечательными педиатрами" и "дерматологами, которым можно доверять". Увы, в данном случае нельзя. Совершенно непонятно, что курили в МЗ РФ, когда давали разрешение на применение препарата, запрещённого во всём остальном мире. Если вы попытаетесь найти его в аптеках Европы или Сев. Америки - вас ждёт разочарование, там он давно запрещён, как импорт, так и продажа. Причина - недекларированное содержание стероида Клобетазола.

Не буду писать длинных объяснений и давать десятки ссылок, обо всей этой многолетней истории можно прочитать в форуме "Псориаз? Давайте лечиться вместе!", в теме . http://psoranet.org/topic/323/ , обратите внимание - начало темы датировано 2004 годом, т.е. 8 лет назад! И все эти годы обман с этим "активированным цинк пиритионом" (совершенно бессмысленное словосочетание - активированный цинк) продолжается, пациенты травят себя этой дрянью, а педиатры, не задумываясь, выписывают детишкам. Вообще говоря, Скин Кап ничем не отличается от Дермовейта. Но попробуйте сказать педиатру, что хотите помазать грудного ребёнка Дермоветйом - завопит "ни в коем случае!" И будет прав на 100% Так почему же, не признавая очевидного, вы советуете друг другу эту гадость? Почему вы не даёте себе ни секунды усомниться, что весь мир идёт "не в ногу", и только МЗ РФ "в ногу", странная позиция, верно?
Настойчивость, с которой у вас рекомендуется столь опасное для маленьких детей средство, просто поражает. Поверьте, никто нам "не переходил дорогу", ни производители, ни продавцы Скин Капа, просто есть опыт применения средства сотнями пациентов, которые уже написали об этом, и даже, закрыв глаза на результаты проверок, один факт того, что средство не разрешено в Европе, Америке, Канаде и других странах, должен был заронить сомнение, а всё ли здесь так красиво?

Уважаемые участники http://malyshi.livejournal.com , возможно этот пост всё-таки дойдёт до вас и если остановит хотя бы нескольких мам от использования Скин Капа на малышах, можно считать цель этого текста достигнутой.

Будьте здоровы.

help

www.psoranet.org

Плазмаферез и другие методы экстракорпоральной гемокоррекции при псориазе

February 22nd, 2012

Автор Уайта

Я не врач. Более того, моя профессия весьма далека от медицины. Поэтому в этой статье я не буду обсуждать специфические аспекты лечения псориаза с помощью любого из перечисленных далее методов очищения крови. Изложу лишь результат «интернет-исследования» и опыт форума на данный момент.

Начать хочу со своей истории. Так уж получилось, что мой опыт «кожных» заболеваний достаточно обширен: диатез, фурункулёз, ячмени, лихорадки в детстве и нейродермит, псориаз во взрослом возрасте. Естественно, у меня накопился разнообразный опыт лечения. Не могу не отметить, что именно лечение с помощью различных переливаний крови помогало мне окончательно избавиться от многих болячек. Фурункулёз был вылечен аутогемотерапией, тяжелейший нейродермит – плазмаферезом. Поэтому, взявшись за подборку фактов «плазмаферез» и «псориаз», я была скорее всего предвзято настроена в пользу подобного лечения.

Поиск информации я сделала на русском и английском языках. Результат поиска был ошеломляющим. Насколько английские статьи отрицают полезность очищения крови (экстракорпоральной гемокоррекции) при лечении псориаза, настолько же русскоязычные сайты хором поют о полезности подобного лечения.

Рассмотрим некоторые материалы по теме (перевод мой, поэтому прошу прощения за возможные неточности).

1. Plasmapheresis in the management of psoriasis (*R. Schuster, R. Lenzhofer and M. Raff*, 1985, Австрия): Исследовались 9 пациентов (возраст от 20 до 71 года). В трёх случаях бляшки исчезли, при этом в одном практически сразу вернулись. Приводится таблица результатов клинических испытаний. Вывод: «плазмаферез даёт только кратковременный результат и не рекомендуется для лечения псориаза».

2. (1986, Швеция) : 9 пациентов, лечение plasma exchanges or leukapheresis, ни один пациент не показал существенных признаков улучшения состояния.

3. Plasmapheresis in dermatology (*Kanwar AJ, Kaur Surrinder, Rajagopalan Murlidhar,* 1990, Индия): Вывод о бесполезности лечения псориаза с помощью плазмафереза (клинические испытания показали отсутствие эффекта).

www.psoranet.org

4. (2007, Италия) : Клинические испытания показали отсутствие пользы плазмафереза при лечении псориаза.

5. (2002, США) : Диализ - это процесс искусственной очистки крови. Чаще всего он используется для пациентов с почечными проблемами. В статье рассмотрены несколько типов гемодиализа и результаты лечения псориаза (приводится таблица "неутешительных" данных...).

Для полноты картины я искала статьи с положительными результатами лечения псориза разными методами экстракорпоральной гемокоррекции, способами очищения крови (как с помощью плазмафереза, так и гемосорбции, гемодиализа и их разновидностей). Не то чтобы подобные виды лечения полностью отрицались, но клинические исследования в основном показали их нецелесообразность.
Однако, когда подобный поиск я сделала на русскоязычных сайтах для всех методов, то обнаружила, что практически каждая коммерческая клиника рекомендует, например, плазмаферез для лечения псориаза, утверждая 85% и выше статистику "излечения" или же существенного улучшения состояния. Я не буду приводить выдержки из статей этих клиник, но звучит всё великолепно.

Плазмаферез, на мой взгляд - изумительная процедура, помогающая при многих болезнях. Я пролистала статьи о плазмаферезе и трансплантации органов, о плазмаферезе и заболеваниях почек, и прочая, и прочая...
Но. Плазмаферез и псориаз?... - очень сомнительно.

В заключение - ОПЫТ ФОРУМА "Псориаз? Давайте лечиться вместе!" по применению методов экстракорпоральной гемокоррекции при псориазе:

ddSat
Мне сеансов пять делали давненько.... Проясню, чего делали - брали грам 400 крови (два бутылька) и пропускали всё через угольные и ещё какие-то фильтры, типа туалетной бумаги, потом мою кровь гоняли на центрифуге на плазму, а потом обратно вливали. Не знаю, может, у меня такой организм, но не запомнилось, чтобы эти процедуры мне помогли...

Вася
Я тоже пробовал, и тоже абсолютно не помогло. Я по этому поводу разговаривал с врачом из КВД, которая занимается кожниками очень долгое время, она вообще не советовала делать. Говорит, что по её наблюдениям, у тех, кому плазмаферез помогает, в краткосрочном периоде наступает улучшение, однако в дальнейшем возникает быстрое обострение, которое всегда сильнее того, что было до плазмафереза, и которое после него намного труднее снимать.

help
В прошлом форуме был большой топик "про это", статистика была, к сожалению, НЕ в пользу гемосорбции (официальная статистика - 60/40). Назовём в общем - гемодиализные процедуры, вариантов много, нет смысла снова расписывать механизмы действия, но суть одна и та же, и статистика от этого не меняется. Проблема даже не в том, что может не быть улучшения, проблема в том, что по той же статистике у 5-8% состояние ухудшилось. Кроме того, плазмаферез - это наиболее "лёгкая" процедура, серьезный диализ позволяет много чего из крови "выудить" - вплоть до изменения баланса форменных элементов, но для лечения псориаза толку, похоже, от этого не много.

www.psoranet.org

Гость
Вопрос был о процедурах по очистке крови. В прошлых форумах что-то было. Я делал плазмаферез 2 раза (по 5 процедур). То, что начиналось на ногтях, совсем немного прошло, остальное без изменений .

Azzy
Мне плазмаферез с УФОК не помог.

vovan
В 2000 году угораздило меня грохнуться с 2-х метровой высоты на бетон, и на меня сверху грохнулся мой коллега весом килограмм 80. Результат - отбитые почки и реанимация. Т.к. по "маленькому" не ходил дня 3, посадили на гемодиализ. И что характерно, после 3-х процедур все проявления псориаза сошли на нет. А после выписки из больнички диет, естественно, никаких не соблюдал (за исключением того, что уже 9 лет вообще никакого спиртного), так что через некоторое время опять всё вылезло.

Гость
Плазмаферез не помог мне абсолютно. 6 сеансов, толку ноль. Но гемодиализ технологически другая процедура, может, в этом дело?

help
Оборудование и методика несколько отличаются, но принцип процедуры тот же - удаление неких "вредных" (знать бы каких?) веществ, компонентов (фильтрация, сорбция, центрифугирование, неважно как) из крови или из её составляющих, как наиболее сложный вариант - с изменением состава крови. И результаты весьма неоднозначны - в лучшем случае ремиссия на полгода или около того, в худшем - обострение, но с Большой буквы. Да ещё и противопоказаний куча, да ещё и недёшево, да ещё и процедуры так себе, да ещё и риск наломать чего-нибудь "по дороге"...

Markus
В своё время прошел курс гемосорбции, эффект - нулевой. Людей, у которых после данной процедуры наступала ремиссия, лично я не встречал. Слышал лишь (со слов врача, что характерно), что такие были. Моё мнение - пустая трата времени и средств.

vilona
Я сделала 4 сеанса плазмафереза в декабре перед санаторием. После 2-го сеанса пошло улучшение, на глазах буквально.

Smoker
Прошел плазмаферез несколько лет назад при обострении. Эффект – 0.

alien
Ещё об экстракорпоральных методах. В своё время я много экспериментировал по этой теме: гемосорбция (на сорбентах СКН-1, СКН-4, КАУ), дискретный плазмаферез (до 800 мл плазмы сливал с восполнением только солевыми р-рами), УФОК (разными лампами), лазерное в/в облучение крови (ВЛОК).
Ну что сказать? - не стоит овчинка выделки...
Наилучший результат был получен при проведении гемосорбции, 3-4 сеанса (СКН-1 и -4) - это было побледнение и разрешение бляшек, они распадались на мелкие элементы и исчезали... Полной, а тем паче

www.psoranet.org

продолжительной ремиссии достигнуть не удавалось, поэтому "додавливал" кварцеванием. Все эти метания происходили зимой-весной, в периоды обострений. Ремиссии как таковой не было, но до лета дожить немного помогало... Плазмаферез, тоже по 3-4 "подхода", давал меньший эффект; УФОК и лазер, ВЛОК - что-то вообще не помню, чтобы были хоть какие-то сдвиги...

wiktor
Я делал плазмаферез летом 2005 года, и положительного результата, к сожалению, у меня не было. Правда, я это связываю ещё с плохим сервисом, процедуры делали в отделении реанимации областной больницы...

O`Girya
Раза 3 точно делала плазмаферез, до беременности, но очевидного улучшения своего состояния не увидела.

Тема форума *"Методы очищения крови"* - http://psoranet.org/topic/368/ .

Интервью с Объектом

February 23rd, 2012

Уважаемые читатели, сегодня мы представляем участника форума «Псориаз? Давайте лечиться вместе!» - Объекта. Ведущий интервью – Уго.

Информация из профиля:

Объект
Регистрация: 29 мая 2007
Возраст: 57 лет
Пол: не указан
Откуда: Vilnius
Website http://www.odiforus.lt

Комментарий ведущего:
Объект, в жизни Юрий, является уникальным участником форума, поскольку представлен на форуме не лично, а своей женой – по нику Ина, активный автор и модератор форума.

Ведущий:
За 5 лет ты написал 56 сообщений, а Ина несколько тысяч, причем большинство этих сообщений – о тебе. Тебя не беспокоит, какой образ Объекта сформируется в глазах читателя, преломленный призмой женской логики?

www.psoranet.org

Объект:
«Уникальный» - это хорошо или плохо? Когда-то, очень давно, Ина решила меня вылечить и нашла этот форум, потом зазвала меня там зарегистрироваться и мои ник и аватар очень хорошо отражают суть явления, бо я именно «Объект» - объект Ининых изысканий в борьбе со псором.

Я сейчас редко посещаю форум, но абсолютно уверен, что я представлен самым лучшим образом, наверное, даже гораздо лучше, чем есть на самом деле. У «женской логики» есть неплохие качества для данного случая, я уверен, что Ина никогда ничего про меня не напишет отрицательного – кто же тогда ей позавидует, что у неё такой замечательный муж.

Как давно у тебя псориаз ? Насколько серьезные обострения бывали и какими методами ты их снимал ?

Первые проявления стали появляться в самом начале 80-х годов, т.е. порядка 30-ти лет тому назад. Но тогда мне диагностировали «экзема», а диагноз «псориаз» я услышал лет через 10, в начале 90-х. Появление «экземы/псориаза» однозначно связываю с очень сильным нервным напряжением в те годы. Я служил в армии и 2-3 раза в неделю заступал на боевое дежурство, которое обязывало 24 часа без секунды сна и отдыха анализировать воздушную обстановку в зоне ответственности и принимать моментальные и абсолютно правильные решения при её изменении.

Сами обострения у меня были разной «серьёзности», от возникновения небольшого очага где-нибудь на ноге, до покрытия ног и некоторых участков тела сплошной коркой.
Врачи испытали на мне все способы традиционной медицины. Я к ним отношусь достаточно скептически, кроме UVA, а на PUVA смотрю крайне отрицательно, после него было только осложнение. Также отрицательно я отношусь к «крайним» формам соблюдения любых диет, в т.ч. и к системе Пегано, это для меня как крайние формы религиозности или политизированности, а их я не приемлю. Для меня очень хорошее воздействие и длительную ремиссию оказали поездки к Мёртвому морю, после 2-й поездки я на три года практически забыл слово «псориаз».

Что ты мог бы посоветовать новичкам-псориатикам?

Посоветовать новичкам я могу только одно:
НЕ СЛУШАТЬ НИЧЬИХ СОВЕТОВ!!!
Каждый человек должен сам выработать свою линию повседневного поведения, питания и всего остального. Однозначно могу только сказать, что психологическое состояние - это определяющий фактор для человека с псориазом и чем оно ближе к норме - тем проявления псориаза будут меньше.

Считаешь ли ты, что кружка пива и кусочек колбасы тоже могут быть лекарством, поскольку стабилизируют эмоциональное состояние, столь важное для псориатического больного ? Любишь покушать ? О склонности к пиву человека из Литвы даже спрашивать неприлично. Как влияет на псор ?

Аппетит у меня очень плохой и это главная головная боль Ины – хоть чем-то меня накормить.
По жизни я ничего не готовил кроме чая, но последнее время, с появлением кучи свободного времени, стал что-то готовить... ну курицу или мясо в духовке запечь или сварить свой «фирменный» суп чили.

www.psoranet.org

Пиво я употребляю, причём для меня это гораздо меньшее зло, чем любимый виски-бурбон с мандаринами на закуску.

Повторю, что считаю психологический настрой главным фактором в борьбе с псориазом. Героические поступки типа давиться гречкой с кефиром очередной месяц подряд считаю дикой и вредной глупостью, которая только ухудшает общее психологическое состояние и провоцирует развитие псориаза. *(Вед. - заметьте, что мнение редакции не всегда совпадает с мнением Объекта).*

В своем профиле ты даешь ссылку на сайт своей компании – оптовая и розничная продажа кожгалантереи. Как ты выбрал именно этот бизнес, торговлю?

Еще служа в армии, я занялся предпринимательством, т.к. росли две дочки, а денег катастрофически не хватало. Собирал охранные сигнализации своей разработки и устанавливал их, часто по ночам или попросту в выходные дни. После увольнения меня приняли на работу в одну из фирм-покупателей моей сигнализации в качестве снабженца.
Я мотался от Крайнего Севера до Казахстана в поисках наиболее подходящего и дешевого сырья для производства сварочных аппаратов. Это занятие очень быстро наскучило, и я стал заниматься рекламированием, а потом и продажей сварочной техники в регионах, которые посещал. Моим шефам это понравилось и меня назначили коммерческим директором фирмы. Вот так отставной офицер стал «торгашом».
А галантереей я занялся позже, когда надоело выполнять чьи-то указания и ждать когда тебя оценят. Решил, что более правильно работать самому. К тому же это и более комфортное психологическое состояние, сделал хорошую работу, получил «кучу денег» – молодец. Не сделал хорошей работы, не заработал или прогорел - сам дурак.

Почему именно эти товары, не вполне мужской номенклатуры, не железобетон и не швеллер ?

Так сложилось. Мой главный тезис в цивильной жизни: «Не бывает плохой работы, бывает только плохо оплачиваемая работа».

Но сайт этот давно устарел, я расслабился на каком-то этапе, и кризис полностью сожрал оптовый бизнес. Сегодня мы поддерживаем два магазинчика с розничной торговлей, которые просто выполняют функции рабочего места для Ины и двух продавщиц. Я там обеспечиваю правильное оформление различных документов, своевременное осуществление финансовых операций, ну и просто помогаю вовремя доставить товар в магазины.

Основная моя работа в настоящее время – это не торговля, а выполнение заданий одной еврейской общественной организации США. Эти задания состоят в социологическом изучении еврейского общества Литвы в период с 1920 по 1940 годы.
Я составляю списки проживавших тут людей еврейской национальности, пытаюсь установить их родственные связи, собираю как можно больше информации для идентификации этих людей и их родственников и перевожу эту информацию на английский язык. Серьёзно заработать на этом невозможно, но для меня это повседневная работа и занятие. У меня есть сфера применения моих способностей, это позволяет не чувствовать себя лишним в этой жизни и это очень хороший фактор для поддержания псориаза в «успокоенном» состоянии.

www.psoranet.org

Ты живешь в стране, где жизнь течет спокойно и неторопливо. По всем признакам, у тебя должно быть основательное хобби ?

Ты что-то перепутал, однако. Литва – это, конечно, не страна людей с диким «южным темпераментом», но и не страна, похожая на тихое ранчо в центральной части Штатов.
Но «хобби» у меня действительно есть - пострелять из боевого стрелкового оружия и особенно из пистолетов. Законодательство моей страны позволяет простым добропорядочным гражданам владеть боевым оружием. Вот и у меня есть несколько пистолетов, я посещаю тир своего стрелкового клуба и участвую в турнирах и «пострелушках». Когда пострелушки удаются – это очень хороший эмоциональный фактор, чувствуешь – есть ещё порох в пороховницах!

Видео стрельб:

Правда ли, что если стрелок достиг хорошего уровня в стрельбе из пистолета Макарова, то для него овладеть любым другим оружием – пустяк ?

Это вопрос из разряда: «Если научились плавать в пустом бассейне, то на Олимпийских Играх золотые медали вам обеспечены, там ведь вода будет».
Если человек достаточно овладел ЛЮБЫМ пистолетом, то овладеть другим не потребуется слишком больших усилий, но для меня, постреляв из «нормальных» пистолетов, очень трудно теперь стрелять из Макарова. Пистолет Макарова, это, конечно, уже не ТТ, но и он давно и безнадёжно устарел морально. У меня его нет, хотя он стоит гораздо дешевле и за цену любого моего пистолета можно купить не менее 2 новых «Макаровых» или 3-5, а то и больше из бывших в употреблении.

Какие твои любимые игрушки на пострелушках ? Что является гордостью коллекции, и что было бы неплохо заиметь ?

Коллекции как таковой у меня нет. При чём тут «гордость» и где тут она возможна - я не понимаю. У меня есть несколько пистолетов различного предназначения в разных калибрах, их я и использую на пострелушках.

Если кому интересно, то «арсенал» такой:
- в калибре .22LR (5,6мм) – Smith & Wesson 22A1 – для спортивной и развлекательной стрельбы в тире.
- .32 Brow/Auto (7,65x17мм) - Sig Sauer P232 - для повседневного ношения и пострелять в тире на маленьких дистанциях.
- 9мм Para/Luger (9x19мм) – Glock-17 - для всех возможных «целей»: в тире пострелять спортивные и развлекательные упражнения, а также носить при себе, когда решаю, что надо. Да и просто «чтоб был в хозяйстве» простой, удобный и безотказный пистолет.

После окончания кризиса я обязательно приобрету «для души» Кольт-1911 в калибре .45 и какой-нибудь револьвер, скорее всего что-то от S&W.

На форуме есть категорический запрет обсуждения вопросов политики и религии, с моей точки зрения, это правильно. Однако, на ЖЖ, как более управляемую площадку, этот запрет не

www.psoranet.org

распространяется.

Этот, скажу «стандартный», запрет, считаю неправильным по своей сути, так как именно эти вопросы и волнуют очень многих людей и на форумах они хотели бы высказать своё мнение и услышать мнение других. Но на большинстве форумов введен такой запрет по причине высокого риска оскорбления «инакомыслящих». К сожалению, абсолютное большинство религиозных или политизированных людей крайне отрицательно относятся к представителям других конфессий или политических движений и беседы часто скатываются к ругани.

Ты политизирован? То, что у тебя есть собственное мнение относительно политической ситуации в Литве и соседних странах, я даже не ставлю под сомнение, но ты его высказываешь? Митинги, интернет-дискуссии, политические кружки?

Я совершенно не политизирован, и вопросы политики меня волнуют только в плане того, облегчит или осложнит этот вопрос мою жизнь? И не более того. Хотя, конечно, у меня есть и своё личное мнение на события в Литве или соседних странах. Мне странно, что ты «не ставишь под сомнение» и уверен, что я «обязан» быть политизированным.

Нет, речь о твоей политизированности не идёт. Речь идёт о наличии собственного мнения.

Ты, наверное, не понимаешь, что «политизирование» это «хобби» жителей очень немногих стран. В странах, где человек более-менее может выбирать свою сферу деятельности и применения своих способностей, сама «политика» их волнует не больше чем меня.
Ни в каких митингах и кружках я не участвую, даже наоборот, прекратил своё участие в Обществе ветеранов моего училища именно из-за слишком политизированной направленности встреч ветеранов. Интернет-дискуссии... так их вести практически негде по озвученным выше причинам, а то, конечно, поучаствовал бы. *(Вед. – Юрий возвращается к тезису запретов политики на некоторых форумах. На самом же деле есть множество именно политических площадок. В России, по крайней мере, их достаточно)*

Ты религиозен? В какой конфессии, и насколько ты строг в следовании обрядам? Каково твоё отношение к развитию религиозных настроений в Литве?

По крещению я принадлежу к католической конфессии, но я совершенно не религиозен. Никаких строгостей в соблюдении обрядов я не признаю, но уважаю людей их соблюдающих. Для меня это просто «национально-народные» праздники, в которых я с удовольствием участвую, но «без дури».

Литва – это католическая страна и религия тут жила и выжила при разных политиках, выживет и дальше. Мне не нравится, когда некоторые служители начинают лезть в политику и вместо проповедей вечных ценностей агитируют паству за какую-то конкретную партию. Религия должна быть сама по себе, а цивильное общество должно жить по своим законам, а точнее, согласно Конституции.
Я не могу отметить особых изменений в религиозных настроениях обычного населения за последние пять десятков лет. А вот среди «политиков» произошли кардинальные изменения, они стали страшно религиозными и часто стараются превзойти Папу Римского в своей набожности. Это противно видеть и слышать.

Какова история появления тебя и твоей семьи в Литве?

www.psoranet.org

К моменту моего появления на свет, мой отец, уроженец Курской губернии, офицер Советской армии, служил именно в Литве, тогда Литовской ССР, а мама - местная жительница польского происхождения.
В Литве я прожил практически всю жизнь, так как из всех моих годов, три года прожил в тайге между Хабаровском и Комсомольском-на-Амуре в пос. Эльбан и даже ухитрился там пойти в 1-й класс. Еще пять лет прослужил на территории Латвийской ССР. В Вильнюсе я закончил и школу и военное училище и тут же прослужил основное время.

Устраивает ли тебя эта страна такая, как она есть сейчас?

Мне нравится моя страна сама по себе, она очень изменилась за годы после восстановления независимости, изменилась именно в лучшую сторону. Конечно, меня не всё устраивает, но я ведь и не пациент палаты №6, это там всех всё устраивает. Можно сказать так: если я тут живу, значит «недостатки» страны для меня не критические.

Это МОЯ страна, в ней я родился, вырос и живу в настоящее время. Менталитет жителей мне родной и понятен.
Напротив, сколько бы я ни беседовал с друзьями, живущими в РФ теперь, то столько раз я не понимал, как возможно жить в стране, в которой преобладает такой менталитет. Только прошу никого не обижаться, это не критика, это просто констатация факта моего мировосприятия.

Ты пошел бы в народное ополчение в трудную годину для Lietuvos Respublika ?

Пойду, «сидеть за печкой» точно не стану, я достаточно хорошо владею различным стрелковым оружием, чтобы доставить «неприятности» противнику, конечно, с учётом возраста и далеко не молодым физическим уровнем. Однако, хочу заметить, что на современном этапе мирового развития географическое расположение Литвы подразумевает этот вопрос очень гипотетическим. Я не вижу причин для возникновения сухопутных боевых операций в этом регионе.

Если, как писал Визбор «Я бы новую жизнь своровал бы как вор...» - чтобы ты сделал ?

В детстве я увлекался фантастикой и перечитал, наверное, всех фантастов. Мне запомнилось у Рэя Брэдбери – нельзя наступать на бабочку в путешествии на миллион лет назад, чтобы НИЧЕГО не изменилось в сегодняшнем мире. Я прожил и живу СВОЮ жизнь, сделал достаточно много всяких глупостей, но не сделал ничего, о чём мне сейчас было бы стыдно или боязно говорить.

Если «начать новую жизнь», изменить что-то в прошлом, это ведь означает потерю моих замечательных дочек и их прелестных детей-разбойников, моих внуков и внучку... да и Ина вряд ли что-нибудь хорошее про меня написала бы на форуме.

Что дала тебе 20-летняя служба, и что отняла?

Двадцать лет – это достаточно короткий период даже в жизни одного человека. Я отслужил 20 лет, но вот уже почти 20 следующих лет – как я на пенсии, а за это время я занимался очень и очень разными вещами. Сама по себе служба в армии – это школа жизни, учиться в ней лучше заочно, но не у всех это получается. Как любая школа, армия даёт людям знания и опыт, надо просто правильно понять, что тебе подходит для

www.psoranet.org

дальнейшей жизни, а что нет.

Кем и где ты был 13 января 1991 года, и что при этом чувствовал как военный человек?

13 января 1991 года я еще служил в армии и жил в Вильнюсе. В тех событиях достаточно много грязи как со стороны местных политиков, так и со стороны политиков общесоюзных. Простой народ Литвы желал именно восстановления независимости, и я был против применения Вооруженных Сил против гражданского населения.

Армия должна защищать людей от ВНЕШНИХ врагов и помогать в случае каких-либо природных или техногенных катаклизмов, но не ВОЕВАТЬ с народом! Армия должна быть АБСОЛЮТНО аполитична. Это было последней каплей для моего осознания про СССР. Я отказался переводиться из Литвы в Россию и подписал признание и обязательство мной выполнять положения Конституции Литвы.

Когда ты упомянул об «анализе воздушной обстановки в зоне ответственности», на меня накатило крайне неприятное воспоминание. Не так уж много я получал в своей жизни оскорблений, но этот случай был именно из таких.

Когда Руст приземлился на Красной площади, для меня это было как пощечина, причём не за дело. Как же так ? Мы дрянную колбасу и мыло по талонам получаем, а где же все эти тысячи КБ, НИИ, п/я, заводы, полигоны, миллионы солдат и сотни тысяч офицеров ? Что ты думал об этом в 1987 году и как изменилось твоё мнение за прошедшие почти четверть века ?

Вот именно, мы тут дрянную колбасу с мылом по талонам получаем, не спим сутками по 2-3 раза в неделю годами, а «ты» сидишь там в тёплом и уютном КБ, НИИ, п/я, заводе, конторе и т.д. и изготавливаешь эту идиотски задуманную и отвратительно сделанную и собранную технику, неспособную даже пару суток подряд проработать без выхода из строя, сами чиним её и еще обеспечиваем выполнение боевых задач.

Эта тема «про Руста» уже так набила оскомину, что уже даже лень отвечать, её ведь никогда не поднимает специалист, она интересна только дилетантам, считающим истиной в последней инстанции газету «Правда» и программу «Время» *(Вед. – вот кто бы еще смотрел сегодня в России программу «Время», о «Правде» вообще молчу…)*

Всем, кто хоть сколько-то интересовался этим вопросом, известно - Руст был вовремя обнаружен и перехвачен над Эстонией, но лётчик получил запрет на уничтожение этого самолёта. Мой хороший знакомый, который и обеспечил этот перехват, живёт в Вильнюсе.
Лучше ты мне ответь: почему руководство запретило уничтожить цель, кто припас тот «рояль в кустах» в виде бочки с авиационным топливом для дозаправки на каком-то «случайном» поле, почему на Руста не распространилось «неотвратимое справедливое советское законодательство» ведь он совершил несколько уголовно наказуемых деяний?

Но очень много офицеров посадили или просто уволили, моего знакомого не смогли посадить, настолько безпогрешно он выполнил боевую задачу. Но и, конечно, награды он тоже не получил. Но на основе этого случая была разрушена ВСЯ система ПВО СССР и даже теперь её нет в таком надёжном виде как была.

www.psoranet.org

Среди гражданских бытует поговорка: «Армия учит унижать и унижаться».
Что ты можешь возразить ?

Кому возразить? Тому гражданскому, который так говорит?
Армия – это часть общества и там служат такие же люди и с тем же менталитетом, как и работают «на гражданке». Если этот человек научился унижаться «на гражданке», то придя в армию и получив какую-либо власть, он обязательно будет стараться унижать своих подчинённых и еще более унижаться перед начальниками.

Мне не приходилось унижаться, а выполнять дурные и абсурдные приказания приходилось. Никогда не унижал своих подчинённых, а требовал только то, что связано с выполнением задач службы.

Службу некоторых начальников в армии можно сравнить со стилем общения в интернете, да-да именно интернете, я не оговорился. Вот сидит такой моральный хлюпик тихонько, как «мышка под веником», за компьютером, радуется, что червонец заныкал от жены и пишет всякие гадости тем, кто не может ему сковородкой загреть. Даже своей жене он ничего не скажет, но эту поговорку он будет повторять при каждом удобном случае.

Ты получаешь военную пенсию от Российской Федерации ? Как это организовано технически ?

Да, получаю.
РФ в своё время приняла такие обязательства и за 20 лет я могу вспомнить всего пару случаев, когда пенсия по какой-либо причине задерживалась и не поступала вовремя, да и те задержки были очень незначительными по времени.

В этом вопросе я могу только выразить свою благодарность РФ.
Технически очень просто – в Литве, при посольстве РФ, есть Отдел социального обеспечения, который ведёт учёт бывших военнослужащих ВС СССР, имеющих право на пенсионное обеспечение и членов их семей. В итоге этой работы я получаю ежемесячно на свой банковский счёт, в рекомендованном Отделом банке, сразу литы, а не рубли или другую валюту.

Для тебя является праздником 23 февраля? Как отмечаешь?
Сколько раз за последние годы ты надевал государственные награды СССР ?

«Праздник – не праздник», но можно сказать – день воспоминаний, вспоминаются сослуживцы, друзья тех лет. Довольно часто встречаюсь с кем-то из бывших сослуживцев «за рюмкой чая» - помянуть нашу молодость и ушедших в мир иной. Этот день совпадает с «Днём полка» моего училища, организация ветеранов которого ежегодно проводит традиционные встречи. Я раньше очень активно участвовал в этой деятельности, но из-за излишней политизированности этих встреч перестал в этом участвовать.

Всегда в этот день получаю много поздравлений от сослуживцев и, что радует, – от бывших подчинённых солдат и сержантов, которые меня не забыли за эти годы.
Я никогда не ношу наград и не очень понимаю людей, цепляющих их на себя в любой обстановке. Награды спокойно лежат в коробочке и останутся как память обо мне для моих потомков.

www.psoranet.org

****

От имени уважаемых читателей я поздравляю Юрия с праздником 23 февраля, Днём воспоминаний и Днём полка с пожеланиями здоровья и хороших встреч! Самих же уважаемых читателей поздравляю также, особо отмечая, что настоящим интервью мы начинаем традицию публикаций в ЖЖ, не содержащих ни одного кухонного рецепта - это будет, как минимум, 1 раз в год, 23 февраля. С праздником, товарищи ! Ваш Уго.

Семь ляпниц на неделе

psoranet.org

February 24th, 2012

Наша традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе"
(цитаты из постов участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!")

#16

Igor
Изжогой не страдаю, пшики делать не умею, а анус отбеливать мне вроде бы не надо

атя
из пробирки набирается кровь с антикоаг. + обязательно цитрат, и получается хренотень. извините за категоричность.

Stator
Вот читаю посты А_112, РедМена и др., и охватывают меня разные чувства.

Верлен
У врача-уролога была одиозная фамилия - Дзержинский. Муж как-то сразу поверил...

kolyakorolev
Кстати, карталин светится на неоне, так вот, надеюсь это не перерастёт в псор.

мазда
наплевав на мнения других людей, оголял верхнюю часть члена

slonik
Врач отказался лечить, сказала читать интернет.

Форумчане о запретном... о блинах

February 25th, 2012

Никаких **полезных** рецептов от нашего форума сегодня не будет. Сегодня мы поболтаем тут о блинах, о любви... и просто ни о чём.

О рекордах

Уго:
Мне нравятся блины даже не тонкие, а тончайшие, золотые, с дырочками, мягкие и сладкие с похрустывающей корочкой по краям. Мы их трескаем с растопленным маслом, в котором надавлен чеснок. И с мёдом еще.
Но дома такие блины не выходят, получаются довольно толстые, миллиметра три. Как раз на тефлоновых сковородках и электроплите. Таких блинов пару-тройку съел и отвалился.

www.psoranet.org

А те про которые сперва - те я на даче в бешеном количестве шпарю. Газовая плита! Конфорки как в мартене. Две изумительные старые (старше меня) чугунные сковородки с идеальным дном, с длинными ручками. Я на них виртуоз, честно скажу. Однажды на спор за полчаса 72 штуки замастрячил. Понимаю, что не каждый поверит цифре 72 блина за полчаса. Поясню, что это был рекорд, поставленный полностью в традициях моей Родины. Т.е., как у Алексея Стаханова, он рубал, а 16 человек оттаскивали. Мой рекорд шёл в зачет отнюдь не с первого блина, а где-то с 30-го, все блины комом пройдены, темп набран, сковородки были уже разогреты, размаслены, прокалены, зачищены в горячем состоянии, тесто было приготовлено выдающимися специалистами, которые вносили поправки в рецептуру по ходу дела, ориентируясь на барометрическое давление, концентрацию кислорода и еще кто их поймет на что они ориентируются. Да, сковородки немаленькие, дно 28 см.

Без слов, искусство блинов

Тано:

Немного рецептов

Уайта - блинчики с тыквой:
Оригинальный рецепт (от Nelly, форум cook-talk):

* 200 г тыквы
* 2 яйца
* 1/4 ч.л. соли
* 450 мл молока
* 200 мл муки

Тыкву отварить в микро, сделать пюре. В пюре добавить сахарную пудру (1 ст.ложку), соль, 2 яйца, взбить всё слегка венчиком, насыпать муку и разбавлять молоком, чтобы получить однородное тесто. Выпекать на горячей сковороде тонкие блинчики.
Если хотите блинчики потолще, то молока надо брать 200мл.
Я не помню точно пропорции, как я сделала, но помню, что уменьшила муку и увеличила тыкву, поэтому у меня были толстенькие блинчики. Сковородку смазывала силиконовой щеточкой ("веничек") в масле.

Lady - кабачковые блинчики с грибами:

Рецепт, как назвал его мой муж «Овощная шаурма»
Что нужно:
2 кабачка, 1 стакан молока, 1 стакан муки, 3 яйца, грибы 200г, лук, сметана 3 ст.л., соль-перец по вкусу.

1. Кабачки натираем на мелкой тёрке (отжимаем), добавляем яйца, молоко, муку, соль и тщательно перемешиваем.
2. Противень застилаем пекарской бумагой (обязательно с силиконовым покрытием), выливаем смесь и выпекаем при темп-ре 180 С до золотистого цвета.
(У меня бумага закончилась, поэтому я запекала частями в силиконовой форме. Без ничего или на фольге выпекать нельзя - прилипнет, проверено)
3. Лук обжариваем с грибами, в конце добавляем сметану, соль, перец, зелень по желанию.
4. а) Когда кабачковые блинчики будут готовы, фаршируем их грибами. Сворачивать желательно горячими.
....б) Если готовить на противне, то же самое. Выкладываем начинку и сворачиваем в длинную колбасу. Когда остынет, нарезаем произвольно.

www.ps

О начинках

help:

1. Кладём бутылку водки в морозилку и забываем про неё.
2. Просим кого-нибудь испечь десяток тонких блинов с минимумом сахара примерно 10-12 см в диаметре.
3. Берём 100-150 гр. хорошего слив. масла без добавок (маргарин и спреды не катят, единственный, который пошёл на замену - Lurpak, но тоже не очень). Оставляем его согреться до комн. температуры, чтобы было совсем мягкое, но не растаявшее. Давим зубчик чеснока, но берём совсем чуть-чуть, только для запаха. Мелко режем укроп, и добавляем с чесноком в масло, размешиваем вилкой. Ровно столько же по объёму добавляем не очень солёной красной икры и очень осторожно, чтобы её не раздавить, размешиваем с маслом. Ставим в холодильник на несколько минут, чтобы масса чуть загустела.
4. Берём блины делаем из каждого "сигару", толщиной примерно 1-1.5 см с этой начинкой. Ставим готовый продукт в холодильник, не в самое холодное место на 20-30 мин.
5. Через 30 мин. неожиданно вспоминаем про водку в морозилке. Достаём, открываем, наливаем, выпиваем и закусываем продуктом из п.4. Повторяем в течение часа, пока не кончится. Всё.

Sole:

www.ps

Начинка простая: икра, малосолёная форель или сёмга, сыр и другие вредности. И в эту масленичную неделю (раз в год) ем блины со сгущёнкой.

admiral:
В тоненький блинчик заворачиваете кусочки моцареллы и помидора, слегка подогреваете в микроволновке и на тарелку. Подлива готовится из оливкового масла, чуть-чуть уксуса, мелко порубленного базилика и петрушки.
Можно чуть-чуть чеснока добавить, но это на любителя.

О любви

Lanochka: Специально для Рэда, мои блинчики сегодняшние, руколепные. Я умею блины печь!

О санитарии

ddSat:
У меня жена, прежде чем готовить блины, яйца моет с Фэйри... не мои яйца, а куриные. Типа смывает всех... как же их там... короче, типа бледных спирохет.

О грамотности

Уго:
<Блины> Всегда пеклись. А сейчас - жарятся.
В быту русского народа не было плиты. Разумеется, речь идет о 16-17 веках, когда складывался язык, приметы, традиции. Была подовая печь, "русская печка". И в ней все "пеклось", "варилось", "томилось". А жарилось все только на открытом огне, в очаге/камине, которых у русского народа не было исстари. Еще на костре, но костер - это элемент дикой, лесной и разбойничьей жизни.
Поэтому блины именно пекли в печи, и поначалу не на сковороде, это ж дорогущая вещь, а на листе, а еще чаще - просто на кирпичах, тщательно промазанном глиной основании печного пода.

Ностальгия

vist:
Не знаю, пригорали ли первые блины, не видела... У моей бабушки в Оренбуржской обл. была русская печь, огромная (ну по крайней мере мне так в детстве казалось))). Блины она пекла - не описАть! Тонкие, смазанные маслом или сметаной такой густой, что я думала ,что это масло. Я такие блины больше никогда нигде не ела! Русская печь - это, конечно, сказка !

Да... Масленица - это СКАЗКА! В общем? Happy Maslenitsa или Веселого праздника!
Будьте здоровы!
Уайта

Галерея "разводов" при псориазе. Часть 1. Приборы, аппараты и методы

February 27th, 2012

Автор help

Представлен "чёрный список" продукции, позиционируемой производителями для "лечения" либо

www.psoranet.org

"излечения от" псориаза.
На самом деле, с точки зрения и по опыту форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!", эта продукция таким свойством НЕ обладает, т.е. является "разводом". Список пополняется постоянно, по мере появления в форуме отзывов о том или ином приборе, средстве или методе. Не утверждается, что они (или любой из них) бесполезен вообще, они собраны здесь по причине бесполезности их применения ПРИ ПСОРИАЗЕ. Для пояснений и новых кандидатов в "чёрный список" есть место - в этой теме форума.

Далее в этой, 1-й части списка, перечислены "разводные" приборы, аппараты и методы лечения.

Приборы и апппараты

-- Аппарат электросонной терапии «Адаптон СЛИП (ЭСОН)»
-- Аппарат «АМОК» (аппарат мониторной очистки кишечника)
-- Аппарат «Алма» (стационарная магнитотерапевтическая установка)
-- Аппарат "квантовой" терапии «Атлант»
-- Аппарат "Биорегулятор-004-К" - лечит всё что ни попадя, включая псориаз - методом "ускорения тока лимфы". По утверждению авторов, им пользуется сама (!) Клаудиа Шиффер
-- Аппарат «Витафон» (аппарат виброакустической терапии, «свистелка», создаёт шумовой фон, на псориаз не действует никак)
-- Аппарат «Витязь»
-- Аппарат «Геска» - портативный светодиодный матричный для фототерапии
-- Аппарат "Георгий" для получения серебряной воды, псориаз, конечно, в списке "показаний". «Одобрен Патриархом Всея Руси» (типа местный FDA? :))
-- Аппарат «ДермСПОК» (магнитотерапия, эффект - 0)
-- Аппарат «ДЕЛЬТА» серия «ВОСТОК» – как бы лазер инфракрасного диапазона
-- Аппарат «Диво» (приготовление «живой» и «мёртвой» воды - пишут, что от всех болезней, включая псориаз)
-- Аппарат «ДЭТА» (электромагнитная терапия)
-- Аппарат «Дюна-Т» (ИК-терапия, обещают эффект при псориазе на 3-4 день)
-- Аппарат «ИтчСтоппер» (локальный нагрев, предположительно СВЧ-излучатель)
-- Аппарат «Рикта», он же «Милта», он же «Руслан», он же «КванТерра», а равно и прочие изделия новоявленной "квантовой терапии"
-- Аппарат «Корона» (принцип – метод д'Арсонваля, эффект нулевой)
-- Аппарат «Люзар-МП», он же «Родник-1» (светодиодный лазер красного диапазона, лечит всё подряд)
-- Аппарат магнитооптической терапии «Магнолия»
-- Аппарат "Магнон-ДЭС" - аппарат динамического электросна - есть якобы некая "программа" для лечения псориаза
-- Аппарат «Минитаг» – информационно-волновая терапия ("поле чудес в стране дураков")
-- Аппарат лазерной терапии "ОРИОН". Очередной вариант "волшебной лампочки". Лечит всё подряд, описание - такой же феерический бред, как и у прочих "мигалок-светилок"
-- Аппарат "Панацея - АК20" - Прибор биоэлектрический акупунктурный электромассажный, лечит всё подряд без разбора, псориаз и импотенцию в том числе. Производится китайцами под названием "Суппер Рука"
-- Аппарат «Ретон» АУТН-01 (лечит параметрической накачкой биообъектов энергией, псориаз обещают вылечить запросто и без обострений)
-- Аппарат "РЭМ" для производства "живой и мёртвой" воды. Пишут, что лечит псориаз. Комментарии

www.psoranet.org

излишни
-- Аппарат «Скенер (Сканер)» (лечение слабыми электр. токами) или «Дэнас (Денас)»
-- Аппарат «Удобный доктор», он же «Shuboshi»
-- Аппарат «Ультратон АМП-2М» (высокочастотные высоковольтные разряды малой мощности)
-- Аппарат «Униспок» – магнитотерапия, почему-то говорят, что при псориазе помогает
-- Аппарат«Экопульс» – специальное (!!!) излучение, панацея размером с электробритву. Покупается в Китае, перепродаётся в 10 раз дороже. Не только не лечит, но и часто обостряет процесс
-- Аппарат Bemer 3000 от немецких "Самоделкиных", лечит как это обычно бывает, всё, включая псориаз
-- Аппарат HiToP 184 - высокотоновой биорезонансной терапии (все разговоры о "резонансах" - обман)
-- Аппарат лазерно-магнитный LMP-010M из Вильнюса (постоянные магниты и лазерные светодиоды, лечит всё "на клеточном уровне")
-- Аппарат Zepper-B - наукообразная чушь про неизвестное излучение
-- Аппарат (система) функциональной диагностики и терапии «DDFAO» - чушь свинячья ("непосредственное снятие информации с тела пациента")
-- Биоэлектроактиватор «Эсперо-3» (приготовление «живой» и «мёртвой» воды, пишут, что от всех существующих болезней, включая псориаз)
-- Лампа «Биотрон» фирмы «Zepter»
-- Безымянный аппарат, плод коверсионных технологий из Бийска. Список излечиваемых болезней - потрясающий
-- Аппарат КВЧ-терапии "CEM TECH", делается умельцами в Томске, лечит всё на свете (наглядное пособие по "Разводам")
-- Прибор Lanta-Zм, якобы "инактивирующий патогенные макро- и микроорганизмы", не действует никак

Методы лечения

-- Колдовство, снятие сглаза, порчи, проклятия и т.п.
-- Экстрасенсорика, биоэнергетика, "лечение" с применением биополя, резонансно-волновых методик, энергоинформационных воздействий и мыслеформ
-- Раскрытие разнообразных чакр, применение коррекций кармы, "китайских меридианов", выход в астрал, ремонт ауры
-- Рефлексотерапия, иглоукалывание (может действовать разве что как плацебо)
-- Телегония, волновая генетика
-- Рейки-терапия и другие сектантско-медитативные, "волшебные" и магические/колдовские техники, открытие энергетических каналов, питание из космоса энергией "ци", хилинг, гадалкинг и прочий дебилинг
-- Гештальт-психология и терапия
-- Зарядка "целительной энергией" воды, настоек, кремов, мазей и т.п.
-- Лечение водой - активированной, "живой и мёртвой", структурированной, заговоренной и проч.
-- Лечение шунгитом, белемнитом, циркониевыми браслетами и др. камнями и металлами
-- Разнообразные "чистки организма" народными методами, уринотерапия и др.
-- Устранение паразитарной, глистной инвазии (как химическими, так и "резонансными" методами)
-- Гомеопатия (с применением препаратов конвейерного ФАБРИЧНОГО производства)
-- Рыбки garra rufa (лечат не рыбки, объедающие бляшки, а климатические, курортные факторы)
-- "Комплекс д-ра Майкла", Австралия (многоуровневый обман, подробности в форуме)
-- Метод "академика" Мезенцева (индивидуальный подбор питьевой воды)
-- Хромпунктура (аппарат Манделя) - воздействие цветным светом на "активные" точки
-- ВСЕ методы лечения псориаза трансплантатами стволовых клеток, плацентарными, пуповинными и

www.psoranet.org

прочими подобными препаратами. ЭТО - САМЫЙ ДОРОГОСТОЯЩИЙ РАЗВОД.

Продолжение следует..

Курортотерапия псориаза

February 28th, 2012

"Опрос о средствах и методах, применяемых при псориазе" (какие средства и методы помогают участникам форума в устранении проявлений псориаза) показал, что курортотерапия помогает и находится в списке на третьем месте после мазей с солидолом и диеты.

У меня двоякое отношение к теме курортотерапии. С одной стороны, тема вызывает приятные эмоции - отпуск, море, отдых. С другой стороны, далеко не у всех есть возможность поехать на курорт. Курортотерапия - довольно дорогое удовольствие. Счастливчики едут на моря, возвращаются загорелыми, без или почти без псориаза, и радостно отчитываются, как всё здорово, мол Мертвое море/ Нафталан/ Индийская аюверда/.. - "форева" (навсегда). Остальным кажется - вот там оно "счастье", где-то на Мальдивах, в Греции, Испании, Индии... я бы вылечился.

Ну что ж, довольно распространённое заблуждение. Давайте проведем параллель между, например, солидоловыми мазями и курортотерапией. Во-первых, и то, и другое лечение помогает на какой-то конечный срок (скажем, от недели до 3 лет). Во-вторых, этот срок зачастую уменьшается с каждым посещением/ лечением. Ну и последнее, так же как и солидол помогает далеко не всем, так и курортотерапия (моря / озера/ сероводородные ванны и проч.) помогают далеко не всем. Некоторые из нас живут у моря, но это увы, не помогает.
Так что не считайте, что именно курорты вас вылечат. Вовсе нет. Поймите меня правильно, скорее всего, они помогут. Быть может, удастся получить длинную ремиссию, и это прекрасно!! Но.. нельзя ставить курортотерапию во главу угла. Курорты - это чудесно, это наш заслуженный отпуск, это существенная помощь в поддержке нашего здоровья. Но тем не менее - это не панацея. Приведу довольно типичный (реальный) диалог на форуме :

Вопрос : "Добрый день, друзья! Хотел поинтересоваться у вас, как у людей знающих что такое курортолечение: поехать на море могу лишь сейчас, в октябре, и собираюсь на 7 дней. Проблема - лицо и голова. На теле есть пара бляшек - мелких и бледных. В общем, еду снять псориаз с лица. Хочу услышать ваше мнение - стоит ли ехать на 7 дней (будет ли эффект)? И ещё - здесь все говорят о загаре в борьбе с псориазом. Разве главное в курортолечении - не соленая вода?? Дело в том, что я не загораю и вообще не люблю этого делать. Так вот - водой единой лечение возможно?"

www.psoranet.org

Первый ответ: "Раньше, в начале заболевания, мне солнце и море помогали дня за три-пять. Потом, лет пять-десять назад, мне хватало двух недель. В этом году я был два раза по две недели (в июне и в сентябре) и всё равно до конца не прошло. Для себя определил на будущее, что мне необходимо три недели подряд как минимум. Помогают и солнце и вода. И воздух и климат, и смена обстановки. Может даже, и другая еда и питьевая вода. Короче, всё вместе может дать положительный эффект. Если вспомнить первые поездки на море, то наверное, ремиссия чисто от солнца и моря была от полугода до года. Знаю женщину, у которой ремиссия от одной поездки на ММ (Мёртвое море) длится уже не первый год. Опять же, у другой знакомой, после пребывания в этом году в июле на ММ (21 день) уже сейчас всё возвращается. Так что, каждому своё."

Второй ответ: "А вообще-то обычно эффект только начинает формироваться (иногда через небольшое обострение) через 7 дней, так что лучше - 2 недели (это обычный минимум). А то через 7 дней с невнятными результатами поедешь в октябре домой, да ещё смотря где проживаешь - может, сменишь теплый климат на холодный и дождливый - а это псориазу в радость, провоцирующий фактор, и от этих 7 дней может быть больше вреда, чем пользы.
О загаре. Не загар помогает, а помогает УФО в составе солнечного спектра; загар - всего лишь побочный эффект. Солёная вода имеет значение, но и купание можно заменить ваннами с морской водой, а вместо "загара" - планомерное UVB NB на специальных установках, и никуда в октябре не нужно будет мотаться на 7 дней, подвергая себя необоснованному риску. "

Итак, что мы имеем в активе? Курорты. Не панацея. Однако есть шанс получить ремиссию, пусть на неделю или <а вдруг повезёт> на несколько лет. Это все равно РЕМИССИЯ. И если у нас есть время и возможности, то .. пуркуа бы не па? (почему бы и нет?)

Мы пройдёмся по знаменитым и не очень знаменитым курортам, посмотрим рекомендуемые методы, почитаем наши отзывы. Невозможно в одной заметке охватить всё.

На этой неделе мы решили обсудить наиболее популярное для псориазников место отдыха и лечения - Мёртвое море (ММ). Итак, неделя Мёртвого Моря. Лечение, адреса, личные рассказы, фотографии...

(Продолжение следует)

Лечение на Мертвом море

February 29th, 2012

Мертвое море прочно ассоциируется с псориазом, только стоит упомянуть слово псориаз, то 99% сразу же скажут - Мертвое море! Кто не был на Мертвом море (ММ) и не готовился к поездке, тот может быть сильно разочарован. Потому что ММ - это не море, а очень соленое озеро (банальность, я знаю!). Плавать и

www.psoranet.org

купаться там невозможно. Там можно только лежать, защищая глаза от воды. Тем, кто там был, это кажется очевидным. И тем не менее, как ни удивительно, не все это знают.

Совсем недавно мы ездили в Израиль в отпуск, и когда мы проезжали ММ, то решили задержаться на денёк. Кстати, очень удобно, можно купить дневную путевку прямо в отеле, включено всё - еда, пляж с грязями, всякие бассейны и прочее. Нас было трое. Я и муж пожили в Израиле и про ММ, в общем, знали всё. А наш спутник, прекрасный, образованнейший человек - просто недооценил факт очень, ну очень соленой воды; факт, который он, разумеется знал. И с размаху нырнул... Обжигающая боль в глазах была ужасной. Глаза промывали довольно долго под проточной водой, и потом они слезились и болели ещё какое-то время. Кстати, нырнуть ему всё равно не удалось, вода его выкинула.

Поэтому, на всякий случай - берегите от воды нос, рот и особенно глаза! Не забудьте, что руки тоже солёные, поэтому случайно не протрите глаза рукой.. И уж конечно, не плескайтесь, не брызгайтесь. Впрочем, можете попробовать, я думаю, узнаете много нового о соседях.

Про Мертвое Море (ММ) написано так много, что мне неудобно повторять все очевидные, банальные факты. Упомяну вскользь:

- Сочетание нужного климата, минеральных вод и солнечного ультрафиолетового облучения.
- Вода и воздух богаты микроэлементами и бромом.
- Вредное влияние ультрафиолетового излучения значительно снижает более толстый атмосферный слой и паровая прослойка в воздухе, выполняющая роль своеобразного фильтра. При этом сохраняется уникальная комбинация ультрафиолетовых лучей А и В, столь полезных для больных псориазом.
- Вода отличается высокой солёностью и обилием минералов (вода горькая на вкус и маслянистая).
- Комплекс солей и минералов способствует лечению многих болезней.
- Грязи концентрированнее и сильнее, чем, например, в Саки. Они представляют собой продукт жизнедеятельности единственных живых существ Мёртвого моря – крохотных археобактерий, обладают противовоспалительными и гармонизирующими свойствами. Аналога на Земле ей нет.

Отзывы и впечатления участников форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!".

Цитирую статью, которую подготовил John:

" Программа лечения.
Программа лечения псориаза состоит из комбинации солнечных ванн и морских купаний, можно умеренно использовать мази с содержанием смол, сульфидов или салициловой кислоты. Лечение практически не имеет побочных эффектов, неизбежных при приёме лекарств.
Другое достоинство процедур на Мёртвом море – полное отсутствие зависимости от сильнодействующих мазей, длительное использование которых зачастую таит в себе определённую опасность. Очень важно знать, что курортное лечение нужно применять только в стационарной и регрессирующей стадии заболевания. Применяющие кортизоновые препараты в любом виде (мази, таблетки) должны отменить их приём за 2 месяца до приезда, иначе на Мёртвом море может произойти обострение, и процесс лечения будет менее эффективен. Не рекомендуется при острых сердечно-сосудистых заболеваниях, острых инфекционных заболеваниях, солнечных дерматозах, пузырчатке, системной красной волчанке, рассеянном склерозе, обострениях хронических заболеваний. Рекомендуемый срок пребывания 28 дней. При этом лечебный эффект максимальный. При меньших сроках лечебный эффект уменьшается. Не стоит

www.psoranet.org

думать, что лечение на Мёртвом море панацея, однако для некоторых людей оно стало альтернативой или дополнением медикаментозному лечению псориаза.
Продолжительность ремиссии индивидуальна, зависит от состояния конкретного человека и его психологического настроя, существует мнение, что с каждым годом срок ремиссии удлиняется (при регулярных поездках). */ комментарий Уайты : существует и противоположная точка зрения о привыкании. /* При достижении продолжительной ремиссии или незначительных высыпаниях сроки пребывания можно сокращать.
Рекомендуется пребывание на солнце не более 6 часов в день, причем продолжительность солнечных ванн должна возрастать постепенно. Старайтесь не получить солнечный ожёг, но если это все таки произошло, смажьте кожу специальным средством после загара или просто жирным кремом. Также можно использовать средство Panthenol, которое продается в аптеках. Продолжительность купания в воде Мёртвого моря не более 20 минут 2-3 раза в день. После купания морскую воду необходимо смыть под душем с пресной водой и намазать кожу обильно жирным кремом, а лучше всего вазелином. Некоторые применяют растительное масло.
При необходимости можно принимать грязелечение, массаж, физиотерапевтические и бальнеопроцедуры . Перед принятием процедур необходимо проконсультироваться с врачом. Не рекомендуется мазаться лечебной грязью, если на теле есть ранки или расчесы, можно занести инфекцию. Перед поездкой желательно избавиться от корочек, так как они мешают загару. Если во время купания в море вы чувствуете пощипывание на травмированных участках кожи, можно эти места перед купанием обильно смазать вазелином.
Для лечения псориаза идеальный период с середины апреля до середины июня. Температура воздуха 27-35 градусов, воды в Мёртвом море 24-28 градусов. Похожая температура осенью примерно с середины сентября до начала ноября, но в это время есть риск, что, вернувшись в холод, организм может отреагировать сокращением срока ремиссии. Летом на побережье очень жарко, температура воздуха на солнце до 45 градусов, а вода днём нагревается до 38 градусов – это для любителей. В комнатах гостиниц, фойе и ресторанах имеются кондиционеры, но те, кто побывали в этот период говорят, что тяжело.
На курорты Мёртвого моря приезжают много людей подлечить псориаз, поэтому там *нет психологических проблем*, существующих на других курортах. На появившегося на пляже человека с псориазом на теле (любой стадии) никто даже не обратит внимания."

На ММ можно отдыхать в Израиле, можно в Иордании. У нас идет беспрерывная дискуссия, где отдыхать лучше. К единому мнению придти пока не можем. Впрочем, немудрено, мы там не одни такие.

Израильская сторона:
"Курортный городок Эйн Бокек не большой, состоит в основном из гостиниц, небольших магазинов и кафе. Шумных развлечений там нет. Там находятся несколько клиник, предлагающих пройти курс лечения и различные процедуры. Отношение к этим клиникам участников форума не однозначное, кто-то остался доволен процедурами и полученной информацией, кто-то утверждал, что это пустая трата денег. Крема для ухода за кожей, приобретенные в одной из клиник очень понравились. Главное лечение – это солнце, море и воздух, остальное не обязательно. На побережье Мёртвого моря есть райский уголок – это кибуц Эйн Геди. Небольшие домики гостиницы расположены прямо в ботаническом саду. Это место идеально подходит для лечения и отдыха. " (John)

Фото ММ участник John

www.psoranet.org

Отзыв форумчанина Irishman:
"Я, как уже писал, живу в Израиле и езжу на ММ уже 15 лет, был почти во всех отелях, и вот моё мнение: если нет денег - Цель Арим, если хотите макс. выгодное. соотношение "цена+условия" - Gardens (последние 10 лет я езжу исключительно туда), ну а если цена значения не имеет, то тогда Меридиан, либо Краун Плаза, либо Рояль (!), либо Даниэль или Лот. И ешё. НИКАКИХ КЛИНИК. Это всё (однозначно!) - понты для приезжих. Я это и сам знаю, и мне писали об этом полно народу. Будет жалко потраченные деньги, а главное - время. Все те же процедуры Вы сможете получить у себя в Питере, Москве, Киеве, Таллине, Омске, Ростове..., только намного дешевле. И ещё два слова - о развлечениях. Можно взять прямо из гостиницы миллион экскурсий, я бы посоветовал только Иерусалим и Тель Авив, но только на первые или последние дни, а всё остальное время - лечиться."

Отель TsellHarim (Цель Арим) , фото 5er:

www.psoranet.org

Иордания.
Климат тот же, море то же. Иорданские отели выглядят привлекательно, возможно даже, они больше соответствуют нашим представлениям о комфортном отдыхе. Вернее, не сами отели, а пляжи, удобство подходов к морю, и др.

Фото отеля Moevenpick, участник John:

psoranet.org

Из отзыва участницы Тана:
"Я жила в 4*, очень мило, персонал говорит помимо арабского на англ., немецком, а также и русском (жена хозяина отеля - украинка, возможно поэтому, там много персонала с Украины). В том числе русскоговорящие есть и в лечебнице. Больных кожными заболеваниями видела и на пляже у ММ, и у

бассейнов (их там 4 штуки, не считая бассейна в лечебнице), внимания на них никто не обращает, в сторону не шарахается, но основная масса больных ходит в специальные женские и мужские солярии (они огорожены от мест общего пользования высокой стеной, и там можно загорать под иорданским солнышком всеми местами, на которых есть псориаз, т.е. раздеться догола, в стороне от любопытных глаз). Кормят хорошо. Такси до столицы Аммана едет 30 минут."

Продолжение следует.

www.psoranet.org