

Фото, цитаты, афоризмы

1 февраля, 2013

Галерея "Фото участников форума"



Сямынь (Китай), где я живу. **Фото: Лоскутников**

Далее - традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе".
(цитаты из постов участников [форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!"](#))

#63

Тереза

... фото сельдерея вызывает отвращение. Теперь пересела на имбирь.

Уго

Если я буду питаться сметаной 40%-й жирности, то через пару месяцев мне швеллер нужно будет к кровати приваривать.

admiral

... покачали головами и выписали мне кучу мазей, которые я, исходя из своего старорежимного воспитания, не стал им советовать - куда засунуть.

Бунька

Очень хорошая хромая медсестра, очень профессионале узи (девушка), своеобразный зубник (достоинство - очень быстро лечит зубы)

ЛинаК

Хотелось бы поиметь попутчицу женского пола...

fortis

... в этот раз я подошел со всей ответственностью, и питаюсь как больной, и стрижка короткая.

ddSat

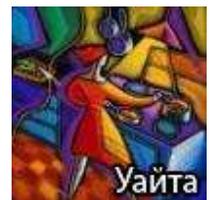
ЖКТ атрофируется, анус зарастёт. Куда потом клизму вставлять будешь?

Морковь с имбирем

2 февраля, 2013

Субботние невредные рецепты от Уайты

Начну с такого странного заявления - сегодняшний рецепт не для детей. Хотя возможны и исключения, но дети в большинстве своём жуткие привереды, привыкшие выбирать варёную морковь из супа. Факт общеизвестный, но как-то всё равно странно, что с годами мы меняем вкусы. Помнится, я не могла проглотить овсяную кашу или варёный лук. И даже не из-за вкуса, а из-за склизкого ощущения во рту. А теперь? Куда как более склизкие устрицы — это моя любимая закуска к белому вину! Берёшь устрицу,



далее немного хрена (мой любимый соус к устрицам), предпочтительно белого соуса из хрена. Туда же выдавливаешь лимончик - и в рот! Какой вкус, и как пахнет морем, свежестью...

Увы, мы не об устрицах. Мы о прозаичной морковке. Точнее, о способе, как сделать прозаичную морковку изысканным блюдом, при этом и "Пегане" угодить!

Морковь с имбирем



Ингредиенты:

- * 500 гр моркови
- * 0,5 ч.л. натёртого на мелкой тёрке имбиря
- * 2 ст.л. оливкового масла

Для неленивых можно красиво нарезать морковку. Типа гармошки, положить морковку между двумя палочками, в моём случае палочки для суши — это надо для того, чтобы надрезы были не до конца морковки. Часть я сделала с надрезами, часть просто так. На вкус это не влияет, но морковка "гармошкой" делает блюдо красивым. У меня была морковка очищенная, мелкая. Поэтому всё приготовила в течение 5 минут (не считая фотосессии), 3 минуты режешь, 1 минуту натираешь имбирь и 1 минуту на всё остальное.



Морковь смешаем с имбирем и оливковым маслом. Духовку разогреть до 200С, поставить морковь запекаться до готовности (примерно 20 минут). Подавать как гарнир или как самостоятельное блюдо. Мне понравилось просто так, морковка оказалась очень и очень нежной.



Источник : cook_talk.com

Воскресный оффтоп. Львов. Часть 2



3 февраля, 2013

Продолжаю свой рассказ о поездке во Львов.

Дворец Потоцких

"Самый роскошный дворец Львова создан в 1880 году для влиятельных польских магнатов Потоцких по проекту французского архитектора Людвига де Верни при участии польского архитектора Ю. Цибульского. Своей стилистикой напоминает французские замки эпохи классицизма. Сохранились интерьеры в стиле короля Людовика XVI."

Сейчас в нём находится Музей Европейского искусства Львовской галереи искусств. А с 1972 до 2000 года в нём располагался... (барабанная дробь!)... ЗАГС.



Заранее извиняюсь за обрезанные фотографии, потому как в тот день сделать мало-мальски нормальные фотографии было невозможно. На территории дворца проходила какая-то книжная ярмарка и весь двор был заполнен торговыми палатками дикого зелёного цвета. Так что звиняйте.

К сожалению, красивейшие интерьеры дворца фотографировать не разрешается даже за деньги . Это особенно парадоксально, учитывая, что дворец ещё 12 лет назад был ЗАГСом и фотографировать там можно было вообще сколько хочешь. Так что вам придётся поверить мне на слово, что там очень красиво.



А это площадь в историческом центре города **площадь Рынок**. По площади ходят барышни и продают конфеты.



www.ps

Кто хочет жареных каштанов



WWW.R



Львовская ратуша мэрия), вход.



Перевела с украинского языка со своего билета:

"Первая ратуша была построена на площади Рынок в конце 50-х годов 14 ст. в готическом стиле. Впервые про существование ратуши городские хроники упоминают в 1381 году. В 1491 г. строится ратуша с каменной башней и часами. В 1691 году готическую башню заменяет восьмигранная ренессансная башня, которая завалилась в 1826 году. Первый камень современной ратуши в стиле венского классицизма заложен 21 октября 1827 года. Строительство завершено в 1835 г. Авторы - архитекторы И.Маркль, Ф.Трешер, А.Вондрашка. После пожара 1848 г., отстроена в 1851 г.



Современная ратуша - это прямоугольное в плане (78x58 м) четырёхэтажное здание с внутренним двором и трёхрусной квадратной башней высотой 65 м.

Общее количество ступенек от главного входа ратуши до смотровой площадки башни - 408, количество ступеней в самой башне - 306.

С мая 1851 г. львовяне и гости города имели возможность посещать львовскую ратушу. Эту традицию возродили в апреле 2000 года."



"Первые часы на ратуше появились в конце 15ст. Нынешние часы изготовлены на фабрике Вильгельма Штиле под Веной и установлены в 1852 году."



Мы, конечно, тоже поднялись на башню и, сначала не заметив столь ценную информацию в билете, считали ступеньки сам. Я насчитала 307, как оказалось ошиблась на 1 ступеньку...

Стоянка для велосипедов возле ратуши.

www.psoranet.com



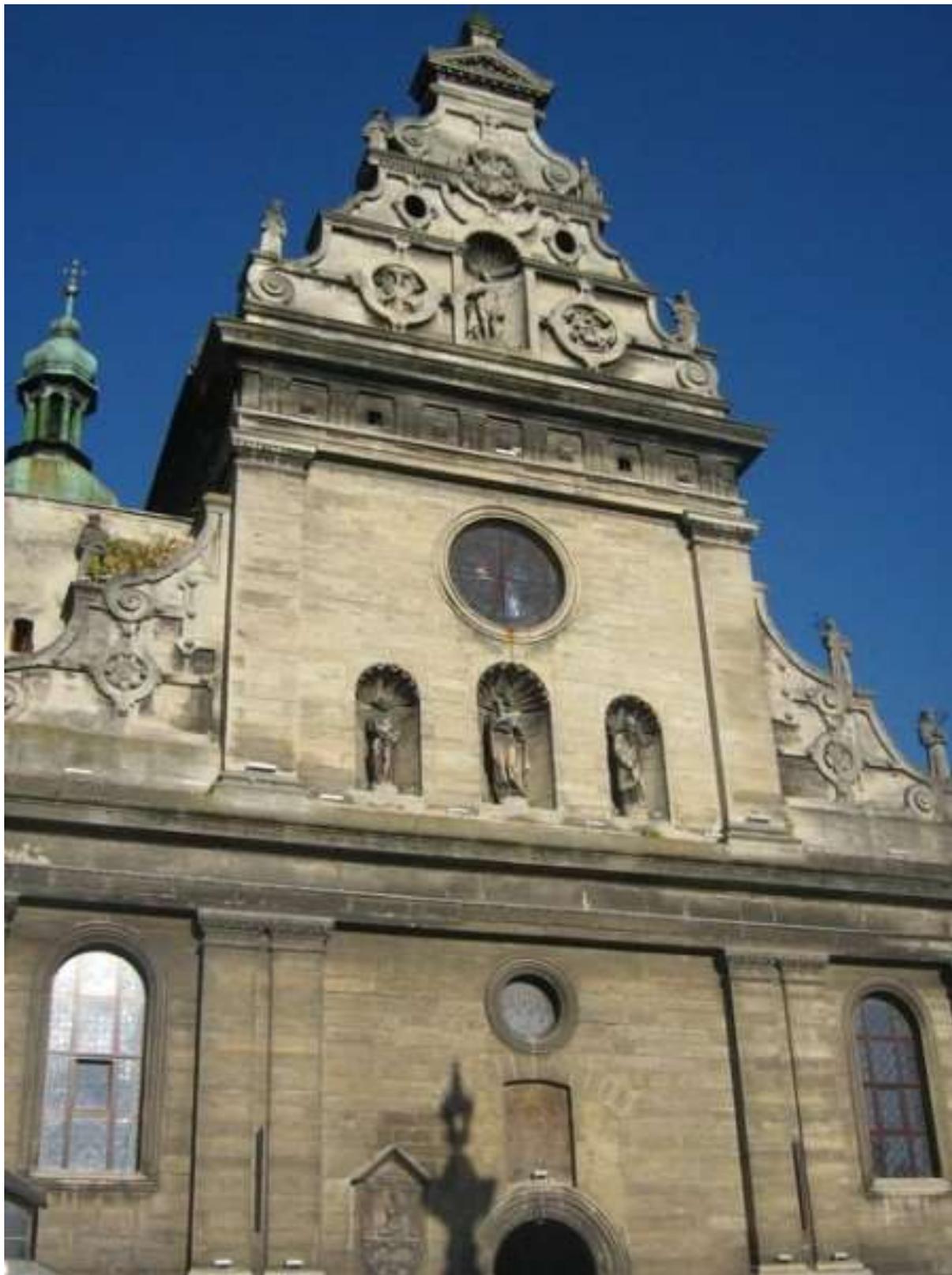
Экскурсионный "паровозик".



Вид на музей оружия "Арсенал" и Колокольню "Башня Корнякта" 1572-1695 гг.



В центре Львова почти на каждом здании есть табличка: "Памятник архитектуры. Охраняется законом".
Католический костёл св.Андрея 1600-30 гг.





Продолжение следует...

Мазь Вишневского: моё фе



5 февраля, 2013

Оригинал взят у [drsvetlana](#) в Мазь Вишневского: мое фе

ВНИМАНИЕ! Мазь Вишневского является ЛЕКАРСТВЕННЫМ препаратом с узким перечнем показаний и должна применяться только по назначению врача! Самолечение недопустимо!

Мазь Вишневского — препарат для наружного применения состава: ксероформ — 3 части, дёготь — 3 части, касторовое масло — 89–94 частей.

Выпускают мазь, по 50 г в стеклянных банках.

Мое знакомство со знаменитой на весь бывший СССР мазью началось прозаически. Где-то лет в 5-7, точно уже не помню, шли мы с мамой домой. Был январь, самые морозы, лед и ветер. Бррр, одним словом. А перед подъездом на этом всем льду красовалось огромное жирное пятно. В которое я и вляпалась со всем свойственным мне энтузиазмом вляпываться в грязь, которую, в принципе, можно обойти. Несмотря на 20-градусный мороз, мазюка обладала отменными пачкающими свойствами, и воняла так, что мама сняла с меня изгвазданную шубку прямо в подъезде (правда, уже теплом, так что припать ей жестокое обращение с ребенком не получится). Натурально, было добавлено от себя — в воспитательных целях. Шубку мама отстирала. А вот память о вонючке-пачкучке осталась на многие годы, по прошествии которых я с удивлением узнала, что это было весьма знаменитое лекарство. С удивлением, потому что в нашей семье вишневкой не пользовались....

Второе — и, видимо, пожизненное — явление знаменитого препарата в моей жизни началось с момента занятий медициной. Нагноения всех локализаций, запаренные с ароматной мазью Вишневского по рецептам, изысканности которых могла бы позавидовать любая кухня народов мира, доходили до меня и моих коллег в таком роскошном виде, что основной принцип гнойной хирургии «ubi pus ibi incisio» (в вольном переводе «где гной — там вскрой!») применялся в практике ежедневно и ежечасно. Разумеется, применяли мазь и по назначению, когда она ничего, кроме пользы, не могла приносить, — при тромбозах поверхностных вен без абсцедирования, в стадии эпителизации очистившихся гнойных ран и трофических язв и т. д. Но бесконтрольность самолечения любого нагноения и ранее чистых ран сделали мазючку-вонючку моим нелюбимым препаратом.

Капелька истории

Задолго до мази Вишневского в XVI веке знаменитым хирургом Амбруазом Паре был изобретен бальзам для лечения ран, названный позднее по одному из компонентов перуанским. Он успешно применялся на протяжении нескольких веков, но как народное средство.

Самый важный компонент перуанского (а также перувианского и толуанского) бальзама известен. Это смолистое вещество, добываемое подсечкой одного южноамериканского дерева. Оно обладает прекрасными дезодорирующими, антисептическими и ранозаживляющими свойствами. Широко использовалось индейцами, и было на ура принято конкистадорами, которые намучались в своих доспехах в жарком-влажном климате всяческими нарывами и гнойными язвами.

Перуанский бальзам до сих пор достаточно широко используется в парфюмерии и фармацевтике (за дополнение спасибо [mjawa](#))

Вишневский, Александр Васильевич родился 22 авг. (3 сент.) 1874 года. Советский хирург, действительный член Академии медицинских наук СССР (с 1947), Заслуженный деятель науки РСФСР (1934). В 1899 окончил Казанский университет и работал прозектором на кафедре анатомии и оперативной хирургии; с 1912 — профессор того же ун-та, с 1934 — директор хирургической клиники Центрального института усовершенствования врачей и Всесоюзного института экспериментальной медицины; с 1946 — директор. Института хирургии Академии медицинских наук СССР.

Но не только эти регалии снискали доктору Вишневскому славу в веках. Хирурги и к ним примкнувшие, конечно, будут долго благодарны мэтру за огромное количество новшеств, спасших здоровье и жизни не одной тысяче пациентов, но в народе Вишневский А.В. будет долго популярен благодаря своей бессмертной мази.

В 1927 году врач-хирург А. В. Вишневский (а в данной ситуации он был именно врачом, а не профессором и ты ды), изучил рецепт доктора Паре и, смешав берестовый (т.е. березовый) деготь, ксероформ и касторовое масло, создал свою мазь. Во время войны деготь и другие компоненты стали очень дефицитными, и их заменили...чем их только не заменяли! Применялось чайное масло (семена чая ядовиты от присутствия сапонина; но, очищенные от него, они в годы Отечественной войны заменяли касторовое масло в мази Вишневского), при отсутствии чайного, шло в ход и масло персиковое, а то и свиное сало. Словом, из того, что под рукой...

Благодаря недорогим, давно изученным и, в общем-то, хорошо себя зарекомендовавшим составным частям, мазь эта быстро и прочно внедрилась в отечественную медицинскую практику. Наложённая после тщательной хирургической обработки гнойного очага и обязательно на длительное время повязка с масляно-бальзамической эмульсией (мазь Вишневского) наряду с покоем обеспечивала ране, по мнению автора, слабое нейротрофическое раздражение за счет содержащегося в составе мази бальзамического вещества. Это была главная, впоследствии забытая идея создания мази — стимуляция заживления посредством раздражения. А вот антисептические свойства ее были, мягко говоря, сомнительными. Сам Вишневский рекомендовал ее, в первую очередь, для пропитки дренажа и на грануляции. В некоторых

случаях - на свежую рану после ПХО. (дополнение от [tarkhil](#)) Увы, популярность мази и, как мне кажется, не в последнюю очередь, авторитет ее создателя, отодвинули на значительное время разработку и внедрение в отечественную медицинскую практику аналогов - раневых мазей на основе антибиотиков.

Разумеется, это не значит, что разработки новых препаратов не велись. Уже в первые дни войны ученые — медики и крупнейшие биологи активно включились в поиск новых лекарственных препаратов, имеющих важнейшее значение в военной медицине. [Перед началом Войны в Одесском медицинском институте работал 29-летний доцент кафедры патологической физиологии Ш. И. Поволоцкий.](#) По специальности он был терапевт и невропатолог. На второй день войны доцент Поволоцкий был вызван в медицинское управление Одесского военного округа. Он получил предложение возглавить крупный полевой госпиталь, а документация на присвоение высокого звания врача 1-го ранга быстрой почтой ушла в Москву. Немцы и румыны необычайно высокими темпами наступали на Одессу, и по приказу Округа госпиталь был срочно эвакуирован в Сибирь с огромными составами солдат и офицеров, с тяжелыми инфицированными ранами. Медицина испытывала огромные трудности даже в необходимых лекарствах, включая и мазь Вишневского, которая была основным антисептиком. Доцент Поволоцкий поставил перед собой задачу, - найти антисептик, не уступающий мази Вишневского, которой не только не хватало, но и практически невозможно было изготовить простыми средствами, имеющимися, как говорят, под рукой. И у него получилось сделать

такой препарат – из хвои пихты, перетертой и смешанной с вазелиновым маслом. Мазь Поволоцкого была не только высокоэффективным препаратом, но и легко и быстро изготавливалась, потому была рекомендована высоким военно-медицинским начальством к применению как у людей, так у животных. Однако мазь Вишневского продолжала оставаться важным компонентом лечения в госпиталях на всей территории СССР.

Матчасть

Как уже говорилось выше, в состав мази Вишневского входят березовый деготь, ксероформ и касторовое масло. Со середины войны в мазь Вишневского, по возможности, добавляли еще стрептоцид ([tarkhil](#)), но в современной рецептуре стрептоцид как компонент отсутствует.

Деготь березовый – проверенное веками народной медицины средство - содержит фенол, толуол, ксилол, смолы и другие вещества. Обладает дезинфицирующим и местно-раздражающим действием, в результате чего улучшает кровоснабжение тканей и стимулирует регенерацию эпидермиса.

Ксероформ (трибромфенолят висмута основной с окисью висмута до 50—55%) - вяжущее, подсушивающее и антисептическое средство. Радует глаз ярко-желтым цветом, будоражит нос не лишенным приятности (ИМХО) специфическим запахом.

Касторовое масло было призвано смягчить состав и помочь остальным веществам проникнуть, как можно глубже в место воспаления.

Именно деготь в первую очередь является отличным антисептиком, а также местно-раздражающим средством. В медицине деготь применяется очень широко. В любой аптеке можно найти жидкий березовый деготь, разлитый во флаконы по 20 г и 200 г. Он используется также как противочесоточное средство. Его применяют и внутрь (отважные люди!), смешивая с другими жидкостями. Наружно деготь можно использовать самостоятельно или в смеси.

Мази на основе дегтя получают путем его смешивания с вазелином, свиным жиром, ланолином и другими основами. Самые известные препараты, в состав которых входит деготь, — мази Конькова, Вилькинсона, Вишневского. Мази Конькова и Вилькинсона применяются при чесотке и грибковых заболеваниях. Широко распространены в последнее время косметические составы на основе дегтя, в частности, средства от перхоти.

Мазь идеальной не была никогда. Конфликты устраивали как составные части между собой, так и вся прописи – с излечиваемым организмом. Именно потому, как мне кажется, страницу ссылок по запросу «применение мази Вишневского в годы войны» открывают (по популярности) разнообразные ...хм... изыскания на тему «Вредительство семьи Вишневских...» и ты ды, щедро приправленные антисемитизмом. Оставляя на совести авторов содержание и смысловую нагрузку текстов, хочу заметить, что, будь в арсенале медслужбы Советской армии более приемлемое средство для лечения ожогов, отморожений и гнойных ран средство, не думаю, что мазь Вишневского пошла бы в народ столь широко. И вот почему...

При введении в гидрофобную основу (касторовое масло) подсушивающее действие ксероформа, проявляющееся в форме присыпки, утрачивается. Кроме того, при использовании препарата гидрофобная основа мази не в состоянии абсорбировать воду и экссудат. Приписываемое мази определенное осмотическое действие [Кузин М. И. и др., 1985] связано, видимо, с методологическими ошибками его определения.

Многие опробованные и применяемые в годы войны методы использования мази Вишневого в «большой» и «малой» хирургии, в настоящее время не выдерживают критики. Так, в некоторых практических лечебных учреждениях по сию пору распространено лечение ран с кишечными свищами мазевыми повязками. В ряде случаев это оправдано: мазь и бальзам способствуют росту грануляций, очищению раны, при небольших свищах оказывают обтурирующее действие. Однако применение мази Вишневого на обнаженных петлях кишечника должно быть осторожным, так как это может привести к дополнительной деструкции кишечной стенки. Мазь Вишневого не нейтрализует химическую и биологическую активность кишечного отделяемого, что особенно важно в лечении тонкокишечных свищей. Салфетки с этой мазью обладают некоторой гигроскопичностью и даже гипертоническим свойством, и быстро промокают, создавая, таким образом, своеобразный "каловый компресс", не протекающий из-за липофильных свойств компонентов мази. Поэтому следует отдать предпочтение средствам, нейтрализующим действие кишечного отделяемого.

О возможностях современных мазей в лечении гнойных ран, пролежней и трофических язв рассказывает проф. Л.А. Блатун (Институт хирургии им. А.В. Вишневого РАМН).

«Ежегодно в стране (*РФ – прим. Drsvetlana*) регистрируется более 12 млн больных с ушибами, ранами, переломами костей верхних и нижних конечностей, что очень часто приводит к развитию гнойных процессов. Ретроспективный анализ анамнеза развившегося тяжелого гнойного процесса у 15 тыс. больных, переведенных из различных стационаров на лечение в специализированное отделение гнойной хирургии Института хирургии им. А.В.Вишневого РАМН, показал, что одной из ведущих причин было неоправданное использование не только малоэффективного в настоящее время бензилпенициллина, полусинтетических пенициллинов, цефалоспоринов и аминогликозидов I-II поколений, но и неправомерное использование устаревших препаратов для местного лечения ран: гипертонического раствора хлорида натрия, мази Вишневого, ихтиоловой мази, стрептоцидовой, тетрациклиновой, фурациллиновой, гентамициновой мази на жировой основе.

Неправомерность использования устаревших препаратов подтверждается несколькими факторами. Вышеперечисленные препараты для местного лечения ран не обладают необходимой антимикробной активностью, не обеспечивают обезболивающего, осмотического, противоотечного эффекта. Как показывают многочисленные исследования, изменилась структура возбудителей гнойных осложнений ран. Наряду с традиционными грамположительными и грамотрицательными аэробными микроорганизмами значительная доля приходится на анаэробные микроорганизмы, грибы.

Ассоциация аэробов и анаэробов в гнойных посттравматических ранах, пролежнях, у больных с "диабетической стопой" достигает 98,8%. От 80 до 100% выделяемых штаммов нечувствительны к пенициллину, цефалотину, цефазолину, тетрациклину, канамицину, гентамицину. Процесс формирования резистентности микроорганизмов в равной степени распространяется не только на группу антибиотиков, но и на традиционные антисептики, старые мази на ланолин-вазелиновой основе. Так, например, растворы фурациллина, риванола, 3% борной кислоты практически полностью утратили свою антимикробную активность по отношению к основным возбудителям хирургической инфекции. Чувствительность госпитальных штаммов *S.aureus*, *E.coli*, *B.coli* к антисептикам, мазям на жировой основе не превышает 1—5%. Формирование устойчивости микроорганизмов к широко используемым в клиниках старым препаратам диктует необходимость внедрения новых групп лекарственных средств с широким спектром активности не только в отношении аэробного, но и анаэробного компонента, а также строго соответствующих фазе раневого процесса.

Нет и не будет препарата, пригодного для лечения ран вне зависимости от фазы раневого процесса!»

Вместо заключения.

Вышеописанные данные, а также пусть небольшой, но довольно показательный личный опыт полностью дискредитировал мазь Вишневского в моих глазах. Запах вонючки-мазючки, доносящийся от больного с роскошной гнилой гулей двухнедельной давности, приводит меня в состояние, близкое к аффекту, и только природная скромность не позволяет высказать все, что я думаю о провизоре, продавшем мазь, и о теще (маме, бабушке, сестре, папе, дяде, соседу), порекомендовавшему страдальцу чудо-средство, а также о больном, сидевшем дома помянутые не к ночи две недели (а запах!!!...).

Пусть ваше детство пропало чудесным препаратом, и ваша мама только благодаря мазюке с почти вековой историей спасла свои ножки от трофических язв... пусть я сволочь недеонтологичная и нихрена не знаю о народной медицине и лично выдумала какие-то несуществующие строгие показания...

Прежде чем намазать безобидную царापину, маааленький ожог или дохлый прыщик жирной пахучей смесью, задумайтесь: оно вам надо?

См.также [Да здравствует мазь Вишневского!](#) от доктора [fenniks](#)

Да, кстати...



7 февраля, 2013

Ina

Я часто вспоминаю слова, написанные в форуме одним врачом. Дословно привести не могу, но смысл следующий. Болезнь (ПА - псор. артрит) делает три шага вперёд, а благодаря лечению мы отбрасываем её на два шага назад, и тогда получается, что она прогрессирует медленно. На мой взгляд это очень мудро несмотря на то, что сам доктор молодой.

Но... кокосы и найз — это не лечение. Фактически ты добровольно отдал себя на растерзание этому змею ПА. Я не хочу сказать, что питание, образ жизни - не важно, очень важно, но это только фон. Если в современном мире есть новые возможности, то почему бы ими не воспользоваться...

A_112

Ina, подождем ещё чуть-чуть. Пока состояние нормальное, контролируемое. Если ни к чему не приведут мои методы, то буду колоть МТХ, потом энбрель или ещё что-нибудь.

Фото, цитаты, афоризмы



8 февраля, 2013

Галерея "Фото участников форума"



"Вот только что на окно скворец прилетел. Вясна, значт...". **Фото: help**

Далее - традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе".

(цитаты из постов участников [форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!"](#))

#64

Ламбада

Вся почта с форума была в спаме (291 письмо).

FROL

... форум ориентируется на отзывы участников об эффективности разных "г."<овен>

Медведица

в период острого обострения псора...

Данка

Кстати, ровно 10 лет назад - 31.01.2003 мне был поставлен диагноз "псориаз" (я не считаю, просто рылась недавно в медкарте и наткнулась на бумажку). Мама спросила, будет ли праздник. Я ответила - конечно. Бегу в аптеку за антигистаминными, будем мазаться Карталином и светиться ДERMALAYТОМ. Ура!

Серый

секс - ещё одна сфера жизни, приносящая мне радость, как футбол, игры в танки...

Aly187: Априори несводимых пятен не существует - я сводил все.

Уго: Существуют такие пятна. Я их не свожу - они и не сводятся.

Tusya

Видно, голова от попы сильно отличается...

Воскресный оффтоп. Ялтинской зоопарк



10 февраля, 2013

Всем привет!

Кто о чём, а я снова о Ялте.

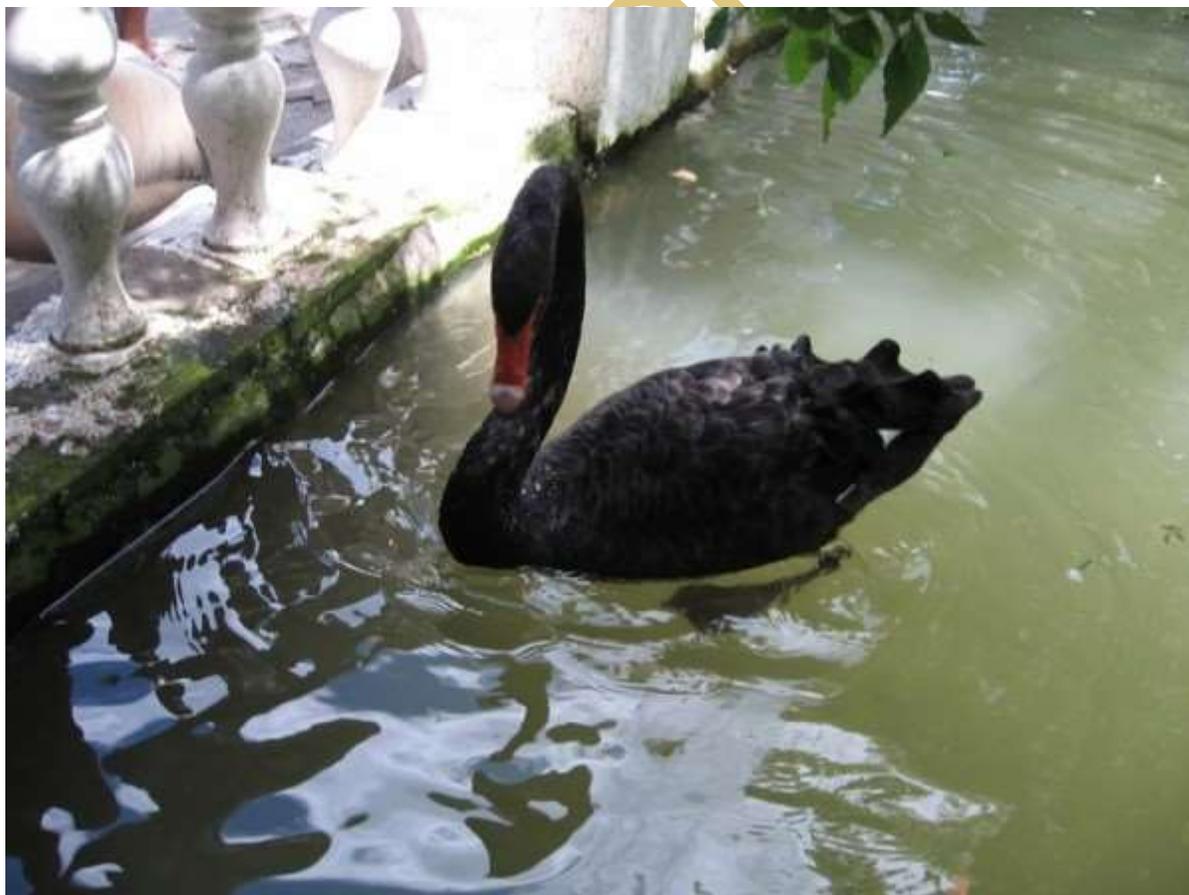
Очень люблю этот город, и так вышло, что самые беззаботные воспоминания связаны с ним.

Сегодня я поделюсь фотографиями из Ялтинского зоопарка, сделанными прошлым летом.

Если идти к нему пешком из центра города, открывается красивая панорама.



В пруду недалеко от входа плавали лебеди, чёрный был особенно красивый.



Пеликаны бродили прямо по дорожкам зоопарка и прикусывали руки посетителям. Я сама не рискнула попробовать, но судя по реакции детей, это не больно.



WWW

Белочка оказалась немного куцой, наверное, сбросила на лето лишний мех.



WWW.

Над "львиной территорией" проложен мост, высота, наверное, около 5 метров. Мы попали туда в очень ветреный день, было жутковато: идёшь по мосту, он скрипит, качается, а снизу на тебя львы поглядывают недобро.



WWW



www.ps

И напоследок вот такая красotka-зебра.



А вообще мне жалко зверей, когда они живут в клетках и спят на бетонном полу. Будет здорово, если на смену зоопаркам придут природные заповедники, в которых питомцы будут жить в более естественных для них условиях...

Да, кстати...



11 февраля, 2013

alexuss

Бывал очень на многих курортах, как на Азовском, так и на Чёрном море, но отрешиться от реальности и полностью расслабиться смог только в [Строгановке](#). Здесь особый "дух братства", что ли, тишины,

спокойствия, умиротворения. Человек с псориазом здесь норма, а не что-то необычное. Это позволяет полностью расслабиться и забыть о своих комплексах. Да и ребята и девочки все отличные, есть с кем отдохнуть и расслабиться томными вечерами)

Об эффективности диеты при псориазе

12 февраля, 2013

Богдан Николаевич

Я не отрицал возможности того, что диета может оказывать некоторое незначительное влияние на течение псориаза. Но если бы диета оказывала существенное влияние на это заболевание, уже бы давно с её помощью решили эту проблему. Я находил несколько сообщений в зарубежных медицинских журналах, где пытались изучить её влияние на течение псориаза (частично инициированы они были, возможно, и благодаря идеям Дж. Пегано). Результаты приводились противоречивые.

help

Опыт всё-таки показывает, что диета оказывает значительное влияние на течение псориаза, это невозможно отрицать, имея перед глазами опыт пациентов. Какие ещё нужны доказательства? Статья академика АМН РФ? Чья-то диссертация? Её не будет, пока... впрочем, мы отвлекаемся от темы. Спорить с фактами бесполезно, а факты указывают на значительное (хотя и не основное) влияние диеты на течение псориаза. И поскольку это не основной фактор, то и проблема только с помощью диеты решена не будет. Кстати, я бы не стал говорить исключительно о диете. При всех минусах и "дырках" в теории Пегано (скажу честно, на мой взгляд, это тоже бред, и меня бы более устроила книга в 3 раза тоньше с чёткими рекомендациями "делать так и так", объяснения мне не так важны, я и сам могу доказать, что земля квадратная, а пациентам по большому счёту плевать на причины и принципы действия, им важен результат), этот подход (Пегано) работает - да, не всегда, не для всех, не на 100%, но работает, и по сравнению с процентом эффективности других методов вполне сопоставим со степенью успеха, более того, не имеет побочных эффектов (кроме похудения).

Опыт грязелечения псориаза в Межводном, Крым

14 февраля, 2013

Уже скоро начнётся курортный сезон. Форум ["Псориаз? Давайте лечиться вместе!"](#) накопил гигантский опыт по курортотерапии псориаза и псор. артрита. Раздел [Курортотерапия, бальнеотерапия и отдых](#)



содержит отзывы участников форума о многочисленных санаториях, курортах, где они побывали, и о достигнутых результатах.

Сегодня участница форума Н.Ф. расскажет о грязелечении в с. Межводное в Крыму, о своих наблюдениях и выводах.

По поводу Крымских грязей: лет 6 назад мне показали в западном Крыму с. Межводное, это Черноморский р-н. Там - бесплатное (пока) солёное озеро Джарылгач, грязи. Да, не ЮБК... НО! - лечебный эффект классный. Я стараюсь попасть в первых числах июня, иначе потом для меня слишком суетно. Туда приезжает с каждым годом всё больше людей, из России, Украины и др. Село небольшое, море - чудо!

Для псориаза - раньше никогда (болею 30 лет) не имела эффекта от морских загаров, только от УФО, а сюда приехала первый раз с жутким обострением - и всё великолепно! - даже несмотря на обилие крымского вина в рационе...

Что лечила: Суставы не беспокоят, бляшки стационарные (были) много лет на одном месте, крупные.

По расстоянию - на авто (не очень быстро, компанией) это 8 часов от подъезда дома (Калининский р-н Донецка). И знаю уже 2 частных прямых автобуса, один с Южного, другой из Харцызска (уже дважды догоняла семью самостоятельно).

Первый раз жила там в палатке (что было впервые в жизни и казалось мне дикостью - но ничего, есть свои плюсы). Причём приехала туда с жутким обострением, с мыслями "это возрастное", после 5 лет без гормональных мазей стала о них подумывать. Никаких планов на лечение не имела, диет не соблюдала, на пляже специально не загорала, чего никогда и раньше не делала - я на нём жила!

Знакомые, с которыми приехали, подсказали - солёное озеро и грязи. Ходили с юмором - лечили, кому что надо. Дней за 10–12 - у меня эффект, как от 30 дней УФО, смогла ходить впервые за много лет с коротким рукавом, бляшки истончились, уменьшились.

В последующие приезды выработала некоторые правила для СЕБЯ:

- ночевать удобнее в комфортабельном жилье, т. к. нужно выспаться, но проводить время вблизи моря - по максимуму,
- приезжать мне хотелось бы в начале июня, так тише, я отдыхаю от города, радушнее арендодатели жилья, чище пляж...,
- побыть нужно хотя бы дней 14 и более - для лечебного эффекта,
- несмотря на комфортабельность жилья - минимум мощных и т. д., ехали к морю - получите.

Повторю: это первое место на морском побережье, где я получила положительный эффект, а болею с детства - куда меня только не возили!..

Добавление

"Одной из отличительных особенностей курорта Межводное является наличие соленого озера Джарылгач с лечебными грязями. Эта грязь не похожа на обычную ни по структуре, ни по виду, ни по содержанию. Соленое озеро Джарылгач богато чёрной иловой сульфидной грязью. Есть мнение, что по концентрации активных компонентов межводненские грязи сильнее известных во всем мире сакских.

Грязи применяют для лечения заболеваний опорно-двигательной системы, кожных и других заболеваний. Неотъемлемой частью целебных свойств озера является рапа. Рапа представляет собой высококонцентрированный раствор, насыщенный солями, который покрывает грязевые отложения.

Грязевые ванны, как правило, принимаются в виде аппликаций на определенные участки, общих и местных грязевых ванн, но за исключением шеи и области сердца.

Нужно помнить, что грязи являются сильнодействующей процедурой. Поэтому принимать ее стоит осторожно, строго дозировано, начиная с очень маленьких интервалов и только постепенно наращивая время лечения, дабы избежать ненужных нагрузок на сердце и прочие органы.

Многие любят купаться в лимане. Рапа в лимане прогревается очень рано, так как озеро мелкое, высокая концентрация соли так же способствует этому. Рапа так же может оказывать нагрузки на сердце. Поэтому купаться тоже стоит осторожно, начиная с непродолжительных интервалов в 4-5 минут. Ежедневно можно добавлять по 2-3 минуты за один раз, доведя продолжительность купания до 10-15-20 минут. Купание в рапе достаточно интересно по ощущениям: вода настолько соленая, что «держит» тело человека практически на поверхности. После высыхания на коже остается белый солевой налёт. Но его лучше смыть пресной водой во избежание пересушивания кожи.

И ещё. Многие пытаются увезти с собой целебную грязь, чтобы продолжить лечение дома. Это совершенно бессмысленно, так как грязи приносят эффект только в сочетании с рапой и солнцем. Да и кроме того, спустя несколько часов (до 24) после извлечения из озера грязь теряет активность."

Фото, цитаты, афоризмы



15 февраля, 2013

Галерея "Фото участников форума"



Новая Зеландия. Queenstown и его окрестности. Аэрофотосъёмка: **Genka**

Далее - традиционная рубрика "Семь ляпиц на неделе".

(цитаты из постов участников [форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!"](#))

#65

Kulau-leprous

... у каждого в сердце - вечно живое учение о шлаках, которые надо из нас «вытягивать».

Анатолий

А во время голодания всё-таки избегайте контакта с пищей.

Iuna-69

Расскажу, как она "ест" конфеты: раскроет, понюхает, закроет и говорит - какая гадость..

Alex1965

совсем не обязательно запихивать тюбик мази в задний проход!

A_112

... должен же кто-то на форуме себя изнурять

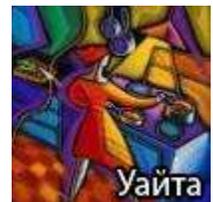
al-tmb2

Ну мне таких смсок много приходило) , я и миллион уж выигрывал, и форд фокус я тоже выигрывал, и спрашивали меня - ты где? и просили смс им отправить), а вот недели 2-3 назад какая то Наташа очень хотела со мной секасом заняться и просила перезвонить ей...

Ingeborga

... друзья разъедутся, а псориаз остаётся.

Рыбные котлетки



16 февраля, 2013

Субботние невинные рецепты от Уайты

На днях был день святого Валентина, праздник влюблённых. Наверное, мужу уже можно в любви не признаваться, столько лет вместе, да и шоколадные сердечки было бы нелепо лепить, верно? Подумала, подумала и решила шутки ради слепить ему котлетки в виде сердечек. И поскольку мы оба любители

рыбной кухни, да и бутылочка охлаждённого Шабли уже заманчиво поблескивает в холодильнике, то рыбные котлетки прямо просятся к столу. Кутить так кутить! Праздник так праздник!



Итак, по 300 гр. филе без костей от трех рыб, одна обязательно красная, для цвета и симпатичности!

У меня были лосось, щука, треска.



Далее соевый соус, 2 яйца, оливковое масло и зелень: шнитт-лук (или молодой зелёный), кинза, базилик, мята. Это по рецепту от Ники Белоцерковской. У меня зелень была немного другой: петрушка, базилик, зелёный лук. Но мне кажется, мята хорошо сюда подойдет.

Отделяем белки, мелко режем зелень. Отправляем рыбу в блендер, до крупнорубленого фарша.



Перемешиваем с фаршем, белками и двумя столовыми ложками соевого соуса, перчим. Соевым соусом не увлекаться, изначально по рецепту надо было положить 3 ложки, я остановилась на двух, так как не хотелось получить очень солёные котлеты. Разогреваем сковороду, добавляем чуть подсолнечного масла и формуем котлетки. Сердечки слабо получились, так как котлетки капризные, легко разваливаются. Рекомендуется поставить рядом миску с холодной водой и опускать туда руки, фарш тогда не будет прилипать.

Мне понравился рецепт отсутствием муки, лёгкостью приготовления и прекрасным результатом. Я ещё хочу попробовать поиграть с разными травками, хочется попробовать с мятой.



Источник : <http://belonika.livejournal.com/>

Хороших выходных!

Уайта

Непутёвые заметки, или знакомство с Братиславой



17 февраля, 2013

Братислава - это всего примерно 50 км от столицы Австрии, Вены. И многие жители Братиславы каждый день ездят в Вену на работу, а почему бы и нет, границы нет, визы не нужны, паспорта никто не проверяет,

Европа. И вот из-за этого наша дорога из Вены в Братиславу заняла почти два часа, очень много машин, пробки и всё такое. Откровенно говоря, Братислава не сильно впечатлила, экскурсовод не понравился, скучная дамочка, совершенно не умеющая интересно рассказывать. Общее впечатление, для знакомства с городом достаточно нескольких часов, максимум одного дня. А вот по дороге от Вены до Братиславы было намного интереснее. Я впервые в жизни видела ветряки, ветряные электростанции, не знала, что они есть в Австрии, да так много. Смотреть на них можно долго, завораживает.



Сама Братислава стоит на Дунае.



А когда въезжаешь в город со стороны Австрии и переезжаешь мост, то вдалеке открывается красивейший вид на Братиславский замок на горе. Пожалуй, замок - то немногое, что было интересного.



Вход в замок свободный, а фотографироваться на территории замка просто нереально, там такой сильнейший ветер дует, что прическа мгновенно превращается во что-то невообразимое. Территория открыта для туристов, а здания практически все заняты правительственными учреждениями. Вид из замка на мост через Дунай. Почему-то мне кажется, что я видела картинку с этим мостом давно в детстве, когда собирала календарики с городами.

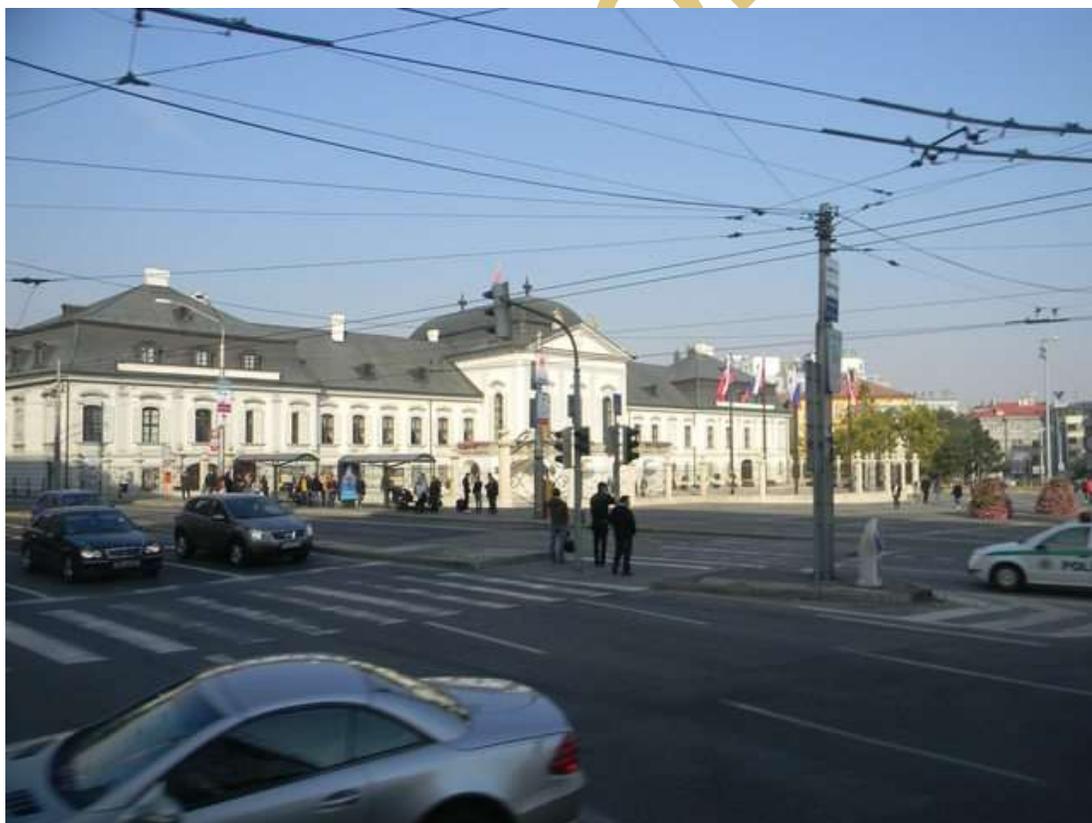


И замок внутри. Люблю я подобные сооружения, они завораживают своей мощью и восхищают людскими способностями создавать.

www.ps



Стальная паутина опутывает все города, большие и маленькие, старые и новые.



Набережная Дуная выглядит довольно ухоженной, интересно, как там вечером, хотя Будапешт им не переплюнуть, кажется.



4.org

А вообще Братислава поразила своим контрастом по сравнению с Веной и Будапештом. За все время ни в Венгрии, ни в Австрии я ни разу не видела уличных попрошаек или бродяжек. Казалось бы, туристические места, толпы народа, проси, кто-то обязательно смилостивится, а нет, нет их нигде. Зато в Братиславе не успели мы отойти и пары метров от автобуса, как нас обступила толпа попрошаек, налетели словно осы на сладкое. Помимо не очень хорошего гида, город удручает своей запущенностью, ободранностью и, вероятно, бедностью, потому что даже самый центр местами очень обшарпанный, хотя на фото этого может быть и не заметно, кому же такое снимать захочется. И делать там туристу особенно нечего, так мне

показалось, у нас после экскурсии была уйма свободного времени, которое можно было гораздо интереснее провести в Вене, но это уже в минусы организаторам.

Старый центр пешеходный, для туристов, любящих поглазеть по сторонам разинув рот, очень удобно. 🇺🇸



19

А вот встретить памятку Григорию Сковороде было интересно, почти земляк, хоть и родился в Полтаве, но одно время жил и работал в моем родном Харькове.



Из того, что понравилось - в городе много вот таких стилизованных под старину или настоящих старых вывесок и фонарей.



Решётка висит там, где раньше были городские ворота в крепостной стене. Стены уж не осталось, город разросся, а вот решётку оставили.



WWW

А вот тут кусочек крепостной стены оставили.



Памятники в городе - это отдельная история. Их много, самых разных, порой милых, порой просто забавных. А есть и вот такой живой -



W

- копирующий своего соседа; говорят, если загадать желание, пока дотрагиваешься до его каски, желание обязательно сбудется.



WM

Банка, просто банка.



www.p...

Мне и моим спутницам понравилась узкая улочка, и мы начали все по очереди фотографироваться, а какой-то местный, проходя мимо, и говорит нам - и что вы тут нашли, улица как улица.



l.org

В центре города полно вот таких мини-автобусиков и мини-паровозиков для туристов, смотрится забавно, и кажется, во Львове очень похожие.



WWW.R

Одна из площадей.



WWW.P

Не желаете прокатиться на велосипедике?



WWW.P

Или, может, присесть и пофлиртовать с наполеоновским солдатом...



WWW.R

... или просто улыбнуться веселому человеку. Кстати, это памятник местному жителю, который гулял каждый день по улицам города вот в такой одежде и просто улыбался прохожим.



А может, сказку на ночь? Русалочку? Диких лебедей? Или Гадкого утенка?



Вечереет, появляется освещение. Мы гуляем по улицам, греемся кофе и жареными каштанами, вкуснотища...



А наше время в Братиславе заканчивается, и пора возвращаться в автобус. Вот и всё, не так чтобы очень и плохо, есть что посмотреть, заметить, вот только рассказать не о чем...

Как я извёл хроническую ангину



18 февраля, 2013

Из кошёлки опыта. К сознательному возрасту имел я «хронику»: ежемесячные ангины, ну и ОРЗ - постоянно «нос сопливый». Имел, пока жизнь не свела с военврачем полковником в отставке Коровиным, царство ему небесное, великий был человек. Он учил меня по утрам-вечерам пить по пригоршне каждой ноздрей холодную воду. Конечно, процедура неприятная, поначалу, неприятная как первая рюмка, ну, а потом...

В общем, извёл я этим хроническую ангину. На всю жизнь. И не только её: даже в самые «арбидольные

времена» хожу, «выделяясь неприметным носом» среди красно-, сопливо- и даже сизоносой с прожилками публики. Хожу, не хлюпаю назло интерфероновым и арбидольным фабрикантам и лично экс-министру Голиковой.

Вот такой итог такого длинного эксперимента. Может быть, сгодится?

Опыт достижения ремиссии при псориазе

19 февраля, 2013

В форуме "[Псориаз? Давайте лечиться вместе!](#)" важное место занимают рассказы участников о ремиссиях, достигнутых ими в разное время, и о предполагаемых причинах обострений. Эти заметки и наблюдения представляют существенный интерес в условиях, когда терапевтические действия практически всех средств и методов лечения псориаза в значительной степени индивидуальны. Сегодня участник форума Shemy рассказывает о своём опыте достижения ремиссии.

[3.05.12] Мне 19 лет. Впервые псориаз появился в декабре 2011 года. Где то за месяц-два до первых признаков псориаза я попал в больницу с очень сильной ангиной. Лечили только пенициллином - 4 укола в день внутримышечно. В общей сложности получил 38 уколов. Выписали. На следующий день заболел снова. ЛОР из поликлиники назначил ещё 12 уколов цефтриаксона, тоже внутримышечно. Ангина прошла. Видимо, большое количество антибиотиков у меня и спровоцировало псориаз. Только уже потом я ругал себя за то, что кололся этими антибиотиками, но увы, было уже поздно.

Лечили в больнице мой псориаз примерно 3 недели. Каждый день горячие уколы внутривенно. Реамберин через день. 5 дней - тавегил внутримышечно (далее таблетки - лоратадин 10 дней). Белосалик - 2 раза в день.

Выписали с клиническим улучшением (осталась пара небольших очагов на теле). Я тут же забыл про свою болезнь. Начал кушать всё подряд, в общем, вести свой прежний образ жизни. И в начале марта мой псориаз "дал понять", что нельзя так вести себя с ним. Обсыпало живот, руки, ноги.

Лёг опять в ту же больницу. Лечился так же. Выписался без улучшений. Даже хуже стало - ходил на УФО, и мне, наверное, переборщили с дозой, обожгли живот, что спровоцировало большие высыпания. Плюнул на всё и стал жить как раньше. Соблюдал немного диету. От алкоголя отказался совсем, как только поставили диагноз. Курю, как и курил раньше.

Сегодня проснулся и посмотрел на себя в зеркало. Решил, что надо что-то с этим делать. С сегодняшнего дня решил начать бороться.

- 1) Отказываюсь полностью от гормоналок (мазался иногда белосаликом)
- 2) Диета - пока что просто голодаю, целый день только вода. Потом перейду на фрукты, салаты.
- 3) Купил ванны с морской солью.
- 4) Купил карталин.
- 5) Купил дегтярное мыло.
- 6) В планах - бросить курить.

[16.06.12] Лечусь уже почти 2 недели.

- Соблюдаю диету: ем отваренную гречку без соли раза 2-3 в день; яблоки свежие или запекаю в микроволновке 2-3 шт; сельдерей граммов 50. Ел огурцы - перестал (боюсь наличия в них нитратов) Стараюсь побольше пить воды, выпиваю стакан до еды. Вчера в магазине купил чай ромашковый, пью

утром и вечером. Это мой весь рацион на день... Потерял около 7 кг.

- Выпиваю 50 г оливкового масла в день.

- Пью 5-й день тиосульфат натрия (см. ниже схему).

- Мажусь карталином на ночь, закутываюсь в простыню - и спать. Утром в ванну - смывать, воду стараюсь набирать погорячее, бляшки бледнеют (ненадолго, правда). Вечером принимаю хвойные ванны, после них сразу карталин.

Пытался бросить курить, но безуспешно.

[22.06.12] Руки и тело стали чистые, ноги ещё не совсем Но бляшки все плоские и уже хотят пройти.

На описанной мною выше диете я просидел где-то месяц.

Хвойные ванны принимал тоже примерно месяц.

Тиосульфат натрия - пропил 8 ампул, пил 2 раза в день - утром и вечером. Утром разводил 1 ампулу на стакан воды, и выпивал половину где-то за 30-40 мин. до еды, вторую половину выпивал вечером, также до еды.

Карталином мажусь по сей день, мажу ноги и места, где сильно выражены пигментные пятна. Мажусь также на ночь, утром в ванну, намыливаюсь дегтярным мылом, потом всё с себя смываю - и на работу.

Ну и конечно же - минимум стрессов.

ЗЫ: Новых высыпаний нет, иногда вылазят прыщи на ногах, но вроде не увеличиваются в размерах и проходят.

Ингредиенты лечебной косметики и их свойства, часть 1



21 февраля, 2013

Лечебная косметика, применяемая для ухода за кожей (как в периоды рецидивов, так и во время ремиссий), повышает качество жизни тех, кто имеет кожные проявления псориаза. В форуме "[Псориаз? Давайте лечиться вместе!](http://psoranet.org/forum/82/)" имеется специальный раздел "Косметические средства, применение при псориазе" - <http://psoranet.org/forum/82/>, содержащий темы по этой проблеме. В то же время немногие представляют, какими свойствами обладают ингредиенты косметических средств, входящих в их составы. Приводим такую информацию ниже)

Агар-агар - полисахарид, получают из красных и бурых водорослей, является растительным заменителем желатина. Полностью растворяется в воде только при температуре 95-100 градусов, при остывании образует гель. Благодаря высокой влагоабсорбирующей способности используется в качестве эмульгатора, загустителя, влагоудерживающего агента в производстве гелей, кремов, средств для жирной кожи.

Азулен - компонент эфирного масла из цветов ромашки аптечной. Оказывает регенерирующее, успокаивающее, противовоспалительное, противоаллергическое и дезодорирующее действия.

Аллантоин - получают из корней окопника лекарственного или проросшей пшеницы. Обладает вяжущим, кератолитическим действием, стимулирует процессы регенерации, смягчает и увлажняет кожу, предупреждает закупорку пор, образование комедонов (черных точек).

Альгинат натрия - обладает противовоспалительным, заживляющим и увлажняющим действием, стимулирует регенерацию клеток кожи.

Аминокислоты — это структурные единицы всех белков живого организма, существуют заменимые и незаменимые аминокислоты. В косметических рецептурах используются в качестве увлажняющего фактора (например, глицин сои).

Арбутин - гликозид, содержащийся в листьях толокнянки. Ингибирует фермент тирозиназу, которая катализирует синтез меланина из тирозина, тем самым оказывая на кожу осветляющее действие.

Ателлоколлаген - гипоаллергенная форма коллагена – препятствует потере влаги кожи, увлажняет, разглаживает и смягчает кожу, повышает ее тонус.

Ацетил гексапептид-8 (аргилерин) - белковая молекула, разработана специально для предупреждения преждевременного старения кожи и сокращения мимических морщин. Гексапептид влияет на процессы, способствующие образованию морщин, а именно на процессы сокращения мышц лица на уровне нервно-мышечного синапса. Гексапептид блокирует передачу нервного импульса, который запускает сокращение мышц лица, а также препятствует высвобождению нейромедиатора, посредством которого и передается нервный импульс, приводящий к сокращению мышцы. Таким образом, гексапептид оказывает миорелаксирующее воздействие на мышцы лица, ослабляя их сокращения и устраняя основную причину возникновения мимических морщин. В результате устраняются мимические морщины на лбу, во внешних уголках глаз, около рта. Разглаживаются глубокие морщины и предотвращается появление новых. Препараты на основе ацетилгексапептида-8 – это альтернатива инъекциям БОТОХ. Эти препараты не токсичны, не имеют побочных эффектов и хорошо переносятся кожей. Главным отличием действия ацетилгексапептида-8 от действия БОТОХ является то, что гексапептид лишь замедляет проводимость нервного импульса, в то время как ботулотоксин полностью прекращает передачу импульсов между клетками и может оказывать при этом заметное воздействие на мимику лица.

Бензофенон-3 - производное парааминобензойной кислоты. Применяется в солнцезащитных средствах. Обладает способностью поглощать УФ-излучение, имеет высокий защитный коэффициент, длительное время сохраняется на коже. Кроме того, бензофеноны являются фиксаторами запаха.

Бентонит - компонент природной глины, обладает свойством впитывать жиры, загрязнения, при высыхании разглаживает кожу лица. Задерживает токсины и углекислый газ, лишает кожу кислорода, препятствует дыханию и выделению, частицы могут царапать кожу.

Бетаин - активный растительный компонент, получают из отходов свеклосахарного производства или синтетическим путем. Содержится в средствах по уходу за волосами, обеспечивая им здоровый блеск. В сочетании с экстрактом ромашки в кремах - успокаивает кожу и стимулирует ее защитные функции.

Бисаболл - содержится в эфирном масле ромашки и лаванды. Используется как противовоспалительное, антисептическое, смягчающее средство.

Борат натрия - соль борной кислоты, в природе встречается в горячих источниках и минеральных водах, используется как дезинфицирующее, консервирующее средство в косметических препаратах. Поддерживает определенный pH.

Бутиленгликоль - используют в косметических рецептурах в качестве растворителя эфирных масел и других веществ, а также для подавления роста микроорганизмов в препаратах. Малотоксичен, не вызывает раздражения кожи.

Бутилпарабен - используется в косметических композициях в качестве консерванта, обеспечивающего гибель и торможения развития микроорганизмов, препятствующего появлению токсинов, неприятного

запаха, плесени.

Васильковая вода - водный настой цветков василька обладает антибактериальными свойствами, снимает раздражение и кожный зуд, снижает отеки тканей.

Гидантоин -консервант для косметических средств с антибактериальной активностью. Используется также как стабилизатор и загуститель. Относится к производным мочевины.

Гидрогенизированное соевое масло - жироподобное вещество, смягчает, увлажняет кожу, способствует мягкому отделению ороговевших клеток.

Гидроксипропил метилцеллюлоза - добавляется в косметические средства в качестве стабилизатора, эмульгатора, загустителя.

Гидроксиэтилцеллюлоза – стабилизатор.

Гидролизированный протеин пшеницы -гидролизат клейковины пшеницы. Оказывает длительный увлажняющий эффект. На коже образует тончайшую воздухопроницаемую пленку, тем самым восстанавливает микрорельеф кожи, поддерживает ее увлажненность.

Гидролизированный протеин сои -предотвращает процессы преждевременного увядания кожи, стимулирует клеточный метаболизм, повышает влагоудерживающую способность кожи.

Гидролизированный рисовый протеин - помогает сохранить естественный уровень увлажненности кожи.

Гидролизованная мембрана яичной скорлупы - протеиновый продукт, который характеризуется наличием высокого процентного содержания коллагена идеально совместимого с кожей. Способствует улучшению функциональной активности фибробластов, стимулирует их рост.

Гликозиды – биологически активные органические соединения, встречаются в растениях или получают синтетическим путем.

Гликопротеины – сложные белки, белковая часть молекулы которых связана с углеводами. Являются важным компонентом клеточных мембран. Гликопротеины используются в косметике в качестве увлажняющих и влагоудерживающих компонентов продолжительного действия.

Глицериды гидрогенизированные - получают гидрогенизацией подсолнечного, соевого и других растительных масел. Гидрогенизация позволяет получить более плотную консистенцию масел, улучшить их запах и внешний вид за счет обесцвечивания, а также снизить возможность их окисления на воздухе. Используют в качестве эмульгаторов, стабилизаторов.

Глицерилстеарат - эмульгатор, стабилизатор кремов и эмульсий.

Глицерин -получают путем гидролиза натуральных жиров и растительных масел. Смягчает кожу, способен удерживать воду, предохраняя кожу от чрезмерного высыхания.

Глицин сои - аминокислота, структурная единица растительных и животных белков. Попадая на поверхность кожи в составе косметического средства, играет роль увлажняющего компонента, защищает клеточные мембраны от вредного воздействия свободных радикалов, замедляет процесс преждевременного старения кожи. Получают глицин гидролизом соевого белка.

Дигидроксиацетон -применяется в средствах для автозагара, бронзаторах наряду с красящими пигментами тростникового сахара, в качестве усилителя окраски, увлажнителя, эмульгатора.

Диметикон -натуральный силикон, является стабилизатором и эмульгатором косметических форм, способствует снижению потери влаги роговым слоем кожи.

Диоксид титана - является солнцезащитным барьером, отражает и рассеивает УФ излучение. Имеет более низкий коэффициент защиты по сравнению с химическими защитными факторами, например, бензофенонами.

Диоктил натрия сульфосукцинат - поверхностно-активное вещество, не раздражает кожу, дает мелкодисперсную стабильную пену. Используют в средствах для душа и ванны, жидких мылах, шампунях.

ДНК - растительная ДНК (дезоксирибонуклеиновая кислота) – высокомолекулярное соединение белковой природы; является увлажняющим компонентом в косметике. Обеспечивает длительный эффект гидратации кожи.

Дрожжи - группа простейших грибов. Экстракт дрожжей содержит глициды, аминокислоты, липиды, минеральные вещества (сера, фосфор, калий, магний), витамины РР, Н, провитамин D, витамины группы В, нуклеиновые кислоты. Высокая биологическая активность экстракта делает его очень полезным для ухода за кожей и волосами . Увлажняет и питает кожу, влияет на углеводный и белковый обмен, а в случае проблемной и вялой кожи оказывает очищающее и регенерирующее действие.

Дубильные вещества - вещества, способные видоизменять коллоидное состояние белков, оказывают вяжущее, противомикробное, противовоспалительное действие, образуют на слизистых оболочках и раневых поверхностях защитную пленку, под которой активно восстанавливается новый слой молодых клеток. Содержатся в шалфее, чабреце, зверобое, толокнянке, дубе, бадане, бруснике, лапчатке, чернике, ольхе.

Железо - влияет на кроветворение, участвует в образовании гемоглобина, антианемический минерал. Участвует в дыхании клеток кожи, обеспечивает газообмен в тканях.

Жемчужный протеин — это компонент, получаемый из высококачественного жемчуга. Обладает гидротантными свойствами, нормализует уровень PH кожи и эффективно борется с появлением морщин. Способствует уплотнению текстуры кожи и улучшает ее цвет.

Жир Эму - животный жир, получаемый от крупных австралийских птиц Эму. Очищенный и рафинированный жир представляет особый интерес для косметики благодаря своим смягчающим, противовоспалительным , ранозаживляющим , бактерицидным свойствам. Содержит олеиновую, пальмитиновую, линолевою, стеариновую кислоты. Полезные свойства жира определяются в первую очередь его особым жирокислотным составом. Близок по своему составу к липидам рогового слоя человека , ему свойственны гипоаллергенность и низкая комедогенность.

Имидазолидинил мочевины - продукт белкового гидролиза. Является мягким консервирующим веществом, обладающим антисептическим действием.

Калий - микроэлемент, наряду с натрием участвует в регуляции водно-электролитного обмена, участвует в передаче нервных импульсов, активизирует работу ряда ферментов, улучшает функционирование мышц, регулирует питание клеток.

Камфора - летучее вещество с антибактериальным, болеутоляющим и охлаждающим действием. Является

компонентом эфирных масел камфорного лавра, базилика, полыни.

Канделилловый воск – образует на коже влагонепроницаемую пленку, придает вязкую консистенцию крему. Извлекают из травы канделилы, растущей в Мексике, он относится к воскам средней плотности.

Канола масло (рапса) - смягчающий и влагоудерживающий компонент.

Каолин - белая, или китайская, глина, обладает высокой гигроскопичностью. Адсорбирует избыток секрета сальных желез, загрязнения. Очищает и подсушивает кожу.

Карбомер (940, 941) - загустители, придают крему вязкость и соответствующую консистенцию.

Карнаубский воск - создает на поверхности кожи влагоудерживающий барьер. Получают из листьев бразильской пальмы. Самый твердый из натуральных восков и хорошо растворяется в органических растворителях, например, этиловом спирте.

Кератопептид -белковый гидролизат кератина пера. Входит в состав средств по уходу за кожей, ногтями, волосами, способствует укреплению и стимуляции роста волос, белковому обмену в коже, регенерации клеток.

Кокоил натрия – поверхностно-активное вещество, пенообразователь.

Коллаген – белок, составляющий основу соединительной ткани кожи, сухожилий, костей, мышц, внутренних органов. Обеспечивает эластичность и упругость коже. В составе косметических средств оказывает увлажняющее и омолаживающее действие. Используются животный, растительный и морской коллаген (наиболее близок по структуре с коллагеном тканей человека).

Консерванты - различные по химической структуре вещества, которые обладают антибактериальным действием и предохраняют косметические препараты от разложения и прогорклости.

Кофеин - алкалоид, содержится в кофейном дереве, листьях чая, орехах кола. Улучшает микроциркуляцию крови, уменьшает отечность.

Коферменты - органические соединения, необходимые для нормального течения обменных процессов в клетках (например, кофермент А, кофермент Q 10).

Кремнезем - соединения кремния и кислорода, сорбент и наполнитель.

Ксантановая камедь - полисахарид, стабилизатор, загуститель, предотвращает расслаивание косметических средств на фракции.

Лактопероксидаза – фермент, содержится в молозиве, обладает антимикробной активностью.

Ланолин (шерстяной воск) – животный воск, получают из овечьей шерсти, после выделения воск подвергается многоэтапной очистке и гидрированию. Образует устойчивые эмульсии с водой, обладает высокой гигроскопичностью, оказывает смягчающее действие на кожу, хорошо проникает в глубокие слои кожи.

Лаурил сульфат - поверхностно-активное вещество, применяется в очищающих косметических средствах для образования пены.

Лецитин - представитель фосфолипидов, содержится в животных и растительных тканях. В косметологии чаще всего применяется соевый лецитин. Является эмульгатором с антиоксидантными свойствами.

Лизин - аминокислота входящая в состав практически всех животных и растительных белков. Участвует в формировании коллагена и регенерации тканей.

Липиды - соединения, состоящие из жирных кислот или их производных и глицерина, присутствуют в живых клетках и тканях в составе жировой ткани. Выполняют разнообразные функции в организме: входят в состав клеточных мембран (фосфолипиды, сфинголипиды), являются предшественниками стероидных гормонов, желчных кислот, служат источником энергии.

Липосомы – искусственно полученные наночастицы, служат контейнерами для доставки действующих веществ: лекарственные препараты, витамины, гормоны, вода. Мембрана липосом состоит из природных фосфолипидов, это дает возможность сливаться липосомальной и клеточной мембранам, при этом содержимое липосом поставляется внутрь клетки. Липосомальные препараты не токсичные, обладают пролонгированным действием.

Маточное молочко (апилак) – вещество, вырабатываемое пчелами. Улучшает трофику тканей, так как богато белками, углеводами, липидами, витаминами и минеральными веществами

Ментол - органическое вещество, содержится в мятном эфирном масле. Обладает местноанестезирующим, противозудным, успокаивающим, слабым антисептическим действием.

Метилглуцет -эфир глютаминовой кислоты, обладает свойствами смягчать кожу, задерживать влагу в коже, регулируя ее баланс посредством транспорта ионов калия.

Метилкокаил таурат натрия - производное жирных кислот (олеиновой, стеариновой, пальмитиновой), используется в косметических препаратах в качестве ПАВ и стабилизатора пен.

Метилпарабен - консервант, предохраняет крем от бактериологической обсемененности.

Метоксициннамат – химический УФ-фильтр.

Микрокристаллический воск – синтетический воск. Создает на коже влагоудерживающую пленку.

Микросферы -сферические частицы размером от 50 нм до 2 мм выполняющие функцию доставки лекарственных или других активных веществ клеткам (частицы размером менее 1 мкм-наносферы). Микросферы получают из натуральных (альбумин, желатин, декстран, хитозан) или синтетических (полистерол, винил-пиридин) источников.

Миндаля сладкого измельченная скорлупа - мягкий абразивный компонент; способствует более полному очищению рогового слоя кожи от отмерших клеток. Придает коже гладкость.

Монтмориллонит - глинистый минерал, обладает адсорбирующими и омыляющими свойствами.

Морская соль - комплекс минеральных солей (хлоридов натрия, магния, калия, сульфатов магния, кальция и др.) нормализует обменные процессы в коже.

Мочевина - продукт распада белка, один из основных компонентов натурального увлажняющего фактора кожи.

Натриевая соль EDTA - используют в косметических средствах как антиоксидант, регулятор кислотности.

Натрия гиалуронат - соль гиалуроновой кислоты. Увлажняет и питает кожу.

Оксибензон –химический УФ фильтр.

Оксидоредуктаза – фермент, в рецептуру косметических средств вводят в составе белково-ферментного комплекса – глицин сои/оксидоредуктаза. Этот комплекс призван активировать окислительно-восстановительные процессы в клетках кожи, стабилизирует клеточное дыхание, способствуя полному окислению продуктов обмена и уменьшению образования свободных радикалов. Улучшая метаболизм в клетках, соевый глицин препятствует старению кожи, интенсифицирует процессы регенерации, защищает клеточные мембраны от вредного воздействия свободных радикалов.

Продолжение следует...

Фото, цитаты, афоризмы



22 февраля, 2013

Галерея "Фото участников форума"



Фиалки моей мамы. Фото: **Vesna**

Далее - традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе".

(цитаты из постов участников [форума "Псориаз? Давайте лечиться вместе!"](#))

#66

Sphinx

... я его нет-нет, а клюну. А уж когда захорошело, так каждый день по три таблетки.

Aly187

Если прибить такой солярый к потолку -- под ним придётся провести остаток жизни ...)) Да ещё и в очках ...

Надежда39

Взялась она меня лечить своими методиками. Вначале, помнится, надо было просить прощения и прощать всех, с кем я когда-то была в неладах... Я добросовестно исполняю всё это в своей комнате очень долго, утомилась, однако, и пошла смотреть, что же она-то делает. А учительница моя стирает бельё и тараторит со своей невесткой...

Уго

..."фаллическая концепция" Фрола - это удобная модель

Ingeborga

В первую очередь секс задуман для размножения.

RedMen

... обоняние не притупилось и сопли когда надо текут исправно, не задерживаясь и не вспять.

Stleon

Социопат с кучей тараканов в голове Тараканы бегают и сильно шумят...

[Тушеная баранина с сельдереем - рецепт Дж. Пегано](#)



23 февраля, 2013

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

Прежде чем мы начнем сегодня готовить, мне хотелось бы отдать должное тем, кто провел в армии свои молодые годы, кто научился воевать и кто стал защитником.

Про настоящих мужчин. (Автор storyofgrubas)

" Однажды я снимал игровой эпизод про бандитов.

На площадке собрались и ждали своего выхода одиннадцать человек. Все высокие, красивые, в камуфляже и масках. У каждого автомат (не боевой, но металлический, как настоящий, только не «клагает»). Всех их я видел в первый раз.

Они постояли, покурили полчаса, я им и говорю:

-Хотите фокус покажу?

-Хотим, покажите.

-Вы, Вы и Вы, служили в армии, а остальные восемь человек не служили.

Они очень удивились, ведь я даже не видел их лиц, но про армию угадал, хотя они ничего такого не делали, просто стояли и курили.

А все очень просто: только трое из одиннадцати, ни разу не направили ствол своего игрушечного автомата никуда, кроме земли и неба..."

Дорогие мужчины, с праздником!

Ну а теперь, праздничный стол. Мужчин я люблю угощать мясом, так что сегодня у нас МЯСО!

Тушеная баранина с сельдереем

(перевод из книги Пегано)

Я люблю тушить мясо в горшочках. Во-первых, в холодные февральские вечера приятно съесть обжигающе горячее блюдо, а горшочки держат температуру довольно долго. Во-вторых, горшочки позволяют приготовить каждому мясо по вкусу.



Ингредиенты на 4-6 порций

400–500 г баранины, нарезать кубиками

4 ст.л. оливкового масла

1 большая луковица, мелко нарезать

1/2 ч.л. корицы

1/4 ч.л. мускатного ореха

2 чашки воды

4 чашки нарезанного сельдерея

1 чашка нарезанной свежей петрушки

3 ст.л. лимонного сока

крупная соль, перец

На большой сковороде потушить лук в 2-х ложках масла. Добавить мясо и специи. На среднем огне потушить 30-40 мин., или пока мясо не будет мягким. На среднем огне потушить сельдерей с петрушкой, где-то около 10 минут.



Добавьте овощи и лимонный сок в мясо, потушите еще 10 минут.



Подавать с рисом (по Пегано)

Здесь я немножко отступила: мясную подливку с овощами положила в один горшочек, а в другие (не диетические горшочки) картошку и мясную подливку. Поставила в духовку и подавала в горячих горшочках. Потом этот рецепт я делала куда как проще. Готовила сразу все в горшочках, но об этом как-нибудь в другой раз.

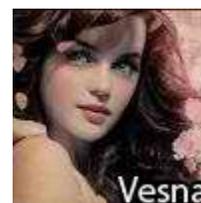


С праздником!
Уайта.

Воскресный оффтоп. Львов. Часть 3

24 февраля, 2013

Наконец-то добравшись до смотровой площадки башни ратуши, а это было нелегко, мы увидели панораму города с высоты птичьего полёта .





Телевышка, которую видно на следующем фото, располагается на Замковой (Княжей) горе. Её называют ещё парк Высокий Замок. Когда-то там был настоящий замок-крепость, а теперь только развалины - часть стены.

WWW.PS



"Именно с этой горой связано первое упоминание о Львове в исторических летописях 1256 года. По официальным данным парк был основан в 1835 году на месте крепости «Высокий замок», которая размещалась на этой горе и была оборонным и наблюдательным пунктом, местом для хранения военного оружия и амуниции, в подвалах крепости держали заключенных. "

Гора Высокий Замок - самая высокая точка Львова, 413 м над уровнем моря, на ней располагается смотровая площадка. Мы тоже поднялись на эту гору, причём почти сразу же после покорения башни

ратуши . Просто мы не знали, что нас ожидает впереди. Подъём был осуществлен в 9 часов вечера, поэтому, к сожалению, фотографий с этой горы не будет. Мой фотоаппарат не делает нормальных ночных снимков. Но всё-таки в живую посмотреть на ночной город и подышать свежим воздухом было приятно даже после такого трудного восхождения .



Отдельно хочу рассказать о роскошном здании Львовского Дома ученых. В него мы попали совершенно случайно. Прогуливаясь по городу я увидела вдалеке здание с красивыми скульптурами и решила его сфотографировать. Первым, что мне попало на глаза, был этот симпатичный переулочек.



Львовский Дом учёных, он же памятник архитектуры - казино 1898 года.



WWW.P



"Львовский Дом ученых — роскошный дом в центре Львова, построенный в стиле необарокко, который поражает утонченным интерьером и изысканным дизайном своих комнат.

«Дом ученых» был построен фирмой «Фельнер и Гельмер» в 1897-1898 годах по проекту венских архитекторов Фердинанда Фельнера и Германа Гельмера, которые в свое время были авторами проекта Одесского Оперного театра.

До 1939 года Львовский дом ученых функционировал как Национальное (аристократическое, шляхетское, дворянское, графское, народное) казино.

С 1948 года тут разместился Львовский Дом ученых, в котором проходило немало событий, связанных с научной, общественно-политической и творческой жизнью Львова, области и всей Украины.

Интерьеры этого дома часто использовались для съемок известных фильмов. Именно тут была отснята сцена для фильма «Д'Артаньян и три мушкетера», где Д'Артаньян по лестницам поднимался к кардиналу для игры в шахматы."



В наше время в Доме ученых часто проводятся львовские балы.



Балкон с арками



11/09/2012 18:12



g



Продолжение следует...

Ингредиенты лечебной косметики и их свойства, часть 2

25 февраля, 2013

Лечебная косметика, применяемая для ухода за кожей (как в периоды рецидивов, так и во время ремиссий), повышает качество жизни тех, кто имеет кожные проявления псориаза. В форуме "[Псориаз? Давайте лечиться вместе!](http://psoranet.org/forum/82/)" имеется специальный раздел "Косметические средства, применение при псориазе" - <http://psoranet.org/forum/82/>, содержащий темы по этой проблеме. В то же время немногие представляют, какими свойствами обладают ингредиенты косметических средств, входящих в их составы. Приводим такую информацию ниже.

Пальмитоил пентапептид -4 (матриксил) – синтетический липопептидный комплекс. Состоит из определенной последовательности аминокислот, повторяющей фрагмент проколлагена кожи человека, и пальмитиновой кислоты, позволяющей молекуле матриксила проникать в глубокие слои кожи. Комплекс стимулирует синтез матричных белков кожи-коллагена и фибронектина, оказывает омолаживающее и разглаживающее действие.



Папаин -растительный протеолитический фермент, разрушающий пептидные соединения. Содержится в дынном дереве-папайе. В косметологии применяется как мягкий химический эксфолиант.

Парабены - производные пара-оксибензойной кислоты (метилпарабен, этилпарабен, пропилпарабен и др.). Парабены используются как консерванты косметических средств, с антибактериальной и антигрибковой активностью.

Парафин - удерживает влагу в коже и придает крему консистенцию, необходимую для хорошего распределения по поверхности кожи.

Пищевые красители - FD&C BLUE#1, D&C YELLOW#10, , FD&C RED#4, FD&C BLUE#1 - используются для придания цвета или определенного оттенка косметическому препарату.

Поливинилпирролидон - биополимер, является регулятором вязкости в водных растворах.

Полисахариды -природные высокомолекулярные углеводы. К ним относятся глюкозаминогликаны, обеспечивающие эластичность клеточных стенок, альгиновые кислоты, пектин, камеди, слизи. Эти вещества обеспечивают избирательную проницаемость кожи, оказывают обволакивающее, смягчительное действие. Содержатся в подорожнике, алтее, льне, мать-и-мачехе.

Полисорбит - эмульгатор с вяжущим, увлажняющим свойствами, солюбилизатор, то есть способствует растворению плохо растворимых веществ.

Полисорбитацетат натрия - эмульгатор, обладает высокой гигроскопичностью, что позволяет сохранять влагу на поверхности кожи.

Полиэтиленовые частицы - мягкий абразивный компонент используется в различных очищающих средствах для отшелушивания поверхностных отмерших клеток.

Пропилен карбонат - наполнитель, растворитель полимеров.

Пропиленгликоль - имеет вязкую консистенцию, обладает влагоудерживающими свойствами, способствует смешиванию гидрофильных и гидрофобных веществ, придает однородную консистенцию кремам.

Пропиленгликоль дикаприлат -производное пропиленгликоля и каприловой кислоты. Эмульгатор, растворитель жиров и увлажнитель.

Пропилпарабен - консервант и антиоксидант крема. (см. парабены).

Пудра скорлупы грецкого ореха - жесткие частицы - природный абразив, применяется в косметических средствах для эксфолиации.

Пчелиный воск - представлен эфирами жирных кислот органического происхождения, вырабатывается пчелами, обладает бактерицидным, противовоспалительным, ранозаживляющим, смягчающим и увлажняющим свойствами.

ПЭГ (2,4,40,100) -полимер многоатомного спирта этиленгликоля, представляет собой вязкую жидкость, используется в качестве загустителя, улучшающего консистенцию косметических средств. При попадании внутрь в высоких концентрациях вызывает в организме необратимые изменения и летальный исход.

Растительных белков гидролизат - продукт ферментативного гидролиза пшеничного, соевого и кукурузного

белка. Содержит аминокислоты и пептиды с небольшой молекулярной массой. Увлажняет кожу, защищает от потери влаги.

Рисовый воск -получают из рисовых отрубей. Является загустителем для кремов, на коже создает тончайшую влагоудерживающую пленку.

Розовая вода -ароматическое вещество, получают из лепестков роз, богатых эфирными маслами, является промежуточным продуктом при производстве розового масла. Успокаивает, увлажняет, дезодорирует кожу, стимулирует регенеративные процессы.

РНК (рибонуклеиновая кислота) -нуклеиновая кислота, имеет макромолекулярную структуру. Участвует в синтезе белка.

Сапонины - гликозиды, содержащиеся в листьях, стеблях, коре растений (например, солодка, конский каштан, кора мыльного дерева, хвощ), способны образовывать пенящиеся коллоидные растворы, подобно мылам. Применяют в средствах для очищения кожи.

Сафлор / *Carthamus tinctorius* / или дикий шафран - лепестки сафлора содержат красящие пигменты, которые используют для получения красителей желтого и красного цвета. Эфирное масло имеет противовоспалительное действие.

Сахар инвертный - получают нагреванием сахарного сиропа с органической кислотой (например, молочной). Таким образом, получают более гигроскопичный сироп, который является стабилизатором влажности, не кристаллизуется (не засахаривается).

Сера -химический элемент, содержится во всех тканях организма, входит в состав некоторых ферментов, гормонов, витаминов. Обладает дезинфицирующим и подсушивающим свойством.

Сквален - ненасыщенный углеводород, получают из семян амаранта. Является компонентом секрета сальных желез кожи, является предшественником холестерина, стероидных гормонов, фитоэстрогенов. Обладает смягчающим, ранозаживляющим, антибактериальным и антиоксидантным действием. Легко проникает через кожные покровы, способствует переносу биологически активных веществ в глубокие слои кожи.

Сорбит (сорбитол) – многоатомный спирт. Содержится в морских водорослях, плодах рябины различных ягодах. Является сахарозаменителем, влагоудерживающим агентом, текстуратором, эмульгатором, стабилизатором цвета.

Спермацет - воскоподобное вещество, получаемое из животного жира. Использовался в качестве основы для мазей и кремов, обладает влагоудерживающей способностью. В настоящее время используется редко в связи с высокой стоимостью.

Стволовые клетки -это особые клетки живых организмов (человека и животных, а также растений), способные к неограниченному делению с дальнейшей дифференциацией дочерних клеток в клетки всех тканей и органов. То есть это предшественники всех клеток. Стволовые клетки возможно получить из костного мозга, пуповинной крови, фибробластов кожи и суставной жидкости. Но в косметологии стволовые клетки животного происхождения запрещены к применению. В косметические средства антивозрастного ухода вводят растительные стволовые клетки, получаемые из верхушки молодых побегов растений.

Стеариловый спирт - производное стеариновой кислоты, применяется в косметических средствах как

эмульгатор, загуститель, структурообразователь, эмомент (увлажняющий агент).

Танин - соединение растительного происхождения, содержится в листьях, плодах, коре растений (дуб, каштан, шалфей, зверобой и др.). Оказывают вяжущее и местное противовоспалительное действие за счет способности коагулировать белки, то есть образовывать уплотненные коллоиды (защитную пленку) внеклеточной жидкости, экссудата, клеточных мембран.

Триклозан –хлоросодержащее производное фенола. Обладает антибактериальной и противогрибковой активностью. Включают в состав препаратов для лечения акне.

Феноксизтанол -консервант, антисептик.

Ферменты лактобактерий –комплекс ферментов (протеазы, пептидазы и др.), продуцируемых ацидофильными молочными бактериями, нормализуют рН кожи, являются антиоксидантами, играют важную роль в обменных процессах клеток.

Фитогормоны –химические соединения, вырабатываемые в различных частях растений, вызывают биохимические, морфологические и физиологические изменения самих растений. Ряд фитогормонов обладает антиоксидантной активностью. Не имеют эстрогеноподобного действия.

Фитосквалан - получают из растительных масел, антиоксидант, увлажняет и питает кожу.

Фитостеролы -компоненты мембран растительных клеток. Основные источники – орехи и масла из них, подсолнечное, кукурузное масло, масло зародышей пшеницы и других злаков, имеют структуру подобную. Обеспечивают антиоксидантную защиту клеткам, стимулируют синтез белка, поддерживают увлажненность и эластичность кожи.

Флавоноиды –фенольные соединения, синтезируемые в растениях. Богаты флаваноидами цедра citrusовых, различные ягоды и фрукты, зеленый чай, красное вино. Основная часть флавоноидов – растительные пигменты, обладающие выраженной антиоксидантной активностью.

Хитозан - производное природного полисахарида хитина. Является натуральным гелеобразователем и активной увлажняющей добавкой. Хитозан активизирует заживление травмированной поверхности кожи, стимулирует рост коллагеновых волокон.

Хлорид магния - вяжущее, рассасывающее действие.

Хлорид натрия – используют для повышения вязкости.

Целлюлозная смола - стабилизатор, загуститель, эмульгатор, связующий агент.

Церамиды - представители сфинголипидов, которые являются компонентом клеточной мембраны. Участвуют в процессах дифференцировки, роста и гибели клеток.

Церезин - минеральный воск или очищенный озокерит, по виду и свойствам напоминает пчелиный воск, обладает способностью прочно удерживать различные масла и жиры.

Цетерет-20 - эмульгатор.

Цетерил октаноат - эмульгатор.

Цетериловый спирт - эмульгатор.

Цетил рицинолеат - вещество, выделяемое из касторового масла, удерживает и сохраняет влагу на поверхности кожи.

Цетиловый спирт - жирный спирт растительного происхождения, получают из кокосовых орехов. Является стабилизатором, загустителем, создает на коже влагозадерживающий барьер.

Цианкобаламин (витамин B12-антианемический) - оказывает существенное влияние на обмен веществ, участвует в процессах биологического окисления. Содержится в печени, почках, яичном желтке.

Циклометикон - синтетическое минеральное масло, летучее вещество, может служить жидкой основой для кремов, обеспечивает равномерное распределение активных веществ по поверхности кожи, не липкий, не оставляет жирного следа.

Циклопентасилоксан - силикон, обладающий свойством эмульгаторов, делает структуру косметических средств более легкой, не оставляет жирного следа, улучшает впитывание активных компонентов.

Цинк - микроэлемент, влияющий на репродуктивную, нервную, иммунную системы организма, а также на состояние кожи, оксид цинка в косметических средствах выполняет роль антисептика, оказывает вяжущее, подсушивающее действие.

Цитокины - молекулы белковой природы, синтезируются клетками иммунной системы и другими типами клеток, в том числе и кератиноцитами при повреждающем воздействии чужеродного агента. Являются иммуномодуляторами, участвуют в процессах иммунного ответа, воспалении, регенерации.

Шелка гидролизат - получают методом ферментативного гидролиза тончайших нитей кокона тутового шелкопряда. Представляет собой комплекс аминокислот и полипептидов с небольшой молекулярной массой. Гидролизат шелка защищает кожу от потери влаги, повышает упругость и разглаживает мелкие морщинки.

Эластин - структурный материал эластических волокон соединительной ткани, которой особенно богата кожа. Образует пленку, нарушает влагоиспарение, поддерживает упругость кожи.

Эмоксипин - антиоксидант, блокирует негативное повреждающее действие свободных радикалов, снижает перекисное окисление липидов, за счёт этого блокирует патологический процесс и ускоряет заживление.

Эсцин - сапонин, обнаруженный в семенах конского каштана. Обладает фотозащитными свойствами, улучшает обмен веществ в тканях. Включается в солнцезащитные косметические изделия, используется в средствах по уходу за ногами.

Эскулин - смесь сапонинов, содержащихся в семенах и коре конского каштана. Обладает Р-витаминоподобным действием. Оказывает противоотечное, противовоспалительное действие, снижает проницаемость плазмолимфатического барьера, укрепляет стенки капилляров.

New Snap-8 - (ацетил октапептид-3), пептид состоящий из восьми аминокислот. Уменьшает выраженность морщин посредством дестабилизации длинной цепи белка, ответственного за мышечные сокращения. Механизм нарушения передачи импульсов к рецепторам мимической мускулатуры схож с действием пептида аргирелина, однако релаксирующий эффект на мышцы от Snap-8 сильнее.

New Syn-Ake - (дипептид диаминобутирол бензамида диацетат), пептидный комплекс, имитирующий

действие нейромышечного блокатора яда гадюки Храмовой куфии. Последовательность аминокислот Syn-Ake, блокирует определенные рецепторы мимических мышц, таким образом, предотвращая мышечные сокращения. Нарушается нервно-мышечная передача импульсов. Обращаем ваше внимание, что этот пептид не добывается из яда гадюки - он схож с ним лишь по действию.

NMF2 - натуральный увлажняющий комплекс растительных экстрактов, содержащих аллантиин, глюкозу, некоторые аминокислоты. Улучшает влагоудерживающие свойства клетки, укрепляет клеточную мембрану.

Octamioxyl - октапептид нового поколения, уменьшает выраженность морщин, посредством уменьшения мышечных сокращений.

Swiss stem cells - новый активный ингредиент - ствольные клетки, полученные из редкого швейцарского яблока Uttwiller Spatlauber . Растительные ствольные клетки содержат микроэлементы и протеины, которые необходимы для нормального протекания всех биохимических процессов в коже. Защищают кожу от воздействия свободных радикалов, замедляют появление признаков старения кожи, увеличивают устойчивость клеток кожи к ультрафиолетовому облучению, приостанавливают апоптоз клеток.

23-каратное золото - улучшает проникновение активных ингредиентов, обеспечивает длительное увлажнение и питание кожи, повышает ее упругость и эластичность, оказывает выраженный омолаживающий эффект, антиоксидантное действие.

Истории ремиссий и обострений при псориазе. Часть 8



27 февраля, 2013

Настроение: accomplished

*

В этом цикле участники форума "[Псориаз? Давайте лечиться вместе!](#)" рассказывают о достигнутых в разные годы ремиссиях, а также о предполагаемых причинах обострений. Эти истории всегда актуальны и поучительны, поскольку терапевтические действия разных средств и методов лечения псориаза, как правило, индивидуальны и нередко имеют разные последствия.

Сегодня - продолжение историй 2010 года.

nic

Однажды утром перед зеркалом стало не по себе, когда увидел странные изменения кожи верхних век. Подумалось: «Всё, ОН добрался до лица. И это начало кошмара».

Под рукой уже который год не было худо-бедно действенного снадобья - одной из солидоловых мазей. Абсолютно по наитию неделю-полторы по утрам попеременно смазывал веки мазью календулы и гелем для ухода за кожей век Aasha Gold, т.е. тем, что было в доме.

То ли помог стресс по вышеупомянутому поводу, то ли какой-то их этих продуктов, но псориаз от век отступил. Странно, но ранее использование вазелиновой мази календулы на локтях, коленках и других доступных симметричных местах выхода псориаза давало лишь эффект подсушивания и отшелушивания, так что вряд ли календула здесь сыграла какую-то роль.

Да, кстати... McSure о гомеопатии и псориазе



28 февраля, 2013

McSure

За три месяца приёма горошин у меня так обострились и псориаз и артрит, что я еле дождался, когда баночки опустеют и выкинул рецепты, чтобы жена не купила новую партию "лекарств"... Лично я со своим почти 20-летним псорартритом настроен очень резко против гомеопатии. Ну скажите мне, тупому, как это гомеопат без химических анализов, томо- и кардиограммы, без элементарного обследования, на глазок, мог мне выписать тот самый "удачный" набор компонентов??!! - всё равно что в Спортлото выиграть 6 из 45! Это мне напоминает анекдот про военврача и разломленную пополам таблетку: "на, бери - одна половина от головы, вторая от геморроя"...

Kulau-leprous

Медицинский журнал "The Lancet", доведенный в 2005 году до крайнего остервенения гомеопатами, опубликовал анализ 110 исследований по гомеопатии в сопоставлении с обычным медицинским лечением тех же недугов. И был сделан вывод, что гомеопатия не более эффективна, чем плацебо..

www.psoranet.org