СОДЕРЖАНИЕ:

Псориаз – заболевание или выкачивание денег из граждан? 1

A_112: У кого артриты и кожные проблемы - прилетайте на Шри-Ланку 7

Кулинарная суббота: Суп из зелёного горошка 9

Юбилейный год: 40 лет с псориазом ("Истории ремиссий...", #35) 11

Без тени смущения. "Как бы потоньше ответить..." 12

Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 172 12

С Днём влюблённых! 16

Д-р Комаровский. Грипп и ОРВИ: простейшая инструкция 18

О "заморских" лекарствах и швейцарских врачах 21

"Кризис цветной капусты" или Цветная капуста с чесночным маслом и сыром 22

Renina: "Что произошло и можно ли изменить технику ныряния?" 25

Псориаз ВЧГ. "Заметное улучшение началось после следующих действий..." 26

Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 173 27

Большие гонки 1910 – 1919 год 29

Псориаз – заболевание или выкачивание денег из граждан?

2 февраля, 2016

Оригинал взят у **igor_davydov** в ПСОРИАЗ – ЗАБОЛЕВАНИЕ ИЛИ ВЫКАЧИВАНИЕ ДЕНЕГ ИЗ ГРАЖДАН?

Хочу сразу сказать, что последней каплей к написанию это статьи была очень скверная и поганая реклама средств от псориаза. Вы поймёте…

Итак, я сам ношу патологию в своём организме под названием псориаз с 18 лет. И, соответственно, достаточно много читал о данном заболевании, общался с дерматологами, а также с людьми с такой же болезнью. Но во что превратили это неизведанное кожное отклонение те твари, которые решили, что это отличная ниша для увеличения своей прибыли, и начали рекламную деятельность в интернете. Я был в шоке…

Начну по порядку. Около года назад, я наткнулся на статью - типа Анастасия Заворотнюк нашла средство от псориаза. Ну я и решил, попробовать оставить заявку на приобретение этого средства. Мне перезвонили через часа 2, девушка, и по выстроенному уже скрипту звонка – стала делать еще и дополнительную до-продажу. Ну то есть, чтобы эта мазь еще работала, надо еще вот это купить и т. д. Я просто с этим работаю и

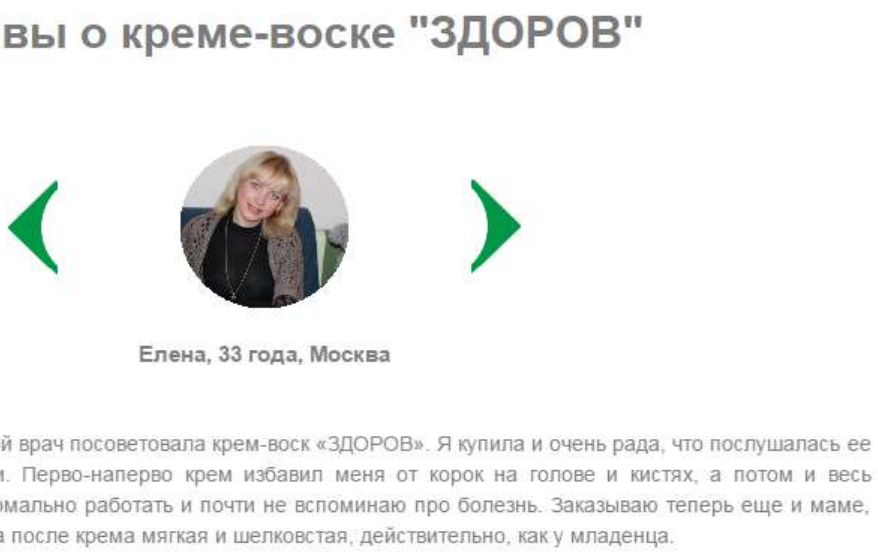
www.psoranet.org

знаю эти ходы, но то мир рекламы, где это нормальное явление, а тут, как бы – здоровье людей. Ну, короче, сразу полное отвращение. Ладно, забыл…

На днях, наткнулся еще на статью и понял, что в нашем мире, где мы живем, есть конченные люди, у которых совсем нет души, я бы сказал. Да, да, больше я не знаю, как назвать… И если вы сейчас читаете, я вам в лицо говорю – вы уроды!

Я кратко расскажу, короче, там превратили псориаз в чудовищную форму самой опасной болезни. Я не спорю, что это может не совсем эстетически красиво выглядит, но зачем так страшить людей! Псориаз и так вызван на нервной почве, а вы еще говорите, что жизнь короче у этих людей! А знаете для чего? Чтобы потом прийти к тому, что есть "ЧУДО-КРЕМ", который вылечивает от псориаза. Мол оформляйте заказ, и сейчас со скидкой! Самое печальное, что эта статья написана в виде диалога с врачом-дерматологом высшей категории и главным специалистом Российского Центра Дерматологии - Орловым Борисом Владимировичем. Я обращаюсь к вам, Борис Владимирович, я понимаю, что вам заплатили за это, но зачем внушать людям страх, чтобы поднять продажи непонятного средства. Вам должно быть стыдно за это!

Кстати, я решил перейти на страницу препарата. Мое внимание привлекли отзывы, например, вот этот:



Нам говорит Елена об эффекте данного крема. А Елена ли, это? Или Ирина Васильевна?

www.psoranet.org

ИРИНА ВАСИЛЬЕВНА

01.03.2012 ADMIN ДОБАВИТЬ КОММЕНТАРИЙ

Всем доброго времени суток!

Я преподаватель по математике с 8-летним стажем частной работы. После окончания университета (Воронежский государственный университет, специальность «Прикладная математика и информатика») работала в среднеобразовательной школе в течение 5 лет, начиная с 2008г. устроилась в вуз нашего города преподавателем математики и информатики в экономике. Сейчас активно занимаюсь с детьми дистанционно, используя программу Скайп. Читать далее →

www.P .org

Что-то не так тут...

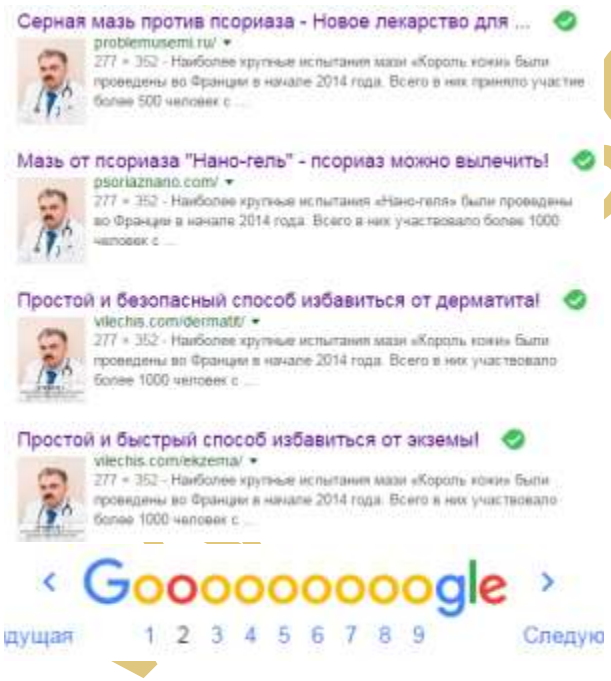
Товарищи! Псориаз - это нестрашно. Это просто, не совсем гармоничное взаимодействия вашей нервной системы с другими клетками вашего организма. В основном, это клетки верхнего слоя эпителия. В связи с чем возникают неприятные воспаления на коже. Главное, найти состояние гармонии вашей нервной системы! И все будет хорошо! Не давайте этим тварям, вас запугивать страшными картинками и другими историями! Чем больше вы будете думать позитивно, наслаждаться жизнью, тем выше вероятность того, что вы забудете про болезнь, и он уйдет от вас.

Это еще не все. Конечно же, умело настроенный ремаркетинг, мне начал выдавать рекламные объявления по лечению псориаза. (для тех, кто не знает, это когда побывал на сайте на каком-либо, а потом тебя стали преследовать объявления с того сайта)

На одно из объявлений я перешел. Это была грамотно сделанная посадочная страница. То есть цель уже определена, и это не помощь людям, а повышение интернет-продаж этого средства, которое вылечивает от псориаза за 3,4 недели. Все сделано как надо, таймер обратного отсчета для скидки, отзывы и т. д. Ну а теперь самое ужасное.

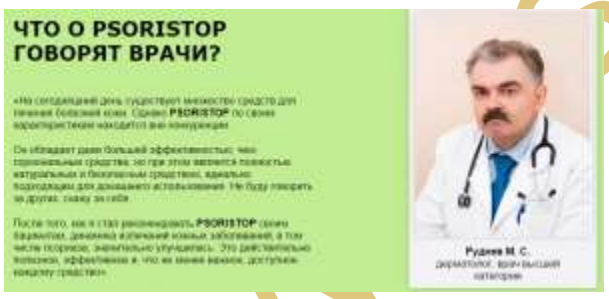
Вот это человек (хотя, я бы не назвал его человеком, если он существует)

Рассказывает нам о том, что это очень полезное средство в лечении псориаза. Я решил узнать, что об этом знает ГУГЛ. И вот что:



То есть этот Руднев М. С. дерматолог, врач высшей категории, рекомендует нам не только китайскую мазь «Король кожи». Но и другие, причем все в одном контексте!

Я решил немного изучить сайты и был поражен тем, что в интернете есть куча продающих сайтов, одной конторы, но которая продет средства под различными названиями.
Вот примеры:



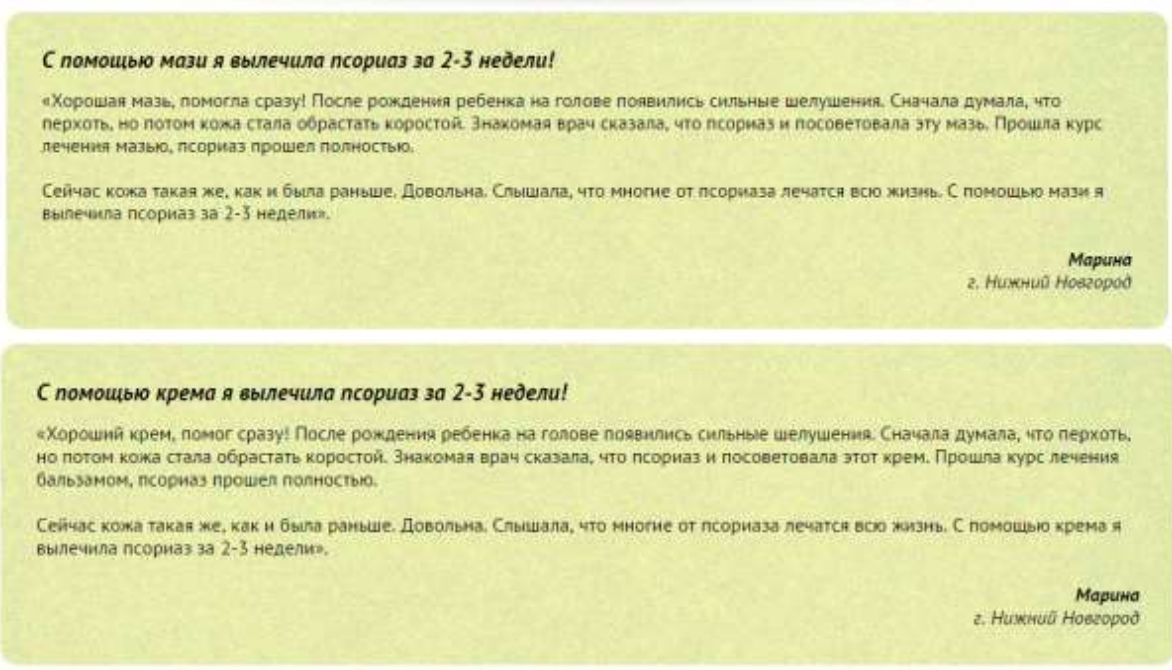
И таких еще много. Более того, даже отзывы, типа реальных клиентов...типа реальных клиентов. Эхх, что ж вы делаете...

С помощью геля я вылечила псориаз за 2-3 недели!

«Хороший гель, помог сразу! После рождения ребенка на голове появились сильные шелушения. Сначала думала, что перхоть, но потом кожа стала обрастать коростой. Знакомая врач сказала, что псориаз и посоветовала этот гель. Прошла курс лечения, псориаз прошел полностью. Сейчас кожа такая же, как и была раньше. Довольна. Слышала, что многие от псориаза лечатся всю жизнь. С помощью PSORISTOP я вылечила псориаз за 2-3 недели».

Марина
г. Нижний Новгород

www.psoranet.org



С помощью мази я вылечила псориаз за 2-3 недели!

«Хорошая мазь, помогла сразу! После рождения ребенка на голове появились сильные шелушения. Сначала думала, что перхоть, но потом кожа стала обрастать коростой. Знакомая врач сказала, что псориаз и посоветовала эту мазь. Прошла курс лечения мазью, псориаз прошел полностью.

Сейчас кожа такая же, как и была раньше. Довольна. Слышала, что многие от псориаза лечатся всю жизнь. С помощью мази я вылечила псориаз за 2-3 недели».

Марина
г. Нижний Новгород

С помощью крема я вылечила псориаз за 2-3 недели!

«Хороший крем, помог сразу! После рождения ребенка на голове появились сильные шелушения. Сначала думала, что перхоть, но потом кожа стала обрастать коростой. Знакомая врач сказала, что псориаз и посоветовала этот крем. Прошла курс лечения бальзамом, псориаз прошел полностью.

Сейчас кожа такая же, как и была раньше. Довольна. Слышала, что многие от псориаза лечатся всю жизнь. С помощью крема я вылечила псориаз за 2-3 недели».

Марина
г. Нижний Новгород

И у каждых средств разный юридический адрес. Все по уму.

Я обращаюсь к тем аморальным лицам, которые решили сделать из, не совсем приятной болезни, неплохой заработок. ВЫ – ТВАРИ! Причем, я совсем не против отдавать деньги компаниям, которые реально трудятся и выпускают мази, кремы и другие средства против псориаза. Но у них задача – ПОМОЧЬ, а не заработать.

Особенно, должно быть стыдно служащим в системе здравоохранения, которые продаются за денежные средства, и готовы написать о любом препарате.
Уверен, суд над вами когда-нибудь свершится! Опять же, я не против нормальных рекламных кампаний средств фармацевтики. Продукт надо как-то доносить до аудитории. Но не так скверно и погано…

Пару слов людям, кто имеет такое же заболевание, как у меня:

Улыбнитесь, выше нос! =) Все у вас хорошо. Помните о своих нервах, берегите их – это главное, что у вас есть. Ну и, конечно же, рацион питания. Отдыхайте и наслаждайтесь жизнью! Уверен, что справиться с псориазом можно умственными способностями! И если выбираете средство, выбирайте аккуратно.
Если у вас остались вопросы по данному поводу, возможно, у вас есть комплексы из-за псориаза, пишите. Я всегда рад помочь!!!
Также буду признателен за распространение этой статьи. (думаю это важно)

Давыдов Игорь
https://www.facebook.com/Igor.davydov88
igor.davydov71@gmail.com

www.psoranet.org

A_112: У кого артриты и кожные проблемы - прилетайте на Шри-Ланку

4 февраля, 2016

Раздел Курортотерапия... посвящён обмену опытом о действии методик лечения или пребывания в санаториях, местах курортов и отдыха на проявления псориаза и/или псориатического артрита. Сегодня ещё раз о лучшем, по его мнению, выборе (цена/качество) - участник форума **A_112.**
Подробности см. в теме о Шри-Ланке - http://psoranet.org/topic/7318/ .

Вчера был у доктора в ланкийской деревне, получил терапию на две недели: таблетки два вида (punch - панчакарма и таблетки для лечения носоглотки (карельские сопли) + порошок для тела и две литровых бутылки масла. За все 8000 рупий (60$). Через две недели повторная явка.
В России у меня таблетки кончились за пару недель до вылета, что сразу отразилось на коже и суставах (карельские влажность, сырость и холод).
Что касается суставов, то уже почти год я - без всяких найзов и прочей фармацевтической наркомании (до этого сидел на нём 4 года и даже индийская Аюрведа снять меня с него не смогла).
Поэтому мой настоятельный совет: у кого есть артриты и кожные проблемы - прилетать на Шри-Ланку и лечиться бюджетно.

psoranet.org

На Шри-Ланке очень много самых разнообразных пляжей. Иногда мы ездим в 30 км от Хиккадувы в деревню Михирипенна на вот такой пляж. Чаша на переднем плане - мыть ноги от песка. Фото: **A_112** .

Ланкийская флора, фауна и архитектура... :) Фото: **A_112** .

Кулинарная суббота: Суп из зелёного горошка

6 февраля, 2016

Вкусно, быстро, полезно, просто, недорого и диетично. Неужели такое бывает в жизни, кроме как в рекламных лозунгах? Выходит, что да. Самое сложное - не забыть про мяту. Она придаёт изысканный вкус.

Иметь:
400 г зелёного горошка (с чистой совестью можете брать замороженный), немного сельдерея, маленькую луковичку, небольшой пучок мяты, петрушку, оливковое масло, соль, черный свежемолотый перец. Можно лёгкий бульон, но и без него хорошо.

В небольшое количество подсоленной кипящей воды кидаем листики (без стеблей) мяты.
Даем "побулькать" минуты три.

Немного тушим лук и сельдерей. Добавляем в воду/бульон.

Кидаем горошек минут на 5, он должен стать мягким, но ни в коем случае не потерять цвет. Я немного переварила, видно на фотографии. Когда готовила следующий раз, было симпатичнее.

Делаем суп-пюре,
Солим, перчим - по вкусу. Можно ещё и сухарики бросить в суп, моя мама так делала, и я тоже так делаю. Можно добавить сметану и зелёный лук.

Приятного аппетита!
Уайта

Юбилейный год: 40 лет с псориазом ("Истории ремиссий...", #35)

8 февраля, 2016

Избранные сообщения участников форума о ремиссиях и обострениях, о применяемых при этом средствах и методах, провоцирующих факторах и о разнообразных наблюдениях и фактах. Сегодня **Манечка** *рассказывает свою историю, а также о средствах, используемых ею в последние три года.*

Принимаю поздравления с юбилеем нашей совместной жизни с моим псориазиком..., а живём мы с ним без малого 40 лет. Всё началось в 4 года с ВЧГ, затем постепенно были завоёваны локти, колени, щиколотки и руки. Поначалу пользовалась гормональными мазями, но вовремя отказалась - обострения были жуткие. Самое ужасное время года - это лето, у меня комплекс жуткий: вроде головой понимаю, что надо наплевать, а из дома с коротким рукавом выйти не могу, не могу и всё! А уж поиски летней одежды с рукавом хотя бы 3/4 - задача не из лёгких была.

Пробовала я много всяких кремов-мазей... Из протестированного за последние три года на собственной шкурке:

1. Ликопид - весенний период, подготовка к лету. Прямо сказать, эффект средненький, но есть. Единственный недостаток - в прошлом году резко подорожал, с 900 рублей почти до 3000.

2. Крем Зорька в ветаптеке. Хорошо смягчает.

3. Мазь ЯМ БК в ветаптеке. Пахнет шпалами, мазаться можно только после вечернего душа. Эффект есть, бляшки становятся тоньше, шелушатся меньше, покраснение становится меньше.

4. АСД. Применять не смогла, рвало прямо от запаха.

В ноябре прочитала про Карталин, да и главный врач на работе мне про него говорила. Подумав, что такого я ещё не пробовала, решила приобрести, да ещё опять пошло обострение (не новые бляшки, а старые в жутком состоянии - утолщаются, красные, шелушатся, а на костяшках пальцев трескаются). Так вот, купила Карталин и Эссенциале 100 таблеток. Ела таблеточки, и к концу первого тюбика Карталина увидела результат. Псориаз начал уходить, постепенно, конечно. Сейчас домазываю третий тюбик, на кистях рук шкурка практически гладкая, шелушения нет, но после мытья рук или помывки посуды краснота присутствует. Локти - на одном практически нет красноты после душа, шелушения нет, на втором чуть похуже. На ногах псориаз отступает медленнее, но там он был "толстый". В общем, таких результатов не было никогда. Как приятно прикасаться к практически гладкой коже на локтях и руках, вот только вопрос меня мучает - когда пойдёт обострение. Теперь о планах. В марте купить Магнипсор и ещё пару коробочек Эссенциале, пить и мазать, а там, может, и с обострением пронесёт, даст Бог...

www.psoranet.org

Без тени смущения. "Как бы потоньше ответить..."

10 февраля, 2016

В рамках рубрики "Без тени смущения" (см. http://psoranet.livejournal.com/152102.html *) - рассказывает участник форума* **морошка**.

Некоторое время назад одна моя знакомая неожиданно начала вздыхать на тему *"какая тяжкая болезнь псориаз и как отравлены дни бедняг и их родных".* Всё это обязательно при мне и как бы повествовательно, т.е. не про меня... Знакомы мы давно и не раз виделись в бане, никаких вопросов и разговоров мои пятна не вызывали, тем более я никогда не страдала и не жаловалась.
А тут вдруг - такое внимание и явное желание прикусить.
Я уж обдумывала, как бы потоньше ответить (ну чтобы без выбитых зубов обойтись), но выяснилось - у неё серьёзное расстройство работы щитовидной железы, и поджирать меня она стала, чтобы отвлечься от своего недуга. Забавно выслушивать подобные вещи от расплывшегося существа с выкаченными глазами и отвисшим зобом.
Я думаю, что распинать кого-то из-за его болезни - удел людей с большими проблемами, возможно, и со здоровьем. Так, глядишь, и отвлечешься от своих.
Здоровые люди об этом не говорят - им до этого нет дела.

Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 172

12 февраля, 2016

Галерея "Фото участников форума"

На берегах морей и океанов....

www.psoranet.org

На берегу Атлантики. США. Фото: **Irop**

www.ps

На берегу Балтики. Паланга. Фото: **Ina**

www.psora

На Чёрном море. Гагра, Абхазия. Фото: **Тереза**

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

#172

ТайВан
Никто же не знает, может, мы здесь живём без сознания, а на том свете будем в сознании и с нас спросят...

vasilina
Раньше писали, что в сперме есть белок. Но потом выяснилось, что настолько мало, что пользы от него совсем никакой. Единственная польза - это беременность.

ddSat
Китайцы - люди. Людям верить нужно. Написано - травы, значит, травы. Может, они взаправду клобетазол из какой-то травы получают.

Silikaat
Анастезиологи - красавицы с зелёными глазами, всё в глаза им смотрел, пока не отключался!

www.ps

help
Чесаться - тоже удовольствие... У некоторых, можно сказать, даже на грани, не побоюсь этого слова, оргазма.

Ina
Мне сразу стало ясно, что это дешёвый аттракцион (в смысле денег дорогой).

Norma
В жизни обычно Ж смотрит на М, представляет в голове, что будет с ним вытворять, облизывает свои губы, поворачивается и уходит. М принимает развратные импульсы и бежит за ней...

С Днём влюблённых!

14 февраля, 2016

На день влюблённых (14 февраля) - стихотворение **Терезы** *на тему любви и памяти, а также пародию* **RedMen** *на него - на тему любви и картошки. К последнему случаю и фото ниже (повтор) - это выкопала* **Миля** *у себя в огороде!*

psoranet.org

Тереза

ЛЮБОВНО-ШИЗОФРЕНИЧЕСКОЕ

Не забываю я тебя ни днём, ни ночью,
Ни в завтрак, ни в обед и даже без еды.
Твой облик пред глазами как воочью
Маниакально проецируют мечты.

Я вспоминаю о тебе в январский холод,
В осенний дождь, в июльскую жару.
Как ты силён, умён, красив и молод,
И трезвым и в похмелье поутру.

Я помню о тебе и в поезде и в самолёте,
В другой галактике, на северной звезде.
В движении, в покое иль в полёте,
Ну, в общем-то, практически везде!

PS.
И пусть Карнеги пальцем крутит у виска,
А турбо-суслик от бессилья злится!
От их псевдоучений у меня тоска,
Уж лучше в сновидениях забыться!

RedMen

ЛЮБОВНО-ГАСТРОНОМИЧЕСКОЕ

Я ем тебя прилежно днём и ночью,
То чинно, не спеша, без суеты,
То обуян голодной дикой злостью,
Но сколько я ни ем - не убываешь ты.

В осенний дождь вкушаю понемногу,
Лениво пробую в июльскую жару,
В январский холод, вот не вру, ей-Богу,
Подряд шесть порций без стесненья жру.

В мундире и укутанную в шубу,
Раздетую до томной наготы...
Ведь мы с тобой, пожалуй, однолюбы,
И сколько я ни ем - не убываешь ты.

...И пусть завистник злится от бессилья,
..Пускай иной тебя вменяет в грех -
..Когда тень голода свои раскроет крылья,
..Картошечка! ты вновь спасёшь нас всех.

www.psoranet.org

Д-р Комаровский. Грипп и ОРВИ: простейшая инструкция

16 февраля, 2016

"Призрак бродит по Европе..."(с), бродит вирус гриппа. Да и не только по Европе. Как уберечься от него, что делать, если заболели? - об этом в статье ***д-ра Комаровского Е.О.*** *При псориазе это тем более важно, так как вирусные заболевания - один из триггер-факторов, провоцирующих проявления псориаза.*

Люди, внимание!!!
Запомните самое главное: тактика ваших действий совершенно не зависит от того, как называется вирус. Грипп сезонный, свиной, слоновий, пандемический, вообще не грипп — это не важно. Важно лишь то, что это вирус, что он передается воздушно-капельным путем и что он поражает органы дыхания.

ПРОФИЛАКТИКА
Если вы (ваш ребенок) встретитесь с вирусом, а у вас нет в крови защитных антител, вы заболеете. Антитела появятся в одном из двух случаев: либо вы переболеете, либо вы привьетесь. Привившись, вы защитите себя не от вирусов вообще, а только от вируса гриппа.

1. Если имеете материальную возможность привиться (привить дитя) и смогли достать вакцину — прививайтесь, но при том условии, что для вакцинации не надо будет сидеть в сопливой толпе в поликлинике. Имеющиеся вакцины защищают от всех актуальных в этом году вариантов вируса гриппа.
2. Никаких лекарств и «народных средств» с доказанной профилактической эффективностью не существует. Т.е. никакой лук, никакой чеснок, никакая горилка и никакие глотаемые вами или засовываемые в дитя таблетки не способны защитить ни от какого-либо респираторного вируса вообще, ни от вируса гриппа в частности. Все, за чем вы убиваетесь в аптеках, все эти якобы противовирусные средства, якобы стимуляторы интерферонообразования, стимуляторы иммунитета и жутко полезные витамины — все это лекарства с недоказанной эффективностью, лекарства, удовлетворяющие главную ментальную потребность украинца («треба щось робити») и россиянина («надо что-то делать»).
   Основная польза всех этих лекарств — психотерапия. Вы верите, вам помогает — я рад за вас, только не надо штурмовать аптеки — оно того не стоит.
3. Источник вируса — человек и только человек. Чем меньше людей, тем меньше шансов заболеть. Пройтись остановку пешком, не пойти лишний раз в супермаркет — мудро!
4. Маска. Полезная штука, но не панацея. Желательно видеть ее на больном, если рядом здоровые: вирус она не задержит, но остановит капельки слюны, особо богатые вирусом. Здоровому не нужна.
5. Руки больного — источник вируса не менее значимый, чем рот и нос. Больной касается лица, вирус попадает на руки, больной хватает все вокруг, вы касаетесь этого всего рукой, — здравствуй, ОРВИ.
   Не трогайте свое лицо. Мойте руки, часто, много, постоянно носите с собой влажные дезинфицирующие гигиенические салфетки, мойте, трите, не ленитесь!
   Учитесь сами и учите детей, если уж нет платка, кашлять-чихать не в ладошку, а в локоть.
   Начальники! Официальным приказом введите в подчиненных вам коллективах запрет на рукопожатия.
   Пользуйтесь кредитными карточками. Бумажные деньги — источник распространения вирусов.

www.psoranet.org

6. Воздух!!! Вирусные частицы часами сохраняют свою активность в сухом теплом и неподвижном воздухе, но почти мгновенно разрушаются в воздухе прохладном, влажном и движущемся.
   Гулять можно сколько угодно. Подцепить вирус во время прогулки практически нереально. Поэтому, если уж вы вышли погулять, так не надо показушного хождения в маске по улицам. Уж лучше нормально подышите свежим воздухом.
   Оптимальные параметры воздуха в помещении — температура около 20 °C, влажность 50–70%. Обязательно частое и интенсивное сквозное проветривание помещений. Любая система отопления сушит воздух. Мойте пол. Включайте увлажнители воздуха. Настоятельно требуйте увлажнения воздуха и проветривания помещений в детских коллективах.
   Лучше теплее оденьтесь, но не включайте дополнительных обогревателей.
7. Состояние слизистых оболочек!!! В верхних дыхательных путях постоянно образуется слизь. Слизь обеспечивает функционирование т.н. местного иммунитета — защиты слизистых оболочек. Если слизь и слизистые оболочки пересыхают — работа местного иммунитета нарушается, вирусы, соответственно, с легкостью преодолевают защитный барьер ослабленного местного иммунитета, и человек заболевает при контакте с вирусом с многократно большей степенью вероятности. Главный враг местного иммунитета — сухой воздух, а также лекарства, способные высушивать слизистые оболочки. Поскольку вы не знаете, какие это лекарства (а это некоторые противоаллергические и почти все т.н. «комбинированные противопростудные средства»), так лучше не экспериментировать в принципе.
   Увлажняйте слизистые оболочки! Элементарно: 1 чайная ложка обычной поваренной соли на 1 литр кипяченой воды. Заливаете в любой флакон-пшикалку (например, из-под сосудосуживающих капель) и регулярно пшикаете в нос (чем суше, чем больше народу вокруг — тем чаще, хоть каждые 10 минут). Для той же цели можно купить в аптеке физиологический раствор или готовые солевые растворы для введения в носовые ходы: «Салин», «Аква марис», «Хьюмер», «Маример», «Носоль» и т.д. Главное — не жалейте! Капайте, пшикайте, особенно тогда, когда из дома (из сухого помещения) вы идете туда, где много людей, особенно если вы сидите в коридоре поликлиники.
   Вышеупомянутым солевым раствором также регулярно полощите рот.
   В отношении профилактики это все.

ЛЕЧЕНИЕ

Фактически единственным препаратом, способным разрушить вирус гриппа, является озельтамивир, коммерческое имя — «Тамифлю». Теоретически есть еще одно лекарство (занамивир), но оно используется лишь ингаляционно, да и шансов увидеть его в нашей стране немного.

«Тамифлю» реально разрушает вирус, блокируя белок нейраминидазу (ту самую N в названии H1N1).

«Тамифлю» не едят все подряд при любом чихе. Это и недешево, и побочных явлений много, да и смысла не имеет. «Тамифлю» используют тогда, когда болезнь протекает тяжело (признаки тяжелой ОРВИ врачи знают) или когда даже легко заболевает человек из группы риска — старики, астматики, диабетики (кто относится к группам риска, врачи тоже знают). Суть: если показан «Тамифлю», то показано как минимум наблюдение врача и, как правило, нужна госпитализация. Неудивительно, что с максимально возможной вероятностью «Тамифлю», поступающий в нашу страну, будет распределяться по стационарам, а не по аптекам (хотя все может быть).

Эффективность при ОРВИ и гриппе других противовирусных средств весьма сомнительна (это самое дипломатичное из доступных определений).

Лечение ОРВИ вообще и гриппа в частности — это не глотание таблеток! Это создание таких условий, чтобы организм легко с вирусом справился.

www.psoranet.org

ПРАВИЛА ЛЕЧЕНИЯ

1. Тепло одеться, но в комнате прохладно и влажно. Температура 18–20 °С (лучше 16, чем 22), влажность 50–70% (лучше 80, чем 30). Мыть полы, увлажнять, проветривать.
2. Категорически не заставлять есть. Если просит (если хочется) — легкое, углеводное, жидкое.
3. Пить (поить). Пить (поить). Пить (поить)!!!
   Температура жидкости равна температуре тела. Пить много. Компоты, морсы, чай (в чай мелко порезать яблочко), отвары изюма, кураги. Если дитя перебирает — это буду, а это нет — пусть пьет что угодно, лишь бы пил. Идеально для питья — готовые растворы для пероральной регидратации. Продаются в аптеках и должны там быть: «Регидрон», «Хумана электролит», «Гастролит», «Нормогидрон» и т.д. Покупайте, разводите по инструкции, поите.
4. В нос часто капайте-пшикайте солевые растворы.
5. Все «отвлекающие процедуры» (банки, горчичники, размазывание по телу жира несчастных животных — коз, барсуков и т.д.) — классический совковый садизм и опять-таки психотерапия («надо что-то делать»). Парить детям ноги (доливая кипяток в тазик), делать паровые ингаляции над чайником или кастрюлькой, растирать детей спиртосодержащими жидкостями — безумный родительский бандитизм.
6. Если надумали бороться с высокой температурой — только парацетамол или ибупрофен. Категорически нельзя аспирин!
   Главная беда в том, что тепло одеть, увлажнить, проветрить, не пихать еду и напоить — это по-нашенски называется «не лечить», а «лечить» — это послать папу в аптеку...
7. При поражении верхних дыхательных путей (нос, горло, гортань) никакие отхаркивающие средства не нужны — они только усилят кашель. Поражение нижних дыхательных путей (бронхиты, пневмонии) вообще не имеет к самолечению никакого отношения. Лекарства, угнетающие кашель (в инструкции написано «противокашлевое действие»), — нельзя категорически»!!!
8. Противоаллергические средства не имеют к лечению ОРВИ никакого отношения.
9. Вирусные инфекции не лечатся антибиотиками. Антибиотики не уменьшают, а увеличивают риск осложнений.
10. Все интерфероны для местного применения и для глотания внутрь — лекарства с недоказанной эффективностью или «лекарства» с доказанной неэффективностью.
11. Гомеопатия — это не лечение травами, а лечение заряженной водой. Безопасно. Психотерапия (надо что-то делать).

КОГДА НУЖЕН ВРАЧ

ВСЕГДА!!!

Но это нереально. Поэтому перечисляем ситуации, когда ВРАЧ НУЖЕН ОБЯЗАТЕЛЬНО:

• отсутствие улучшений на четвертый день болезни;

• повышенная температура тела на седьмой день болезни;

• ухудшение после улучшения;

• выраженная тяжесть состояния при умеренных симптомах ОРВИ;

• появление изолированно или в сочетании: бледности кожи; жажды, одышки, интенсивной боли, гнойных выделений;

• усиление кашля, снижение его продуктивности; глубокий вдох приводит к приступу кашля;

• при повышении температуры тела не помогают, практически не помогают или очень ненадолго помогают парацетамол и ибупрофен.

ВРАЧ НУЖЕН ОБЯЗАТЕЛЬНО И СРОЧНО, если наблюдаются:

• потеря сознания;

• судороги;

www.psoranet.org

• признаки дыхательной недостаточности (затрудненное дыхание, одышка, ощущение нехватки воздуха);
• интенсивная боль где угодно;
• даже умеренная боль в горле при отсутствии насморка (боль в горле + сухой нос — это зачастую симптом ангины, которая требует врача и антибиотика);
• даже умеренная головная боль в сочетании со рвотой;
• отечность шеи;
• сыпь, которая не исчезает при надавливании на нее;
• температура тела выше 39 °C, которая не начинает снижаться через 30 минут после применения жаропонижающих средств;
• любое повышение температуры тела в сочетании с ознобом и бледностью кожи.

Это лучше, чем стоять в очереди в аптеку и менять кровное на ненужное…

О "заморских" лекарствах и швейцарских врачах

18 февраля, 2016

Отдельные истории участников нашего форума, позволяющие сделать заключения о поведении псориаза, его лечении, профилактике и др. Сегодня **servette** *рассказывает о своём лечении, в том числе в других странах.*
См. также краткие отзывы участников о лечении за рубежом - http://psora.net/?p=5703.

servette
На форуме примерно с 2012 г., спасибо за массу полезной информации, что почерпнул благодаря вам! Мой псориаз тоже с 2012 г., в основном на голенях, в стадии обострения скопление больших и малых пятен общим размером чуть меньше ладони. Понятное дело - паника, врач, гормональные, никакой строгой диеты, никакого эффекта. Когда заболел ангиной, пятна стали появляться по всему телу, и я понял, что дело серьёзное.
Первый успешный опыт - 6 месяцев строго на диете Пегано + Магнипсор + ванны с солью (обычной). Итог: похудел на 10 кг (75-10=65), пятна совсем ушли. На радостях, как водится, диета сошла на нет, и через 8 месяцев очаги начали появляться снова. Сел снова на Пегано на 6-8 месяцев, но не так радикально (кроме алкоголя, изредка позволял отклонения) + Карталин. Итог: небольшие созвездия пятен оставались. Диета сошла на нет, псориаз постепенно вернулся.
С 2013 г. по работе переехал в Европу. Стало возможным покупать лекарства, которые сложно достать в России:
- Покупал тюбик Dermalex - мазь от псориаза некортизоновая. Без рецепта. Отзывы хорошие, но мне не помогла.
- В американском amazon лучшие отзывы были о мази MG217 на основе угольной смолы (coal tar). Без рецепта. Мне нравится, после неё хлопья не образуются, очень хорошо смягчает, не такой вонючий и пачкучий, как карталин и особенно магнипсор. Но мажу уже долго, эффект стал меньше.
Решил сходить к местному дерматологу в обычную больницу (Швейцария). Итог: прописал известный всем Daivobet от LEO-farma. Решил попробовать - мало ли, заморский... 4 недели, эффект минимален, правда, я

www.psoranet.org

диету не держал. Следующий приём у врача. Сказала, если это не помогло, то хорошие отзывы у пациентов о Betesil-пластыри с тем же 2.250 мг бетаметазоном, держать 2 недели по 23 часа на поражённых участках. В рунете никакой информации не нашёл, в западной прессе в целом положительные отзывы. Ещё не начал курс. Надо заметить, что дорогие они весьма!
- Был в Индии, сказали, что есть аюрведические масла из Кералы, которые помогают. Названий много (Psoria), по сути смесь листьев листьев wrightia tinctoria, произрастающих в Азии, настоянных на кокосовом масле. Наносить на поражённые места минут на 20-30 перед душем, не очень удобно. Не пробовал ещё.
Мое резюме. Проблема глобальная, нельзя сказать, где-то лучше с этим, где-то хуже - средств разных куча, всё индивидуально. Швейцарские врачи такие же традиционалисты, как и наши.
Диета Пегано - хорошо, но без фанатизма, иногда можно позволять небольшие отступления, иначе будешь нервничать и расстраиваться, что нехорошо при псориазе. Алкоголь - плохо. Зима и сухой воздух от батарей - плохо. Активный образ жизни и занятия спортом - очень хорошо.

ddSat
Спорт - плохо, физкультура - хорошо. Спорт - это погоня за результатом, достижениями, анаболики, допинг, инвалидность и смерть в молодом возрасте.

"Кризис цветной капусты" или Цветная капуста с чесночным маслом и сыром

20 февраля, 2016

Бывают всякие удивительные события в жизни. Например, мой муж решил сделать закупку продуктов. Дело было в 90-х. Я попросила купить молока. Муж пришел радостный с полной банкой сметаны, сказал, что ни молока, ни других продуктов не было, зато сметаны было вдоволь. Это меня насторожило. Разумеется, выяснилась, что за ночь сметана подорожала в несколько раз.
Почему я это рассказываю? С месяц назад муж решил сделать закупку продуктов. Всё замечательно, принёс всё что надо и вдобавок - цветную капусту. Капуста и капуста.

www.psoranet.org

Я решила приготовить что-нибудь новенькое. Зашла в интернет, набрала cauliflower и зачиталась. Оказалось, в Канаде так называемая "великая паника цветной капусты". Цена на неё выросла чуть более чем в 2 раза (с $3.99 за 400 г до $8.99).
Заголовки пестрят сообщениями: "Реальная причина великой паники Цветной капусты 2016" ("The real reason behind the great Cauliflower Panic of 2016"), "Как цена на цветную капусту стала сравнима со стоимостью отборного мяса?" (How did cauliflower come to cost as much as a pound of grass-fed ground beef?), "Является ли цветная капуста новой "икрой" ?" (Is cauliflower the new caviar?).
Новость, что повар Кевин Гилмор был вынужден удалить из меню его фирменное блюдо - $18 запечённый целиком кочан цветной капусты, фаршированный сыром Халлуми и увенчанный тахинным соусом, кедровыми орехами и гранатовыми семенами - часто повторяемая в СМИ, стала метафорой коллективной потери. Не желая поднимать цену на блюдо, повар заменил капусту на сквош. Посетители были недовольны, "Мы ждали два года, чтобы приехать сюда и попробовать капусту! Что вы имеете в виду? Мы не можем получить цветную капусту?".

На этом моменте увлечённого чтения я вдруг сообразила, что времени на эксперимент больше нет, быстренько поставила варить полкочана капусты и продолжила читать, но уже про повара, ресторан и фирменное блюдо. Что за 2 года? Неужели там такая очередь? Оказалось, что это скорее реклама, чем истинное положение дел. Fat Pasha - это очень хороший маленький ресторанчик, но не мишленовский, и очередь там обычная. Сделал себе рекламу в удачный момент. Хотя хорошие отзывы об этом блюде действительно были и до "паники". Обсуждения его блюда можно найти в отзывах ресторанных гуру .
Вот ссылка, как он готовит своё знаменитое блюдо: https://www.youtube.com/watch?v=ScSkJ2UcBfU .
Краткий перевод: немного отварить (около 3-х минут), надрезать, полить маслом, далее в духовку на 25 мин., далее сыр в середину, соусы, орешки и зёрнышки. Все понятно по видеоролику.

Ресторанчик и знаменитое блюдо:

А нам пришлось довольствоваться обычной вкусной вареной цветной капустой. Правда, под влиянием Кевина я добавила сыр, да и масло использовала чесночное. Вот, кстати, состав чесночного масла:

P.S. Новый интересный рецепт я всё-таки нашла. Скоро будет.
Уайта

Renina: "Что произошло и можно ли изменить технику ныряния?"

22 февраля, 2016

*В разделе Дневники участников форума представлены отдельные истории участников о лечении псориаза и псориатического артрита, обсуждение именно их случаев применения средств и методов лечения, а также полученных при этом результатов. Сегодня участник форума **Renina** делится информацией о состоянии кожи, лечении и сопутствующих проблемах за период с октября прошлого года по февраль с.г.*

Очень долго я ничего не писала в дневнике. Объяснила себе это тем, что коэффициент насыщенности событий в реальной жизни (не онлайн) стал настолько насыщенным, что даже важное сложно выделить, чтобы описать.
Вот февральским вечером поняла, что есть желание почитать новости форума и продолжить дневник.
Это как после погружения на глубину - вынырнула - отдышалась - осмысливаю, а что произошло и можно ли изменить технику ныряния?

Полгода почти регулярных занятий на саксофоне дают первые результаты, заметные соседям - мелодия *happy birthday* больше не звучит как заунылая песнь Ярославны, а вполне жизнерадостно. Хиты *Baker Street* и *Smoke on the water* оказались чуть легче после 50 повторений, и совершенству нет предела. Самым увлекательным для меня стала игра под метроном - он раздражал, и я сменила почти десяток, пока не нашла те звуки, от которых успокаиваешься и медитируешь. От большинства наступал нервный тик и почесуха - а это уже нехорошо для нервной системы и кожи.

И вот состояние кожи меня очень удивляет с октября месяца:

1) В сентябре-октябре я проходила стационарное лечение и завершила его с PASI 0,3%.
Стала ходить на поддерживающий курс UVB. И вот на 17-ом сеансе чувствую - заболеваю, горло болит, температура, насморк. Ем лимоны, пью много воды, становится лучше. Иду с перерывом в 4 дня на 18-ый сеанс. Снова как будто заболеваю.
Сдаю анализы. Привет доказательной медицине!!! Мазок из горла показывает рост стрептококков и стафилококков.
А пока 6 дней ждали результаты - пятна псориаза стали возвращаться, через неделю PASI около 4. Такого у меня не было никогда... почти депрессия.

2) Решение было - отложить лечение кожи и завершить историю с миндалинами.
Я сделала 5 промываний раствором антибиотика Ципринол, пила ципрофлоксацин курсом в 5 дней и потом промывала рот хлорофиллиптом.
На 5-ое промывание (через 2 недели) пятна прошли опять почти полностью!. Я была в шоке несколько дней. В это время снились кошмары, что я почти вся покрыта псориазом, просыпалась в поту, открывала настежь окна, пила воду, уверяла себя, что это сон и какие-то глубинные страхи. Как-то успокаивалась и спала дальше.

3) Ноябрь, декабрь и январь так и прошли для меня - очень стремительные качели - пятна появляются, пятна почти уходят, снова багровеют и чешутся, белеют и уходят. Состояние очень странное. Один этап

www.psoranet.org

длится 10-14 дней. Ну и в какой-то момент я просто "забила" на лечение и обследования. Было много других интересных дел - семейных, рабочих, личных. :)

4) Доктор предложила посмотреть календарь циклов и была замечена связь - в период овуляции пятна почти проходят. Ближе к началу цикла - очень обостряются. Сдала все возможные тесты на гормоны - в норме.

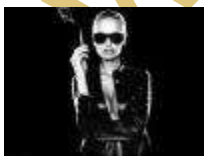
5) И вот с 9 февраля начинается второй курс промывания миндалин. **Оказалось, что нельзя просто удалить миндалины!** - оно и понятно, мало ли что хотят пациенты за деньги удалить... Только после 3-х промываний, не приносящих эффекта, врач может назначить удаление или частичную резекцию.

Близкий друг дал мне кличку "Профессиональный больной", когда я начала ему поэтапно рассказывать, как добиться для своей мамы лечения по ВМП и санатория, хотя бы в зимнее время... Предложил написать инструкцию для простого человека по взаимодействию с российской системной здравоохранения. На 1 минуту мне было приятно. Но заглянув в себя глубже, знаю, что согласна свести это взаимодействие к минимуму - только плановые осмотры у стоматолога и гинеколога.
И на сегодня я вообще слабо уже представляю, что будет с псориазом в моей личной истории через полгода, но жутко интересно на это посмотреть! Я в предвкушении.
С обливаниями временно закончила, от пробежек перешла к быстрым прогулкам и растяжкам, нашла ОЧЕНЬ КЛАССНОГО массажиста-миолога, а также сходила после долгого перерыва к остеопату. И в какой-то момент случился глюк сознания: "о боже, это же такие деньги!" - и в то же время понимаю, что эти деньги - это моя большая благодарность и признательность за услуги, за труд, за помощь.
Стою после сауны в раздевалке и думаю: "о боже, сколько пятен, даже плакать хочется", а через мгновение: "ну это же мои пятна, моё тело, вот такое есть, такое единственное, созданное мной" - и потом продолжается ещё много философско-эзотерических изысканий и размышлений...

Псориаз ВЧГ. "Заметное улучшение началось после следующих действий..."

24 февраля, 2016

Краткие сообщения участников форума о ремиссиях и обострениях, применяемых средствах и методах, о личных наблюдениях и выводах. Сегодня **Yuliya85** *рассказывает, как она довольно случайно отыскала "свою" методику устранения псориаза на волосистой части головы (ВЧГ), и к каким "мегарезультатам" это привело.*



Yuliya85

Ура!.. ура!.. и ещё раз ура! Конечно, полностью я не убрала псориаз с головы. Но, друзья, после того, что у меня было (когда слезла с гормоналок) - сейчас просто рай.... А оказалось всё очень просто, даже сама в шоке... Готовилась к худшему, перепробовала все дегтярные шампуни, мази и просто кремы

www.psoranet.org

увлажняющие... и т.д. и т.п.
А улучшение началось, и причём заметное, после следующих действий. Когда я уже отчаялась, **случайно** зашла в магазинчик "Дары природы", рядом с домом открылся, и там есть "Фиточай №60 при псориазе". Решила попробовать, мне уже, если честно, всё равно было... но, видимо, какая-то надежда теплилась, раз купила. Так и начала пить этот чай, голову мазала кремом Липобейз (кстати, очень классный крем, хорошо увлажняет и даже снимает лёгкий налет, если под плёночку) каждый день (ну или через день если не получалось каждый), а голову мою обычным Джонсоном (теперь покупаю с ребёнком на двоих) и мне он, оказалось, очень подходит.
В общем, не знаю, что именно мне помогает, но на ВЧГ практически ничего нет, бывает лёгкий зуд и шелушение, слабое покраснение. но и то после того, как переела чего-то или перепила. **В целом для меня это просто мегарезультат.** На теле тоже остались только дежурные небольшие, жду лета и солнышка, надеюсь, уберу и их. Неизменны остались только ногти. Но и к ним я уже привыкла...

Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 173

26 февраля, 2016

Галерея "Фото участников форума"

www.psoranet.org

"Найден идеальный вид спорта для людей с артритом - stand up paddling...". Фото: **A_112**
(см. подробности в теме http://psoranet.org/topic/4638/)

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

#173

Norma
Я имела в виду, что "подручные средства" - это рядом лежащие дамы.

ddSat
... нам с RedMen'ом Уайта запретила заниматься спарринг-троллингом.

Олег777
Володя, вы где? Пошли в гараж за свеклой и пропали...

help
... колея - это дополнительная специальная система, освобождающая руки и ноги водителю.

www.ps

zoombi74
Бывшая супруга больше на меня не орёт, замуж не вышла, я не женился, о разводе она уже пожалела, теперь долбит дочке, что не надо никогда разводиться - ну хоть какой-то толк...

Очередной
Вывод один - всё приходящее и уходящее, а псориаз - он или есть, или временно отсутствует.

Львёнок
Могу дать (по секрету) телефон тётки, которую искал всю жизнь.

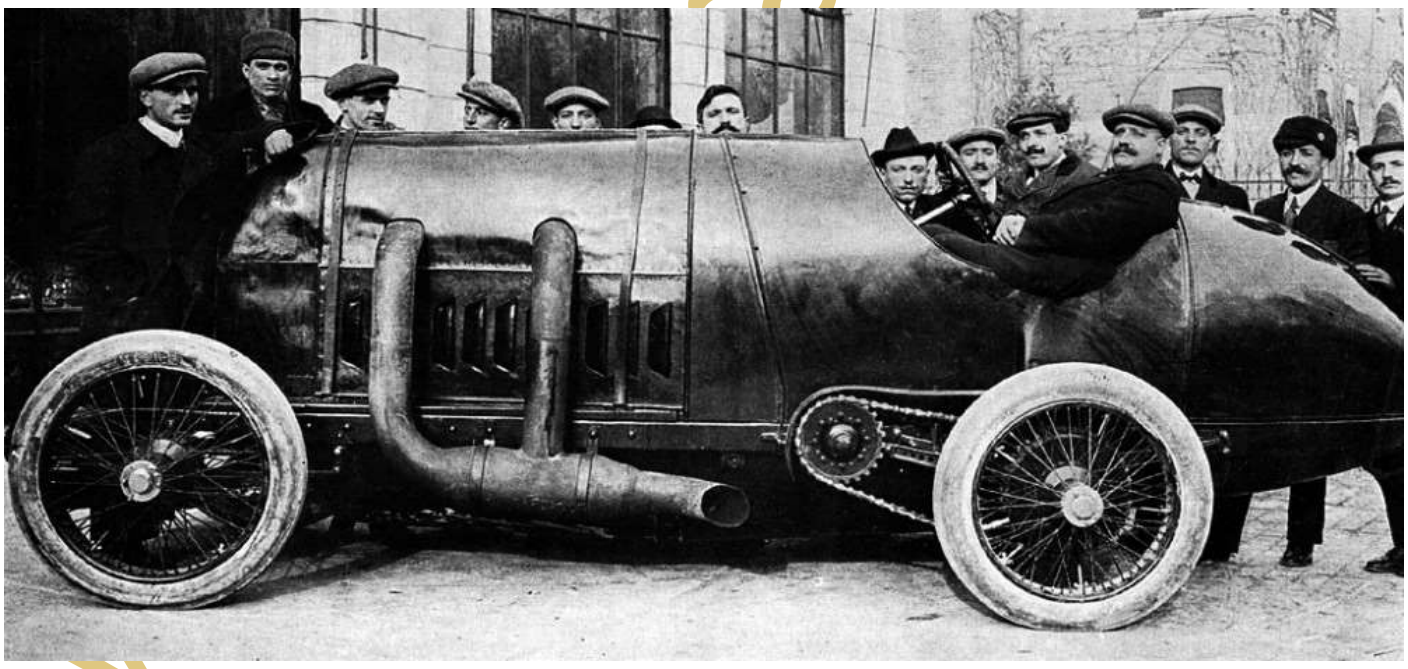
Большие гонки 1910 – 1919 год

psoranet.org

28 февраля, 2016

Оригинал взят у **sahallin** в Большие гонки 1910 – 1919 год

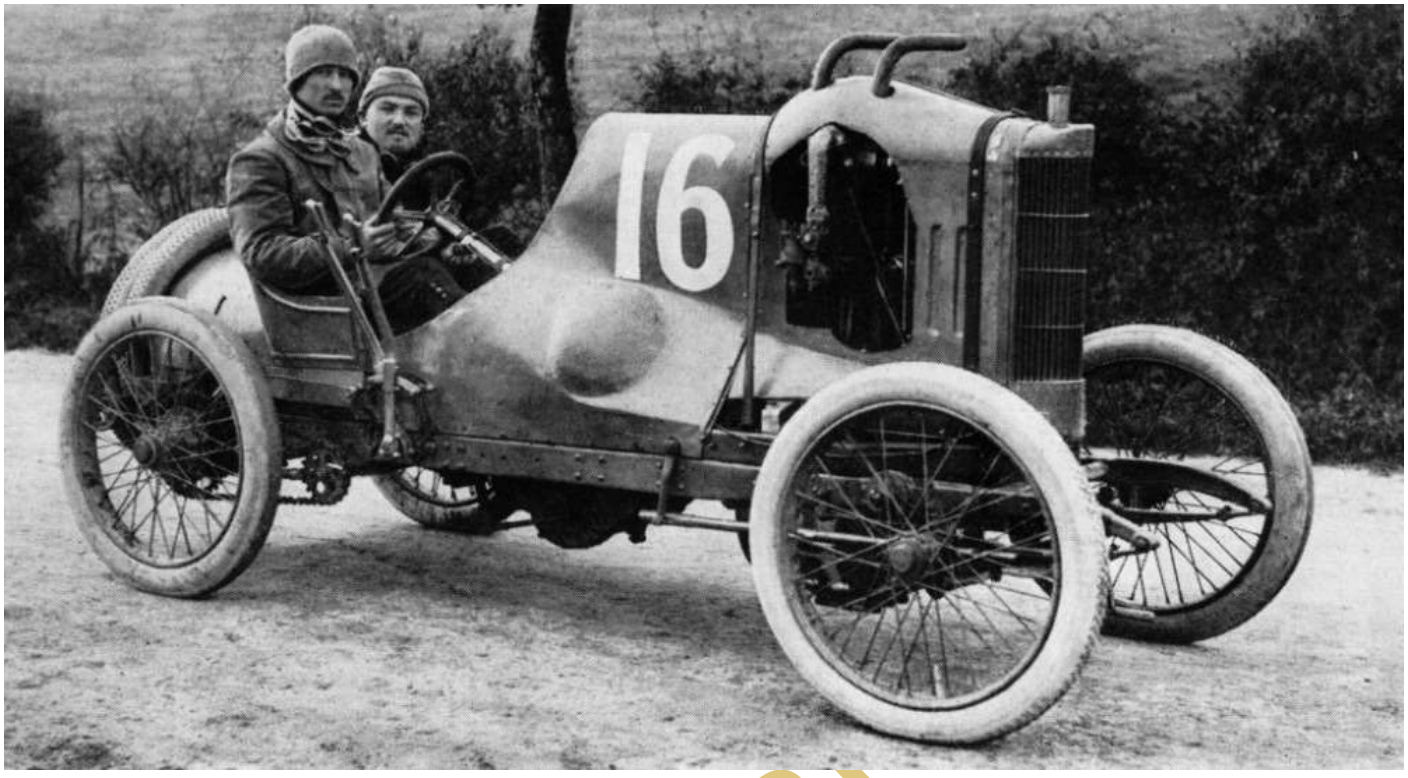
БОЛЬШИЕ ГОНКИ 1910 – 1919 ГОД



Гоночный монстр фирмы Фиат/ Fiat 1912 год. Обратите внимание на мощнейшую выхлопную трубу, представляю, какой рев стоял во время гонок, наверное как при взлете реактивного самолета. Кстати, далее на снимках вы увидите, что на многих гоночных автомобилях того времени стояли мощные выхлопные трубы.

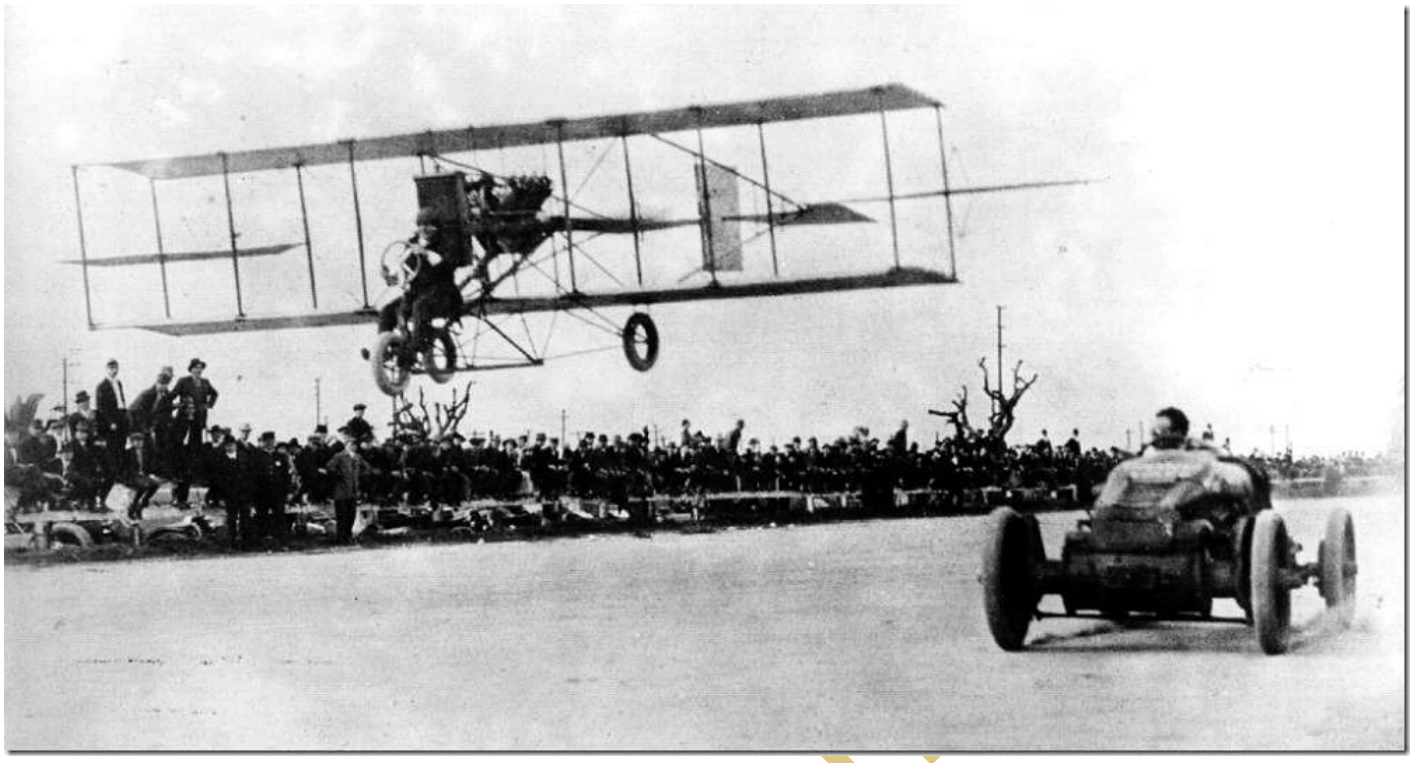
Во время гонок. Здесь надо пояснить, экипаж гоночного автомобиля состоял из двух человек, водителя и механика. Поскольку автомобили того времени довольно часто ломались во время гонок, в основном это касалось двигателя и ходовой части. И если поломка не приводила к тяжким последствиям, то экипаж останавливал машину, водитель с механиком выскакивали и тут же на трассе начинали чинить автомобиль. Если удавалось быстро починить автомобиль, то гонка продолжалась. В следующей серии фотографий вы увидите, как экипаж чинит свои машины во время гонок. Также вы видите, что водитель и механик находятся в открытой ничем не защищенной кабине, они сидят в каких-то утлых сидениях, не пристегнуты ремнями. Напомню, что гоночные автомобили тогда уже развивали скорость до 200 км/ч, и если водитель не справлялся с управлением или происходила какая то авария, то шансов выжить у экипажа практически не было.Действительно, гонками тогда могли заниматься только отчаянные храбрецы. Давайте мысленно снимем шляпу перед этим безумством храбрых.

www.ps



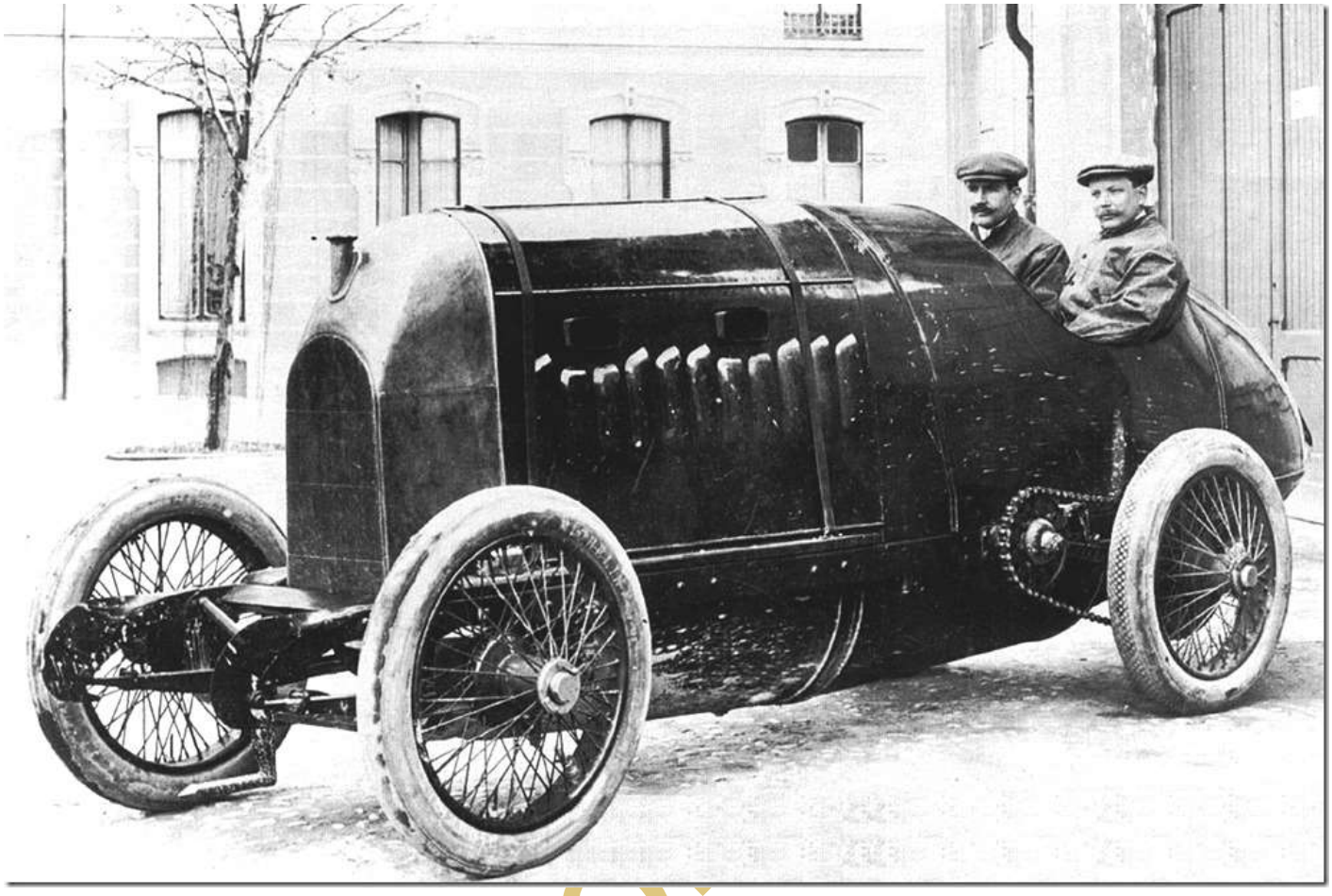
Гоночный “трактор” фирмы Пежо/ Peugeot 1910 год. Обратите внимание, справа от водителя на внешней стороне корпуса автомобиля находятся два рычага, рычаг переключения скорости и рычаг ручного тормоза. Такая схема расположения рычагов существовала практически на всех автомобилях того времени и если я не ошибаюсь лишь только в начале 1920-х годов эти рычаги были перенесены внутрь кабины. Да и то первоначально это вызвало нарекания автолюбителей, дескать эти рычаги путаются под ногами и мешают управлению. Внутри кабины кроме руля также был стандартный набор педалей, педаль газа, сцепления и тормоза. Приборная доска в автомобилях появилась только в 20-х годах прошлого века.

www.psora



Кто быстрее аэроплан или автомобиль? Гонки на скорость в Лос –Анжелесе в 1914 году, между гоночным автомобилем Кристи и бипланом Кертисс. Как ни странно, но зачастую автомобили того времени были быстрее аэропланов. Поскольку некоторые гоночные автомобили уже тогда развивали скорость до 200 км/ч, в то время как средняя скорость аэропланов составляла 80 –120 км/ч.Обратите внимание как сидит летчик, он фактически сидит на крыле самолета, без какой либо кабины и в руках у него обычный автомобильный штурвал. Вот уж действительно, безумству храбрых, поем мы песню.

www.psoranet

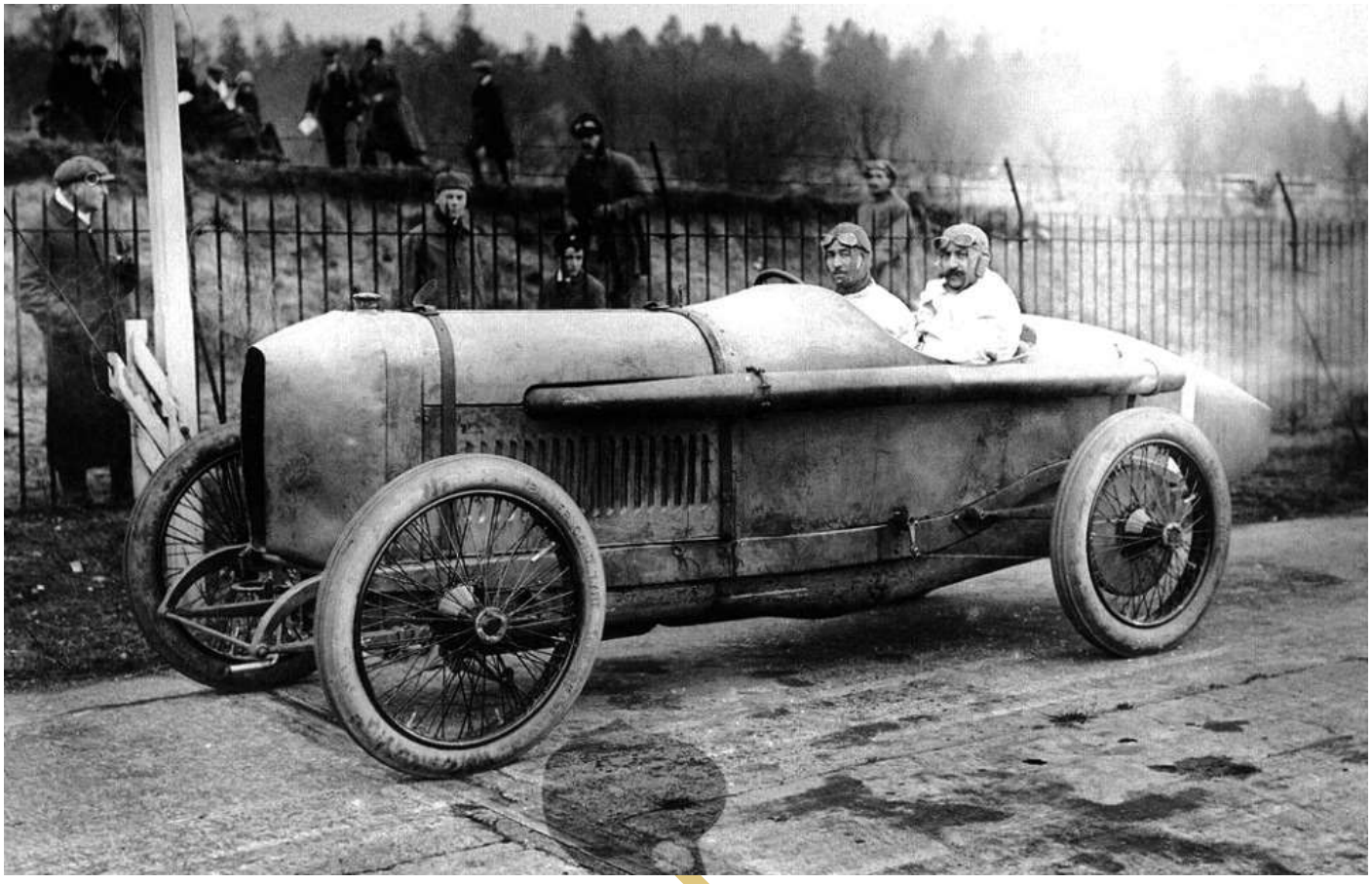


Ещё один монстр от Фиата 1911 год. Обратите внимание практически на всех автомобилях тогда была цепная передача. Хотя коленвал был изобретен уже давно, в массовом производстве в начале 20-го века он мало применялся. Считалось что цепная передача проще и надёжнее.

www.psor

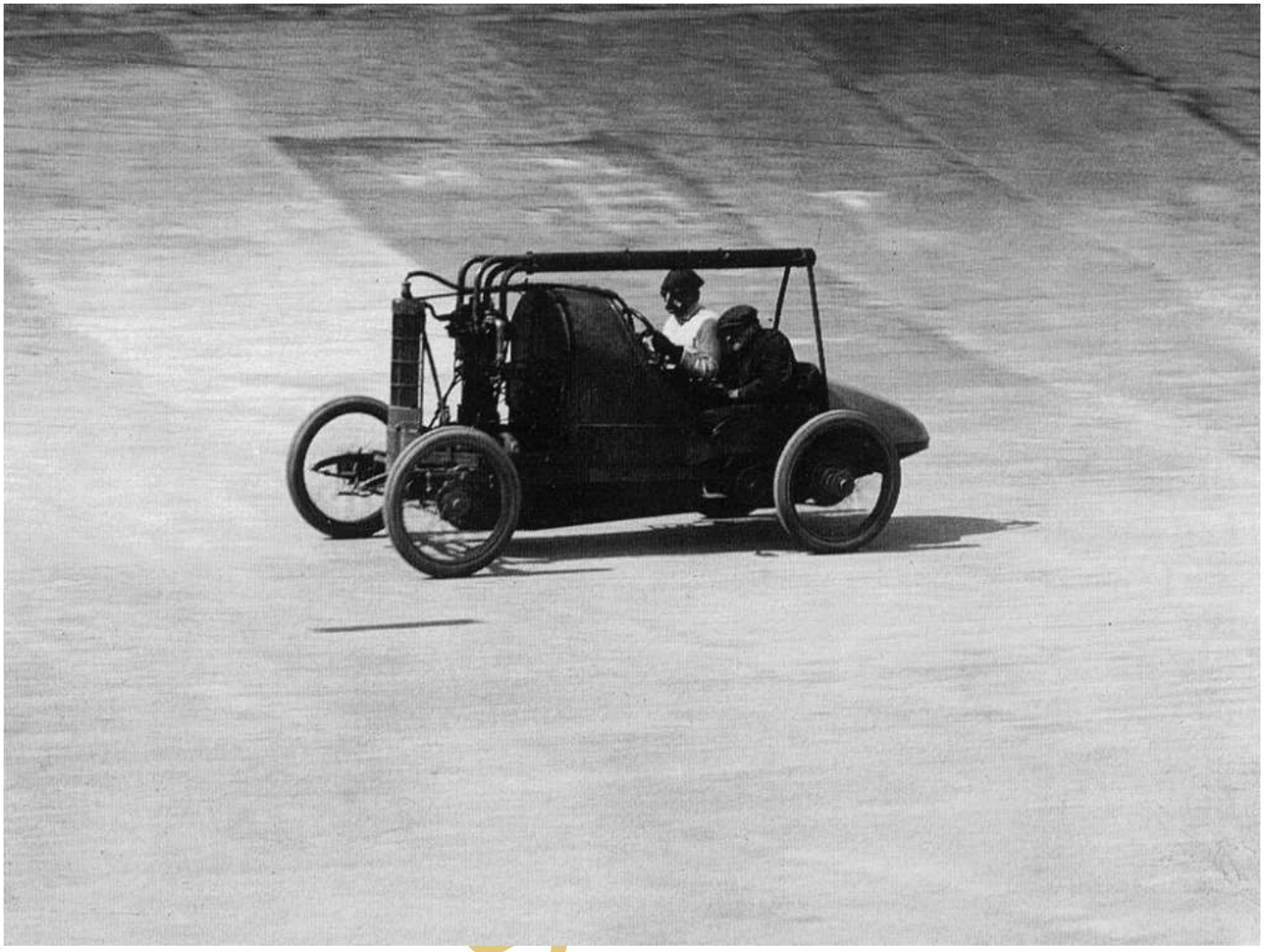
Автомобиль фирмы Бентли/ Bentley 1914 год, с литыми колесами, что было редкостью в те годы. Также следует заметить что колеса были покрыты цельнолитой резиной, сделанной из натурального каучука и хотя пневматические шины были изобретены уже давно, они не пользовались популярностью ввиду их недолговечности и ненадежности. Учитывая несовершенную рессорную подвеску и литую резину на колесах, машину в следствии этого на кочках и ухабах трясло нещадно.

www.ps



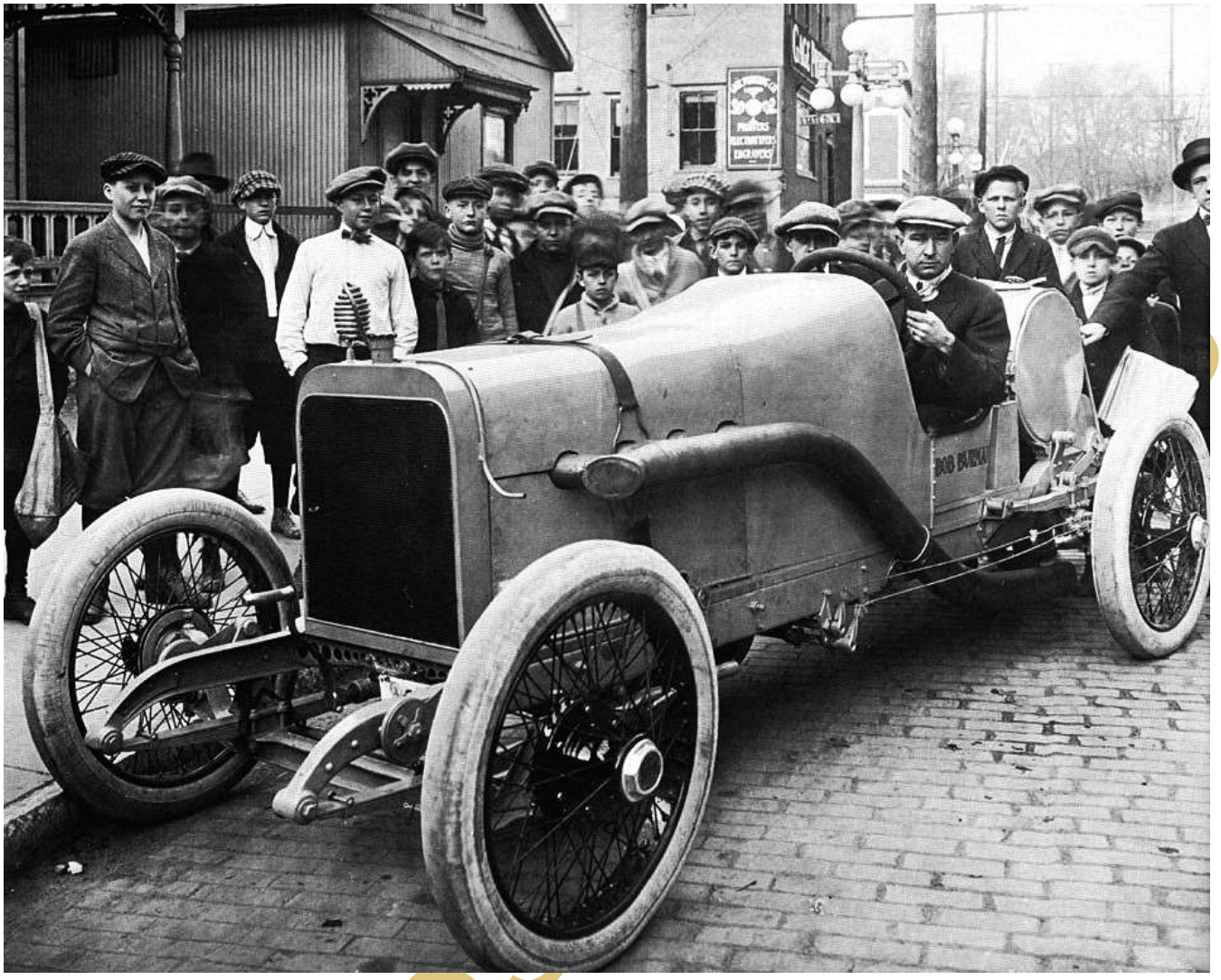
Гоночный автомобиль фирмы Пежо/ Peugeot 1913 год. Также хотел обратить внимание что колеса из цельнолитой резины на автомобилях того времени были белого цвета. На последующих снимках это хорошо видно, что на многих автомобилях колеса белого цвета, поскольку они были сделаны из натурального каучука и в него еще не добавляли углеродный наполнитель для повышения прочности.

www.psor



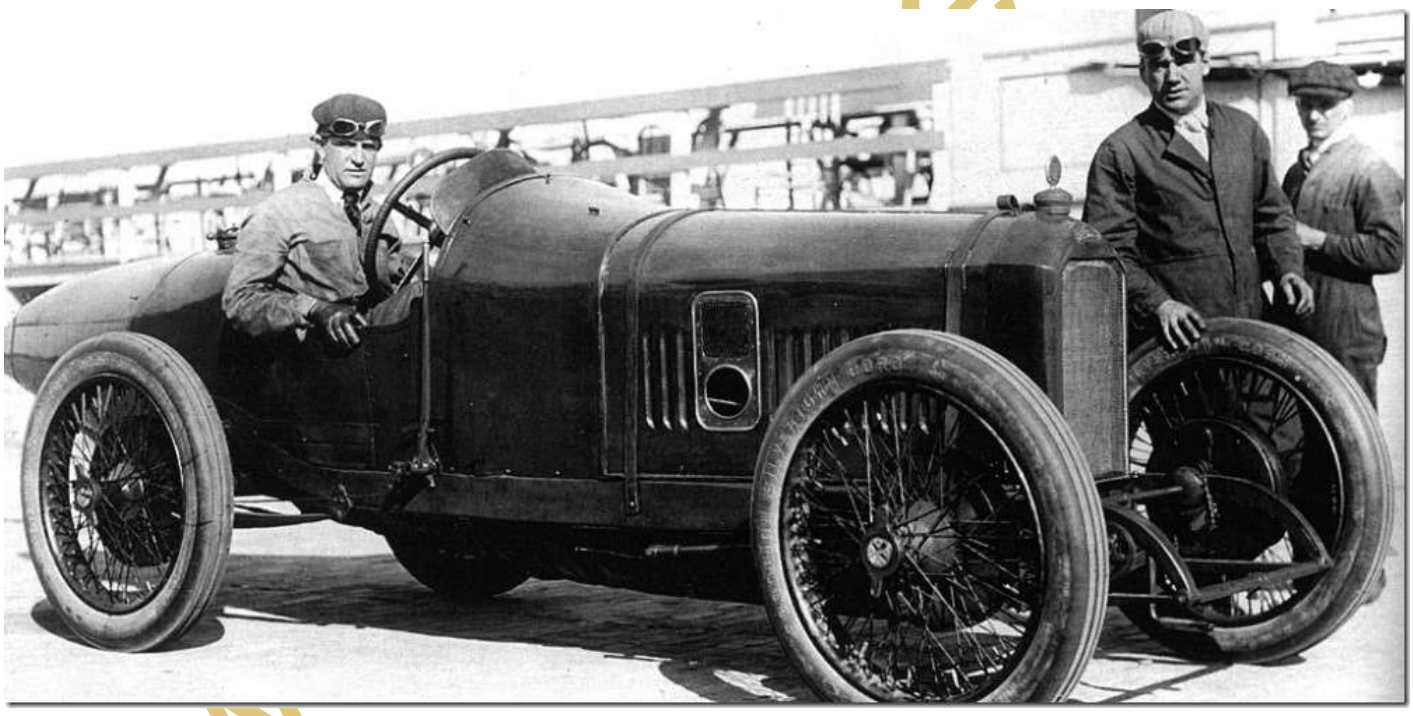
Нечто непонятное, но резво мчится :))

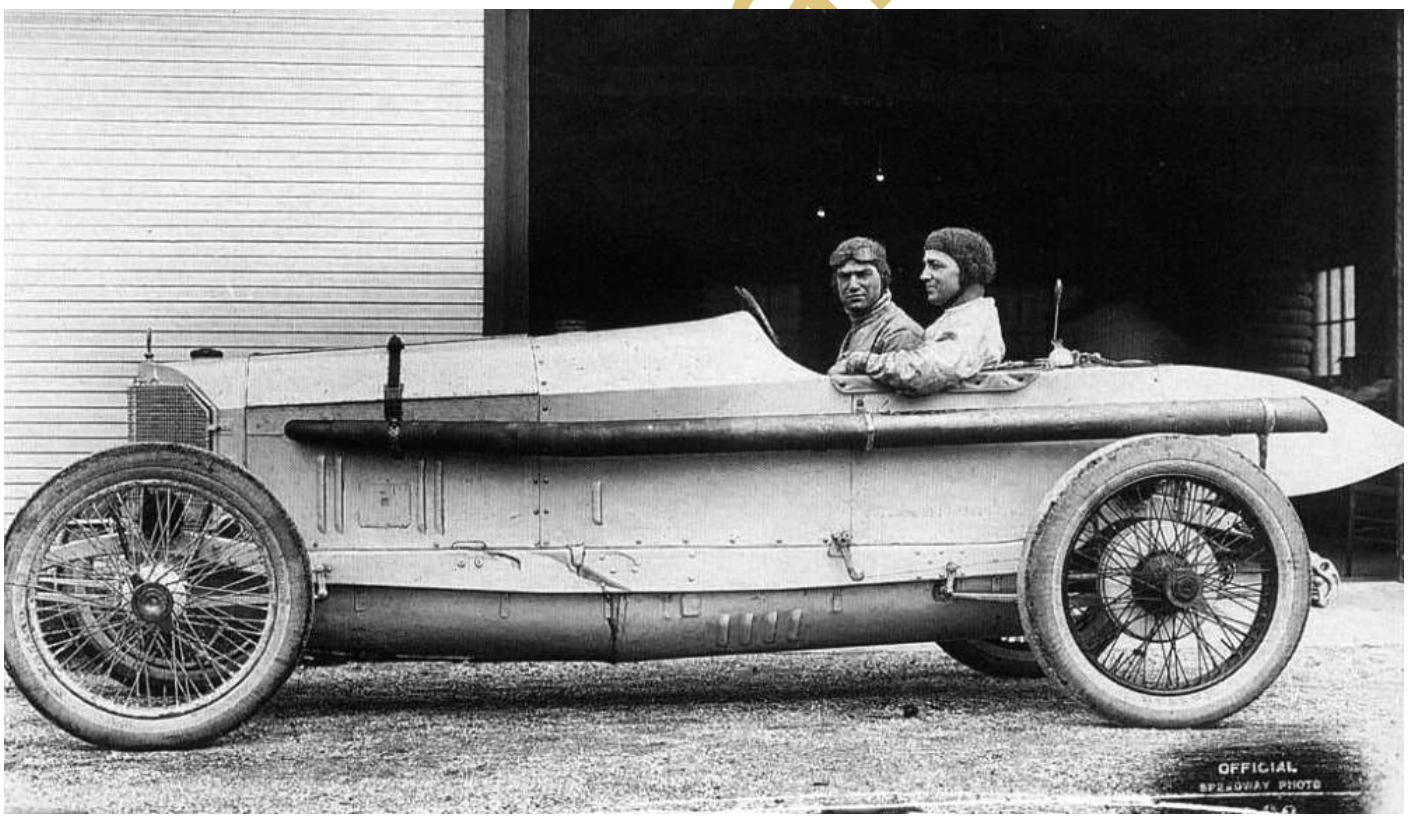
www.ps

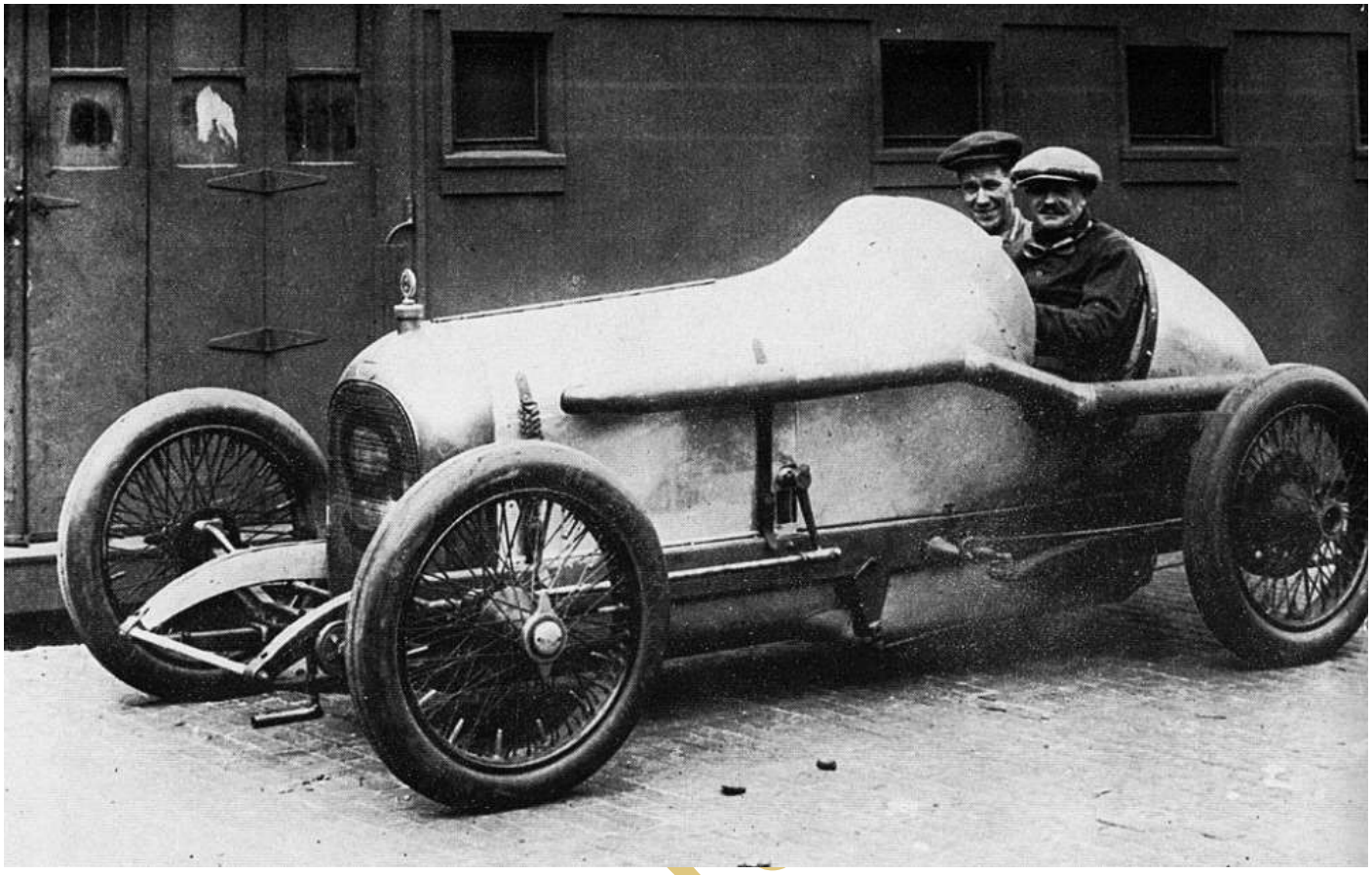


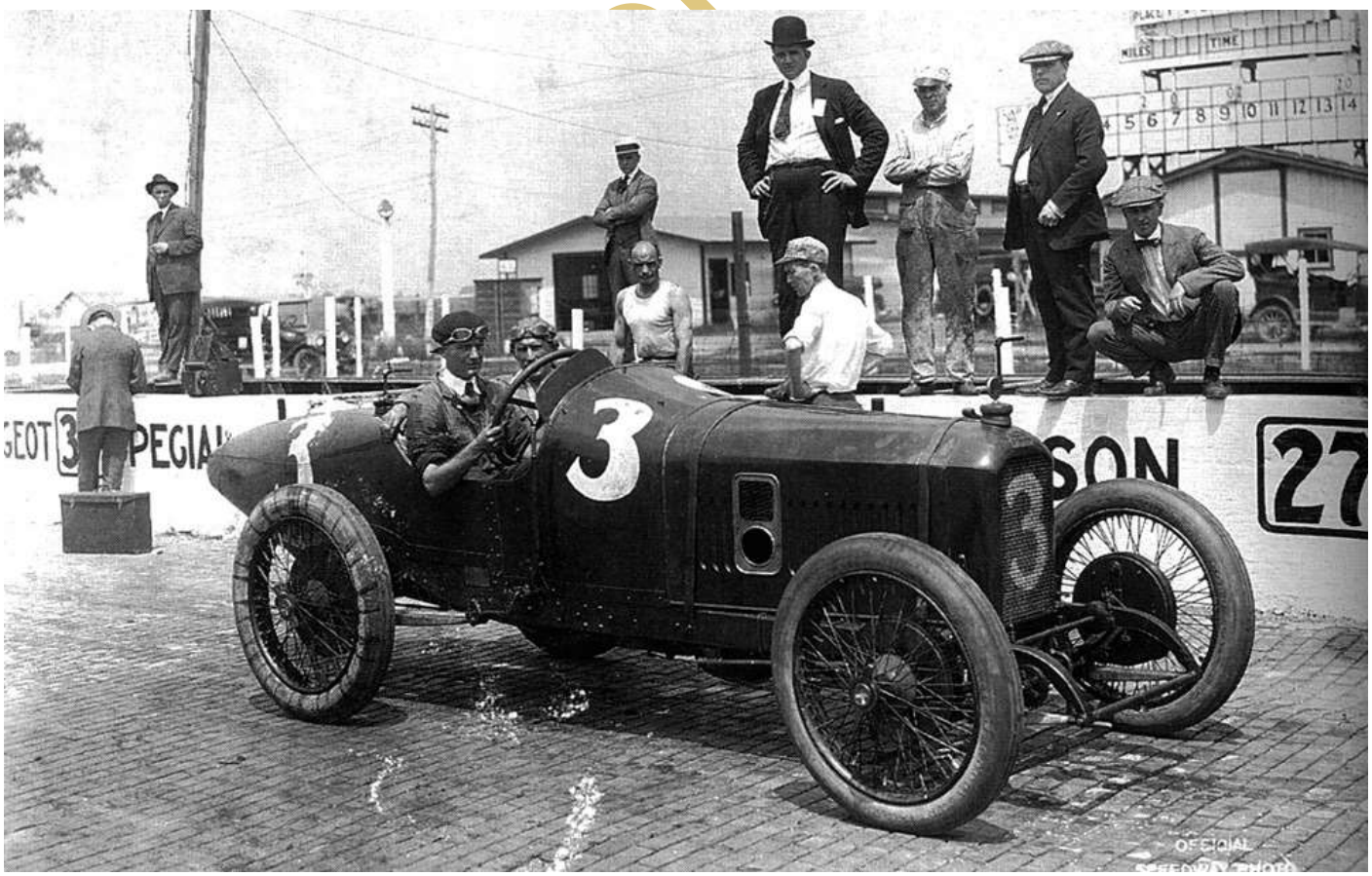
Далее я представляю подборку фотографий гоночных автомобилей сделанных в разное время в разных странах, в основном США и Западной Европе в период 1909 – 1919 год. Поскольку я не являюсь специалистом по автомобилям мне довольно затруднительно сказать что за автомобиль изображен на снимке, когда и где он выпускался. Но некоторую информацию вы можете получить сами если наведете курсор на ту или иную фотографию и в сплывающей подсказке вы увидите короткий текст на английском языке.

www.ps



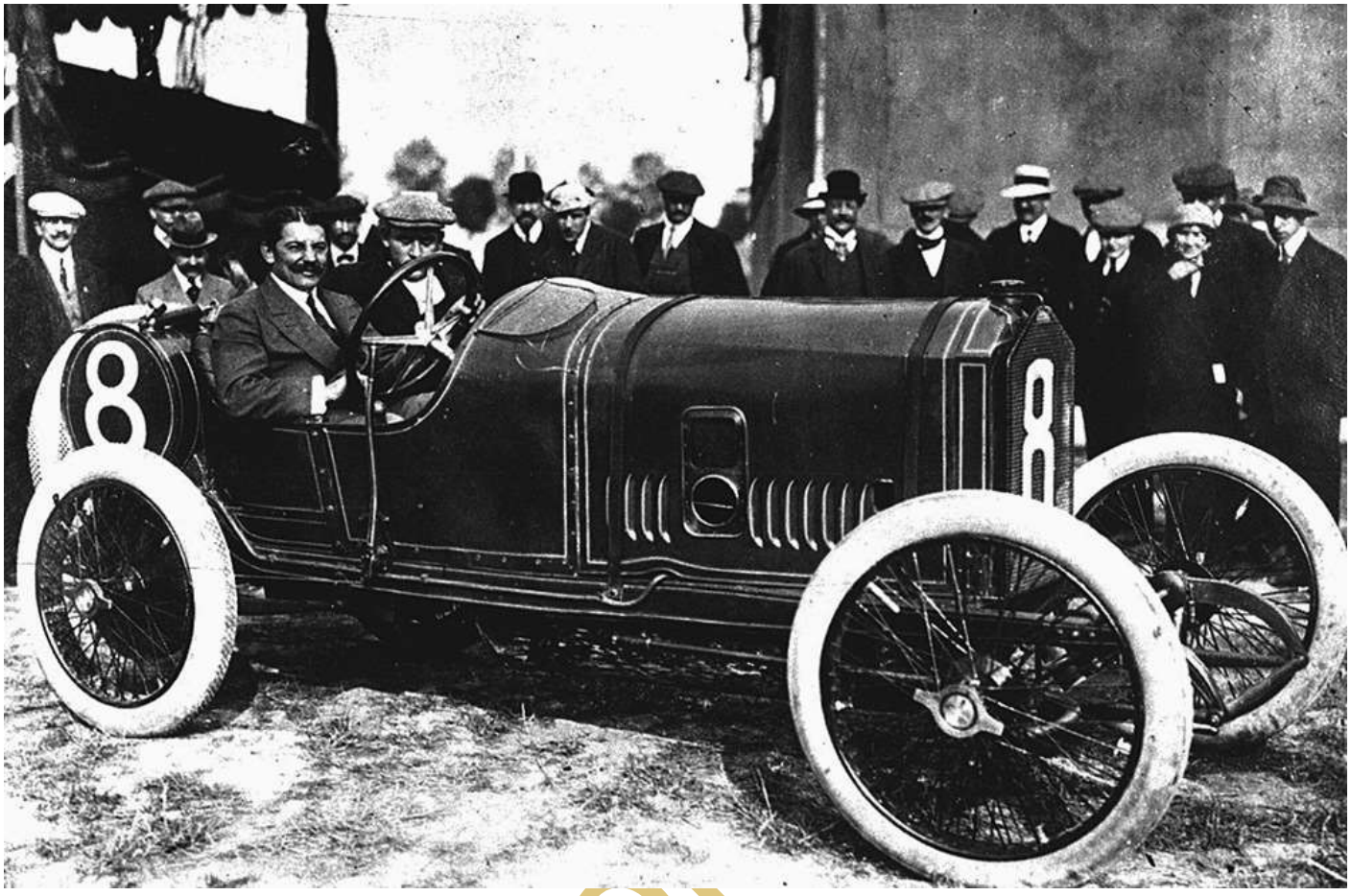

OFFICIAL



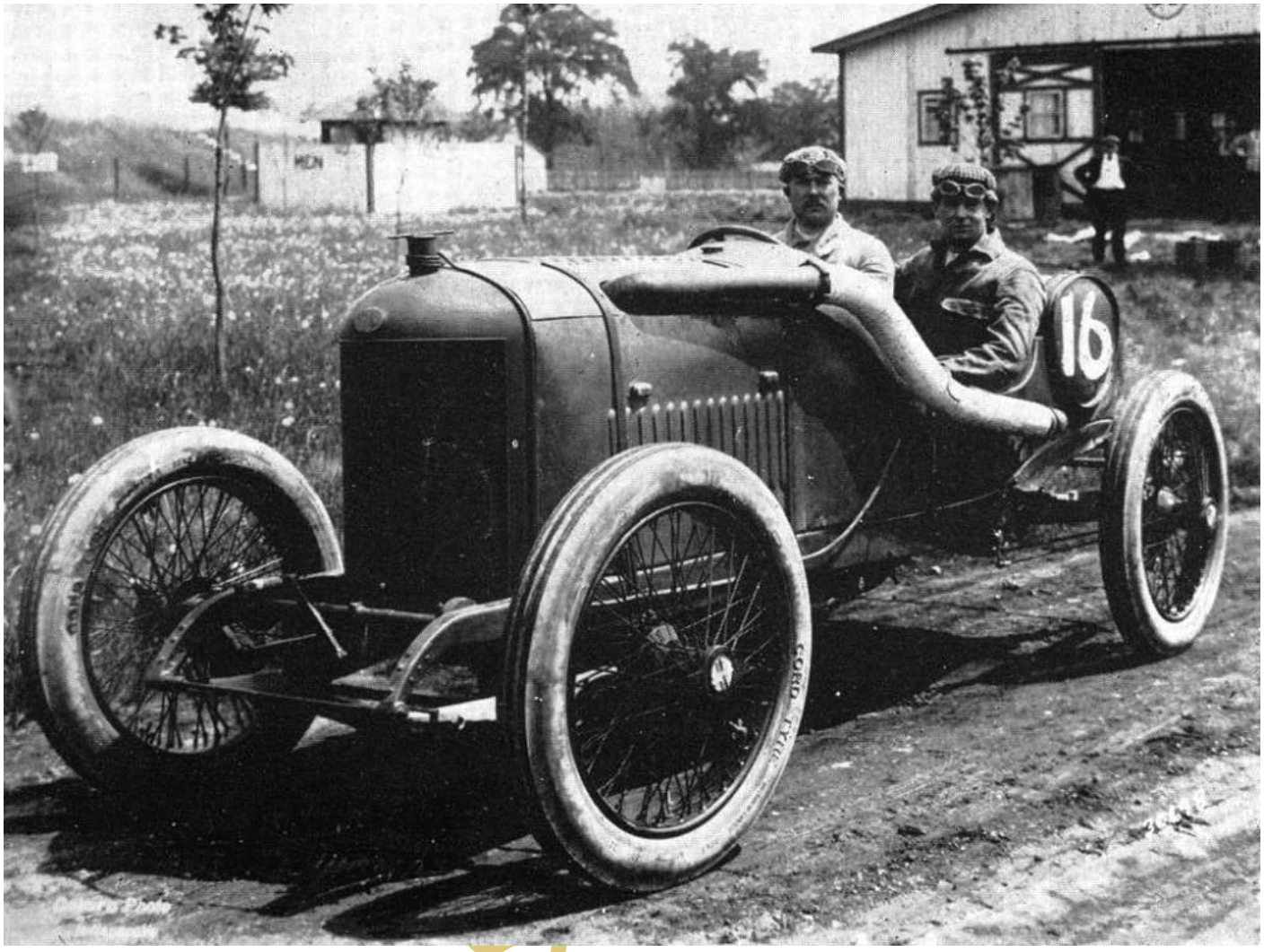

3
27

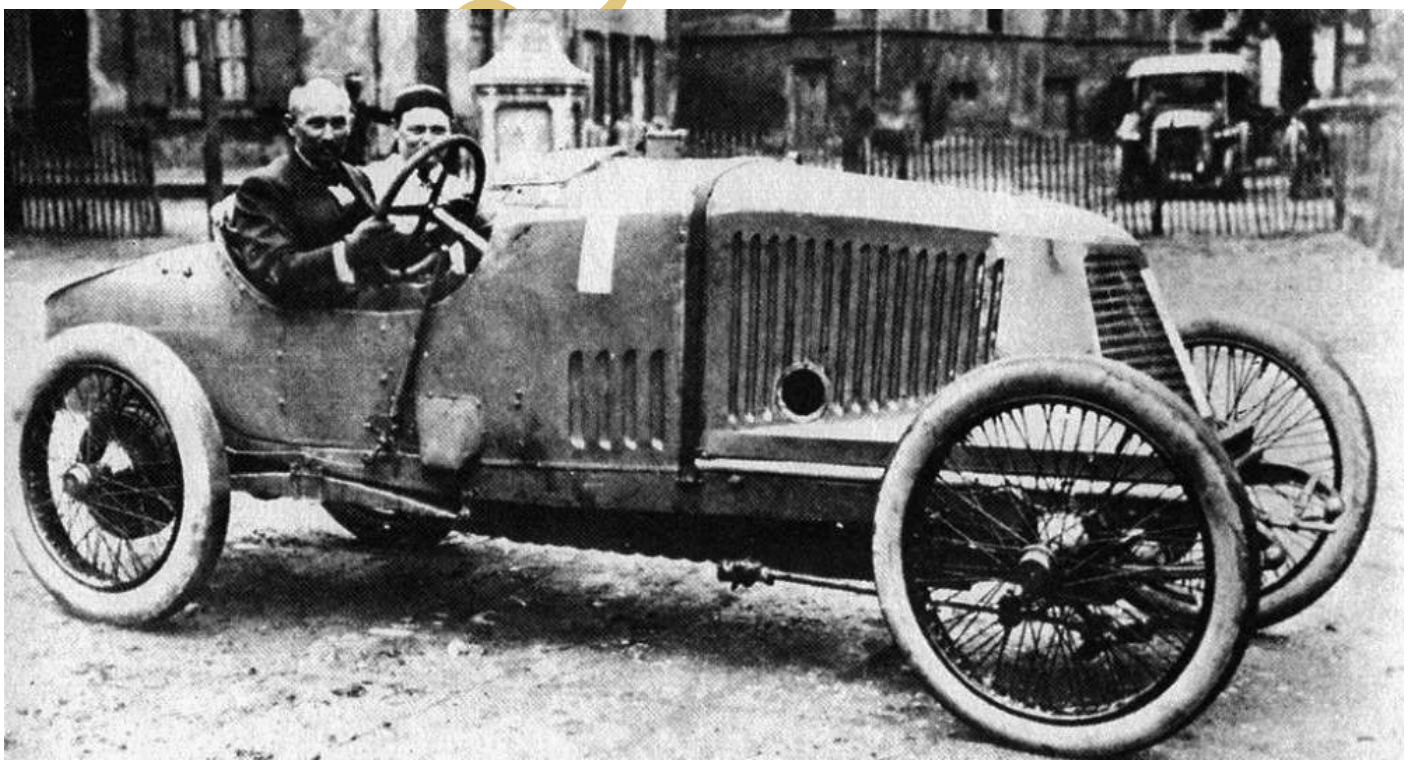
www.psor

СМОТРЕТЬ ДАЛЬШЕ – БОЛЬШИЕ ГОНКИ 1910- 1919 ГОД

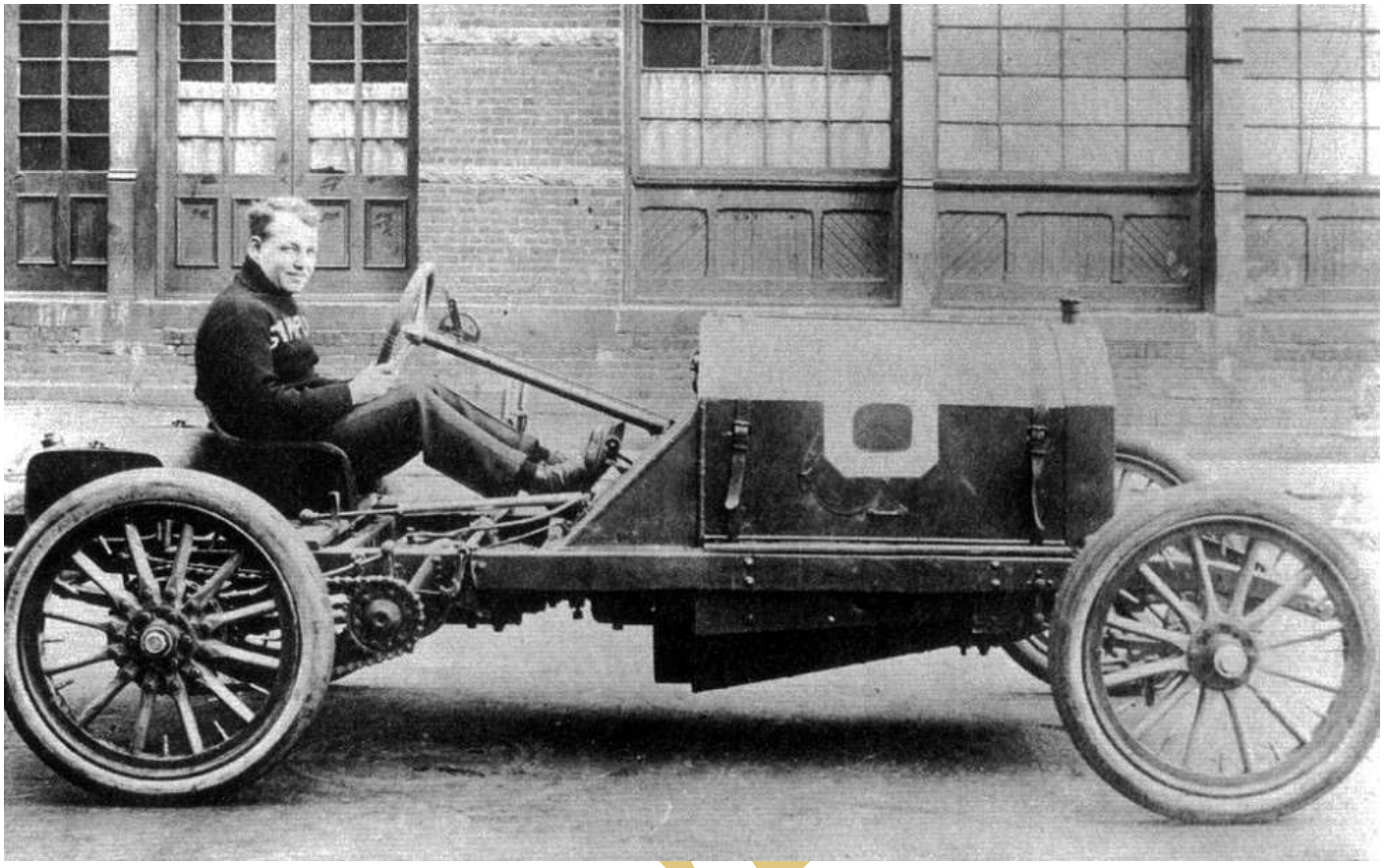


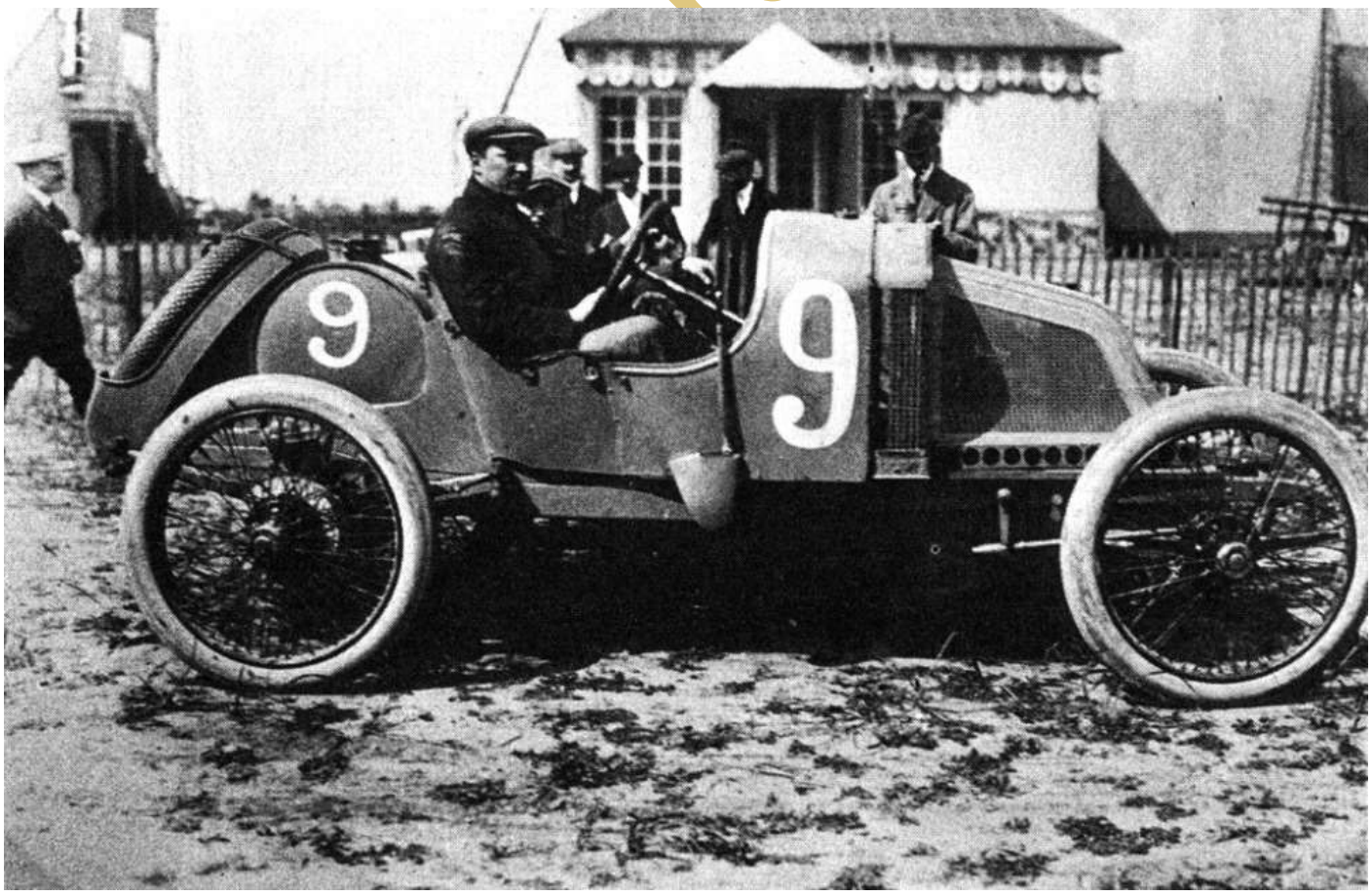
www.pso

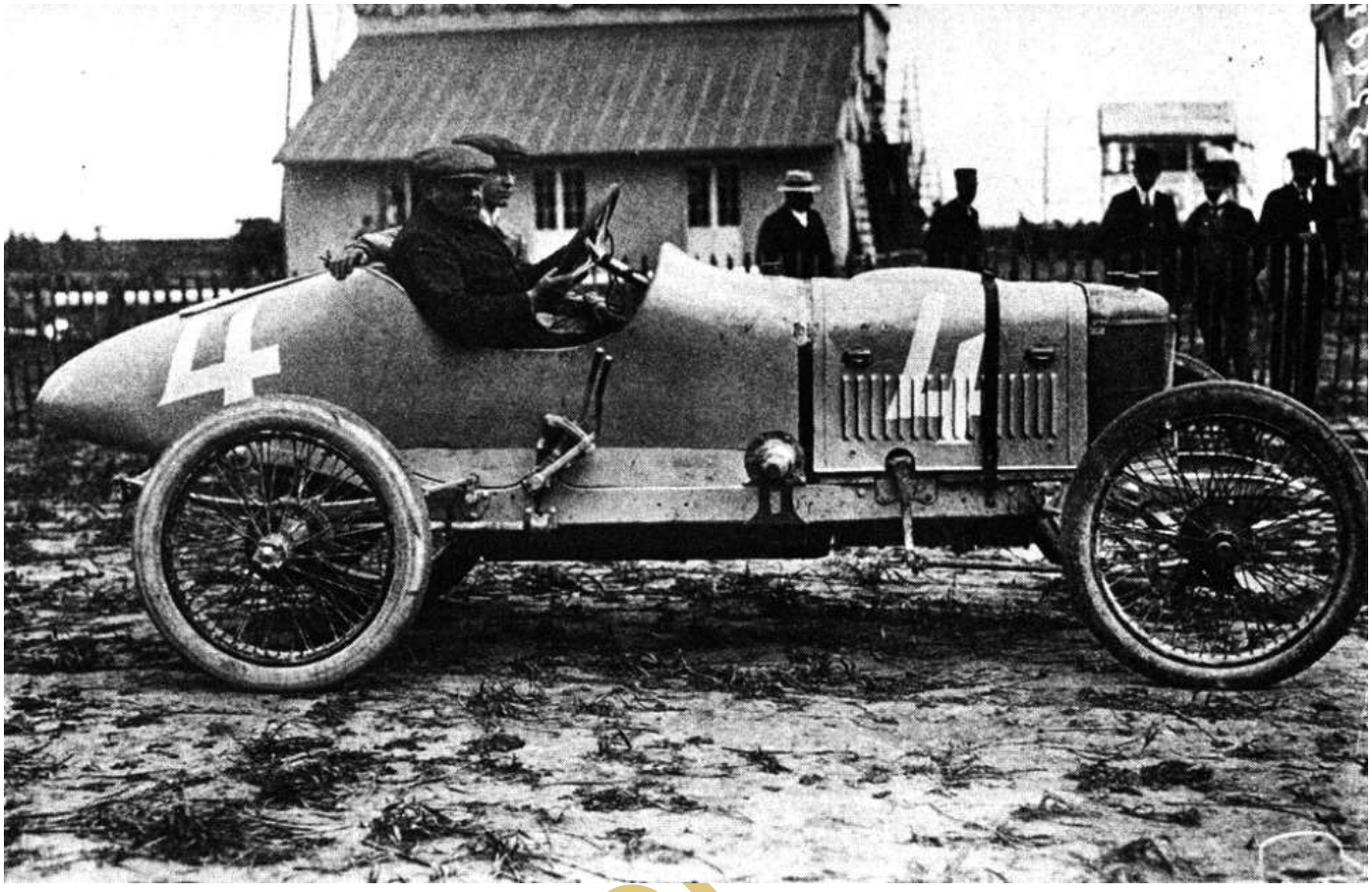

16



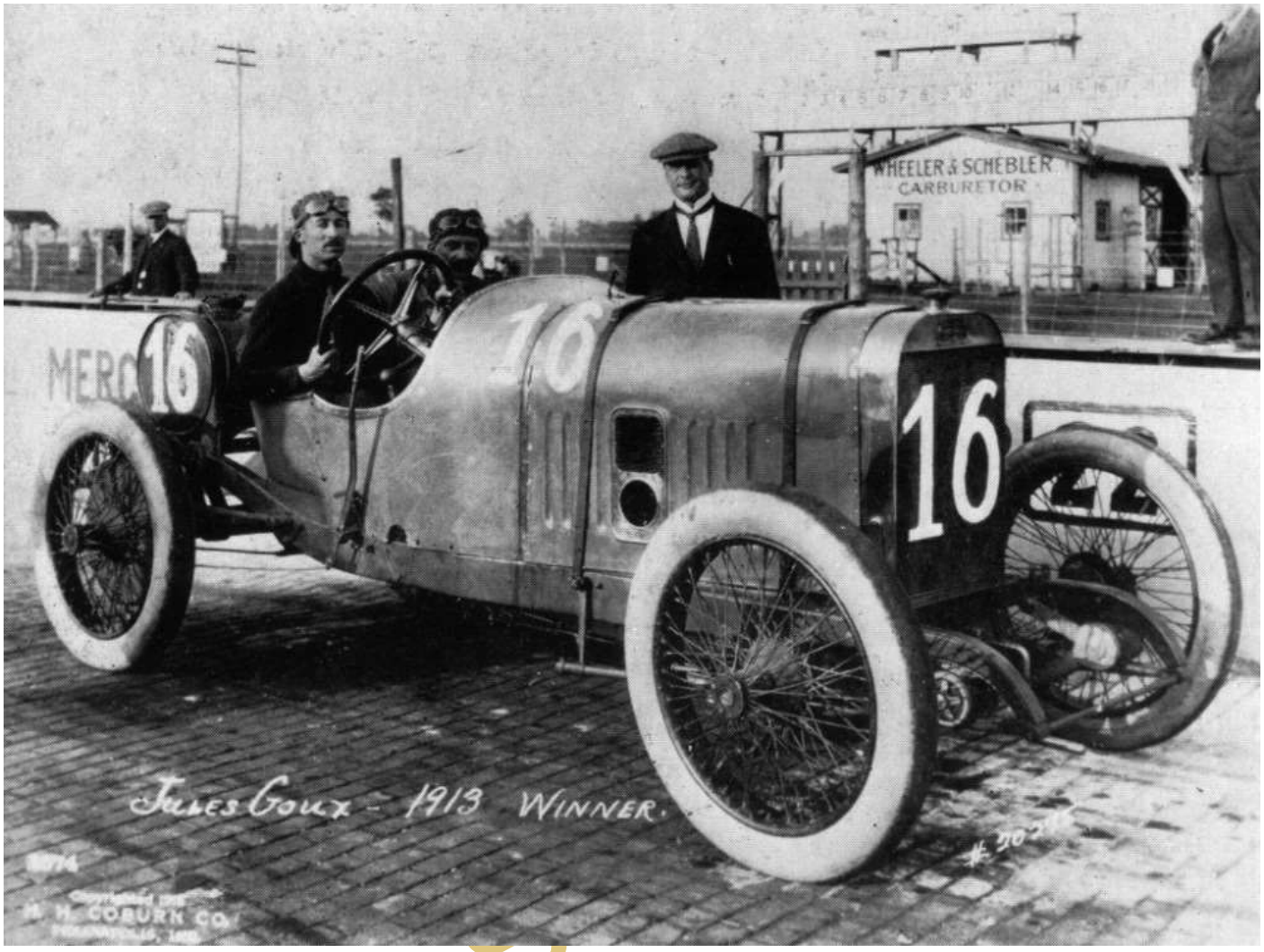
Ed. Pullem — Mercer

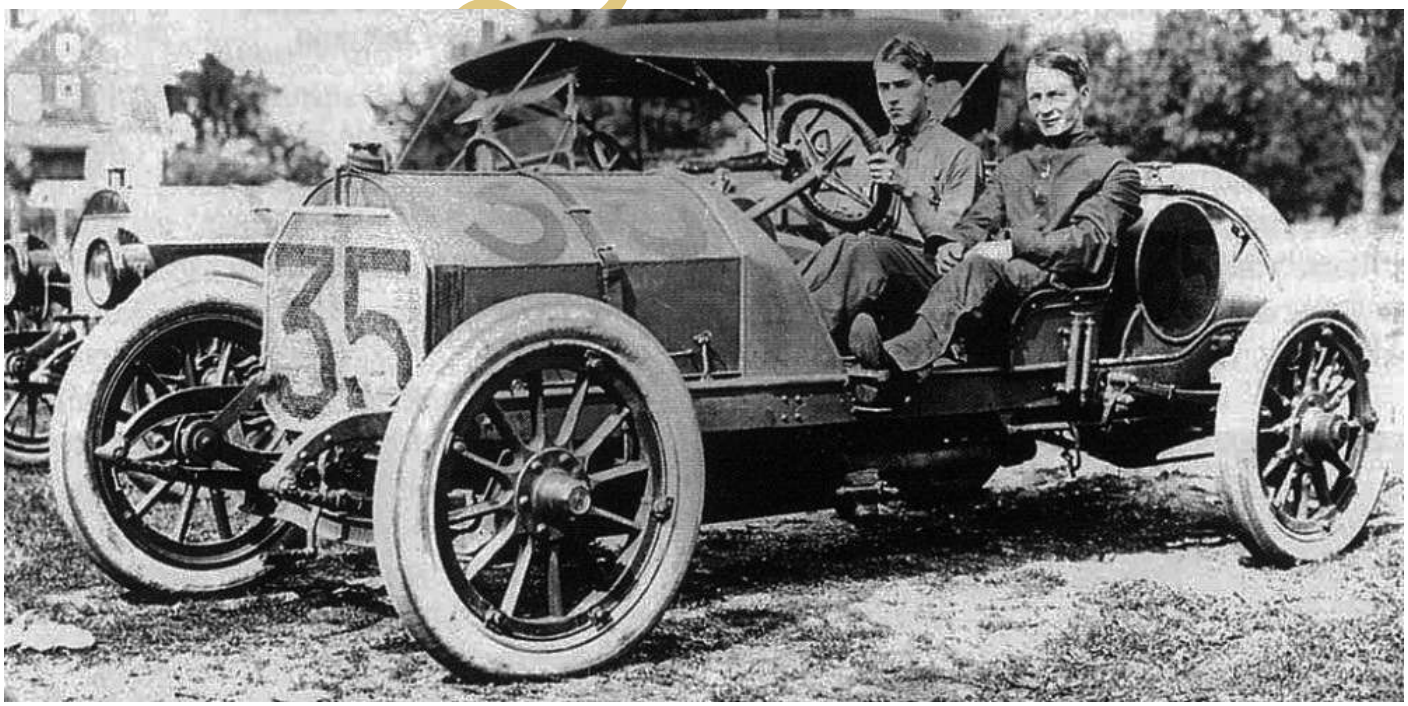


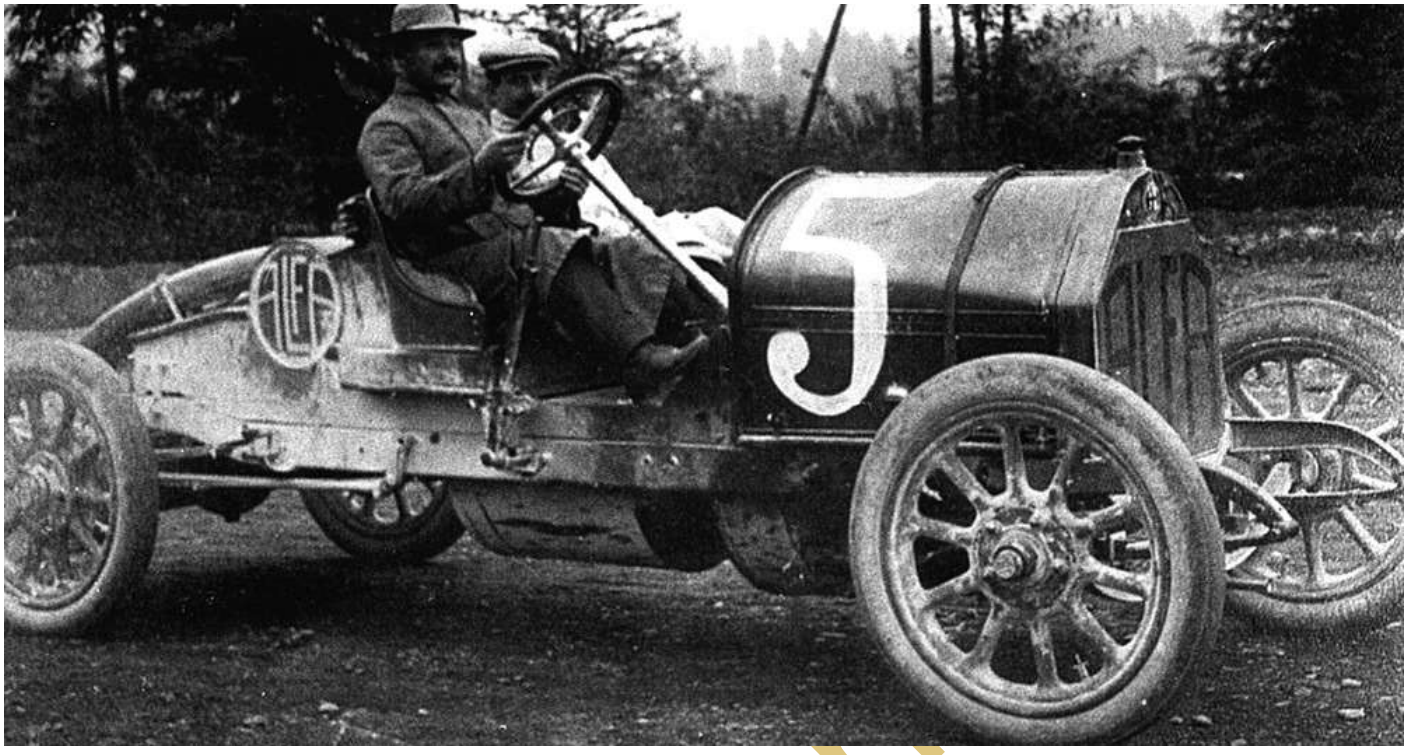

9
9

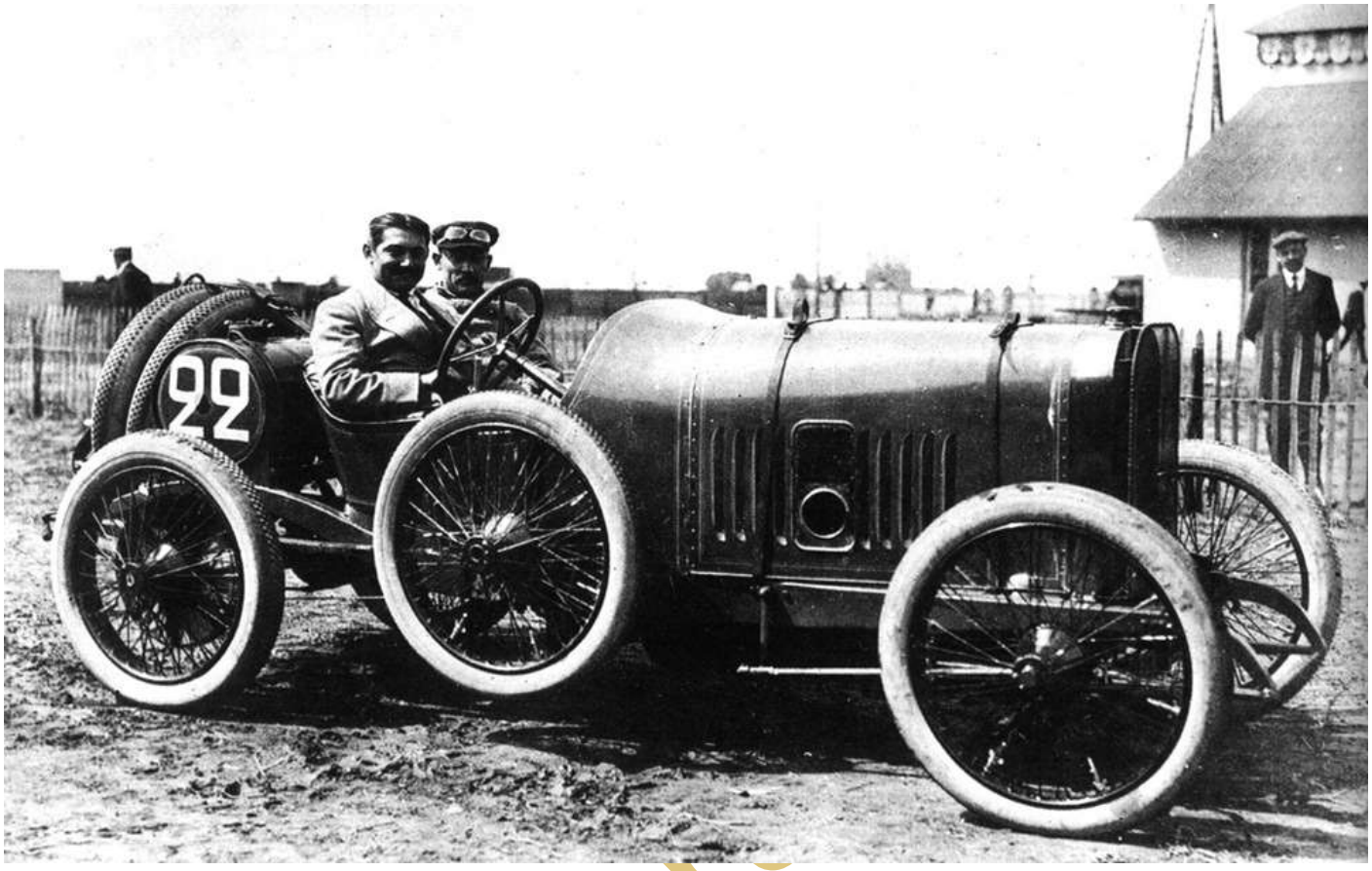


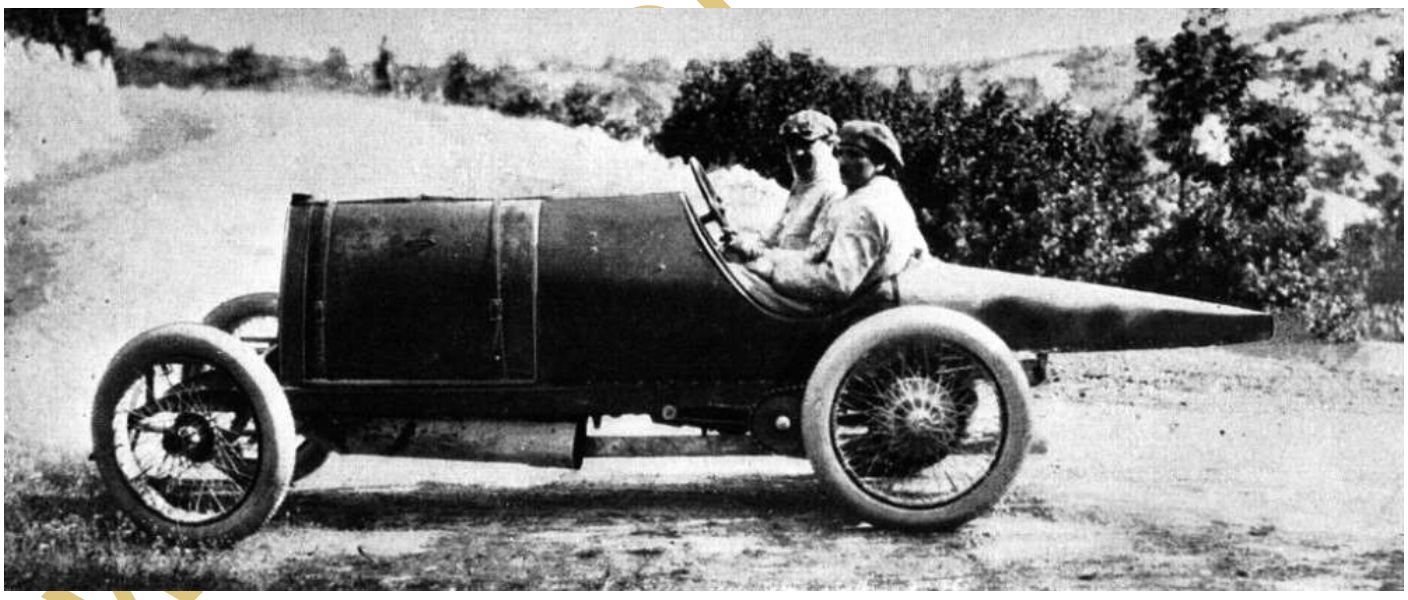
www.pso


WHEELER & SCHEBLER
CARBURETOR
16
16
16
Jules Goux - 1913 Winner.

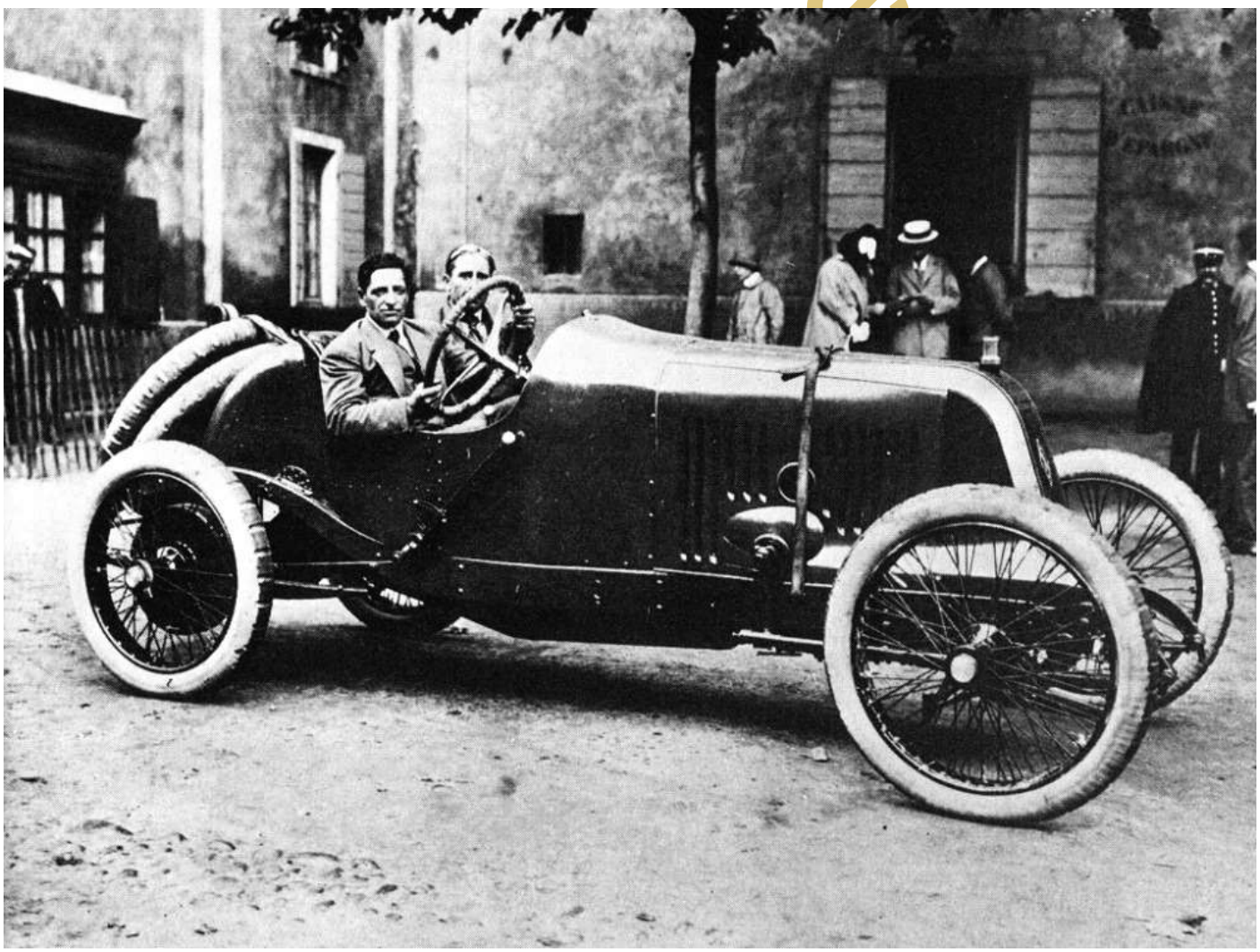

35

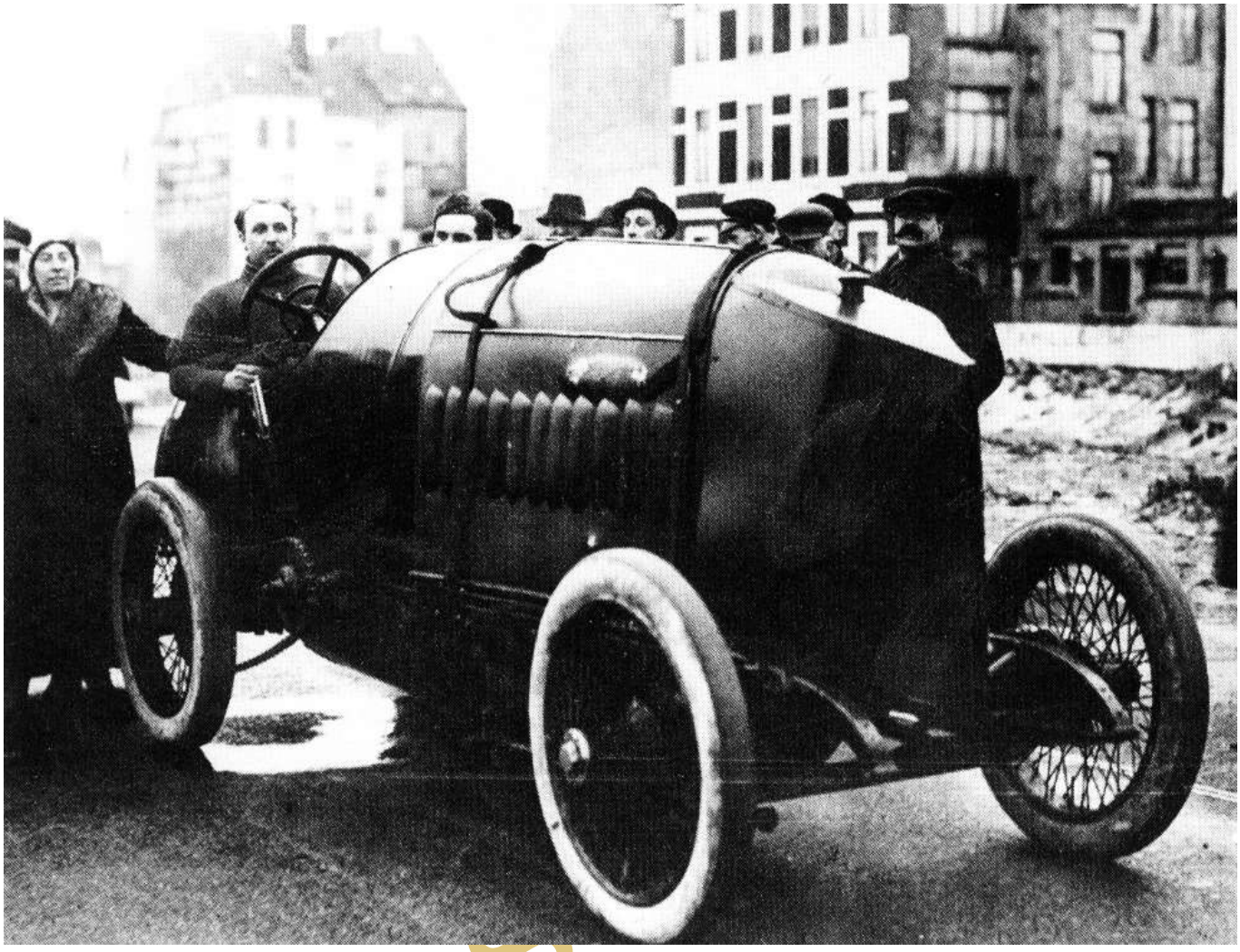

5


92

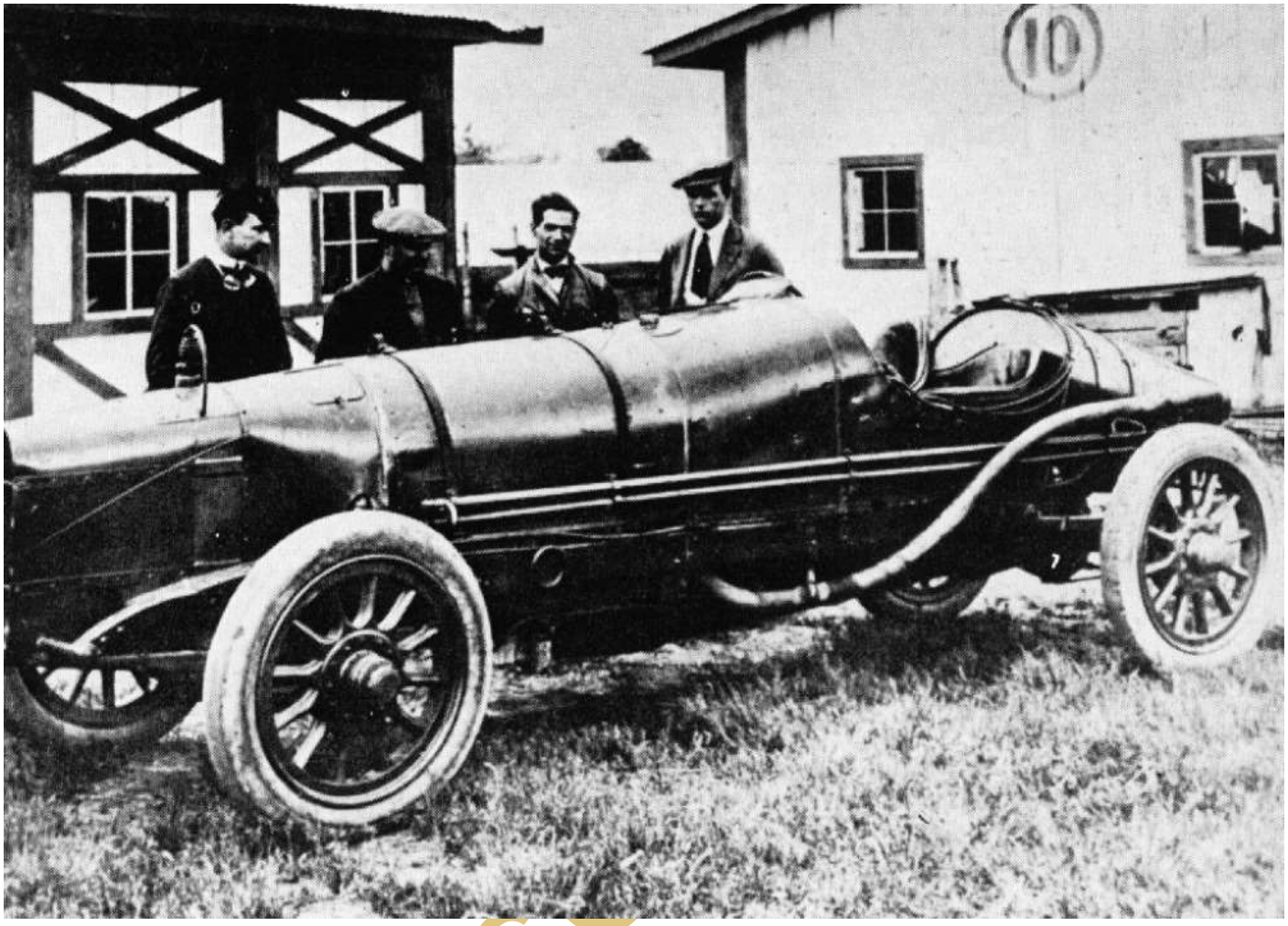


68

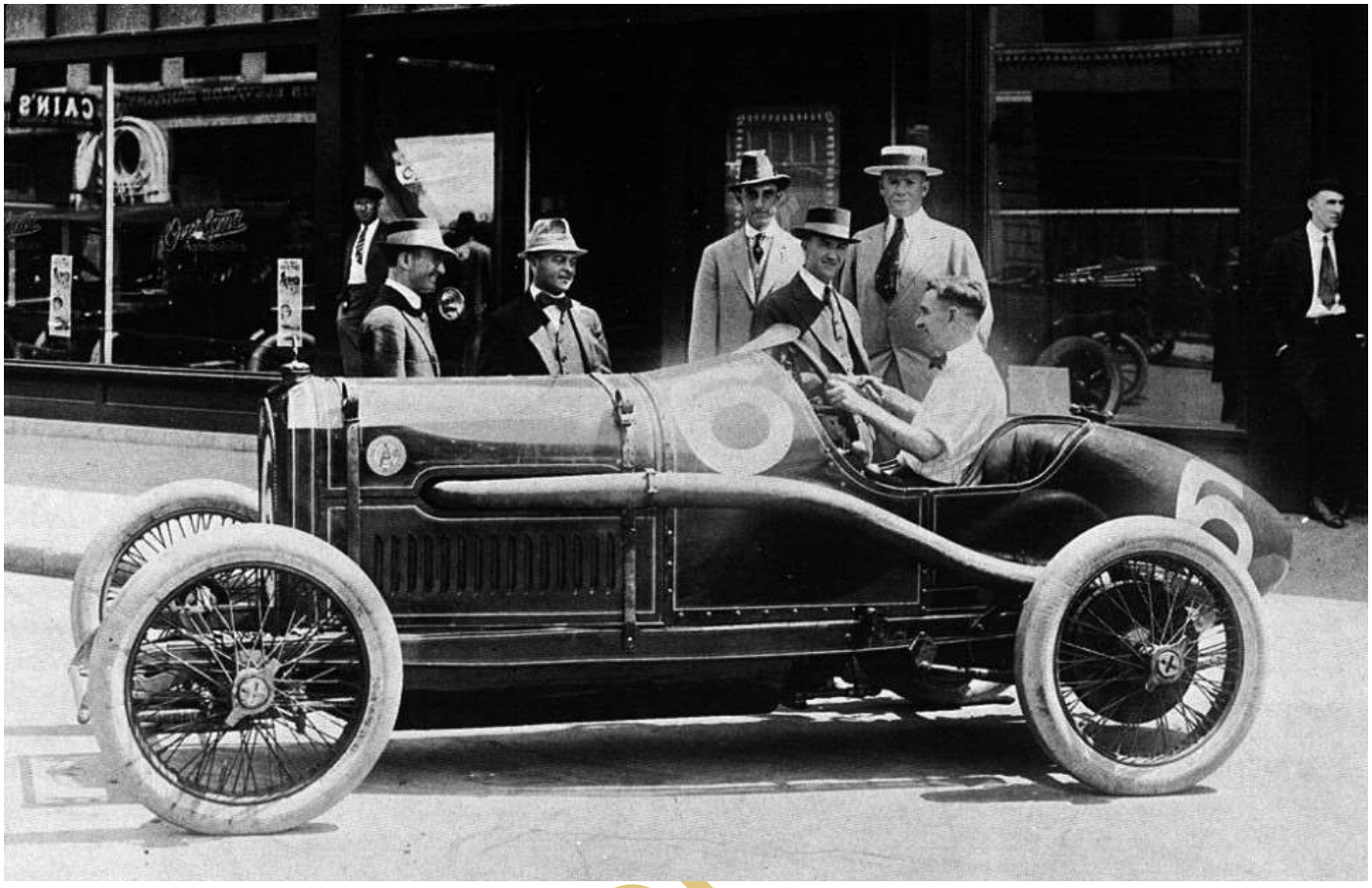




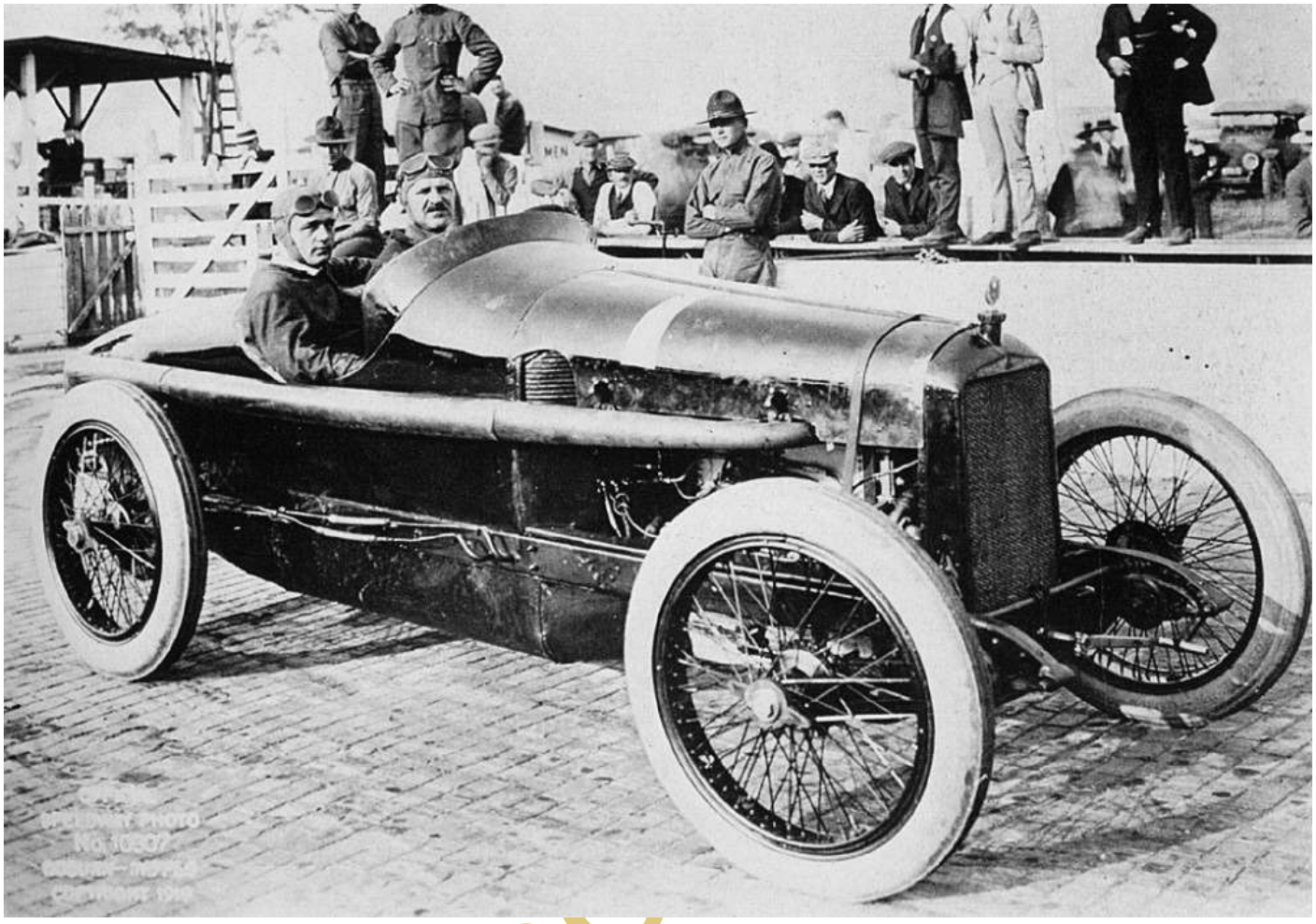
www.ps



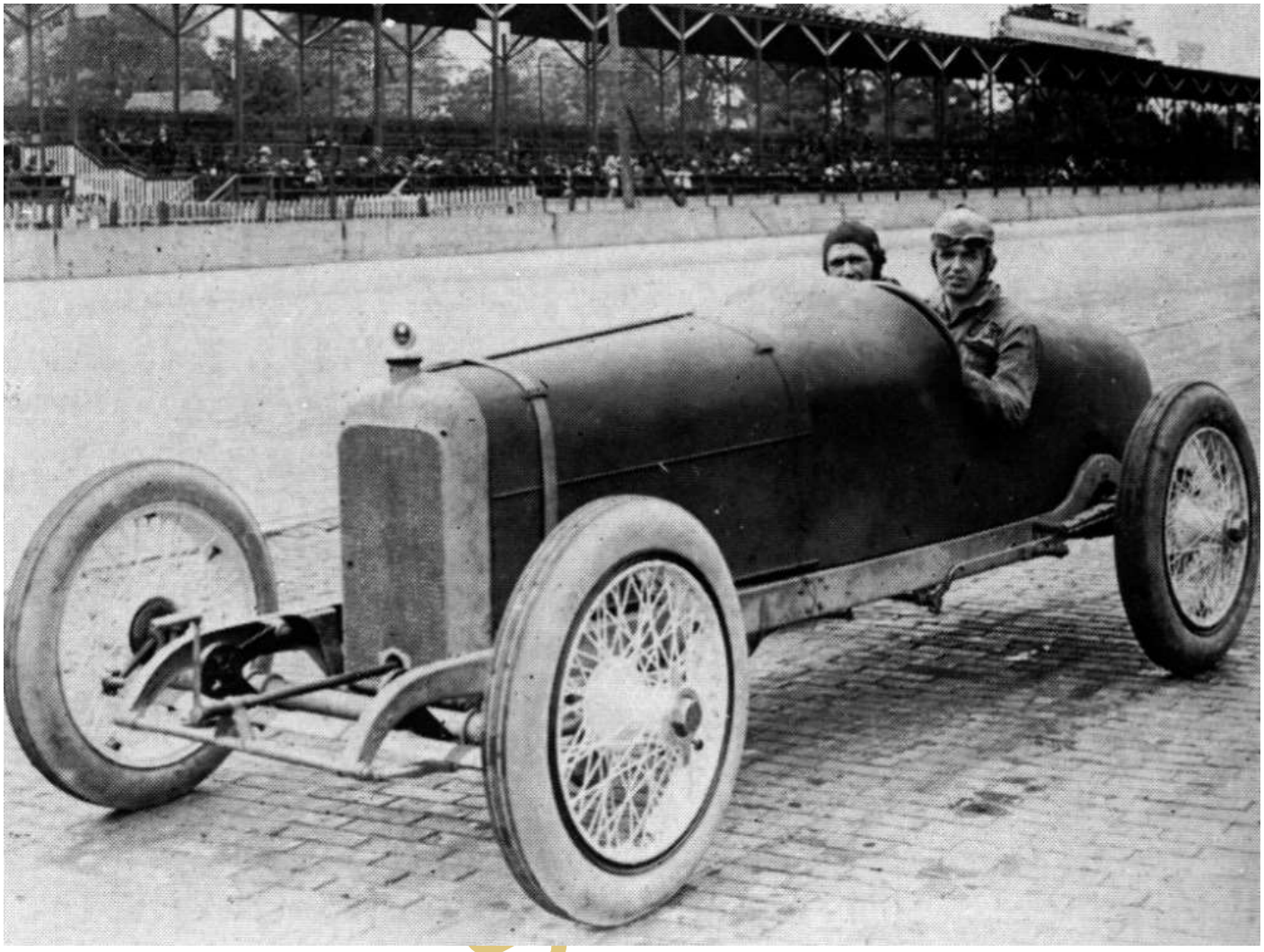
www.ps



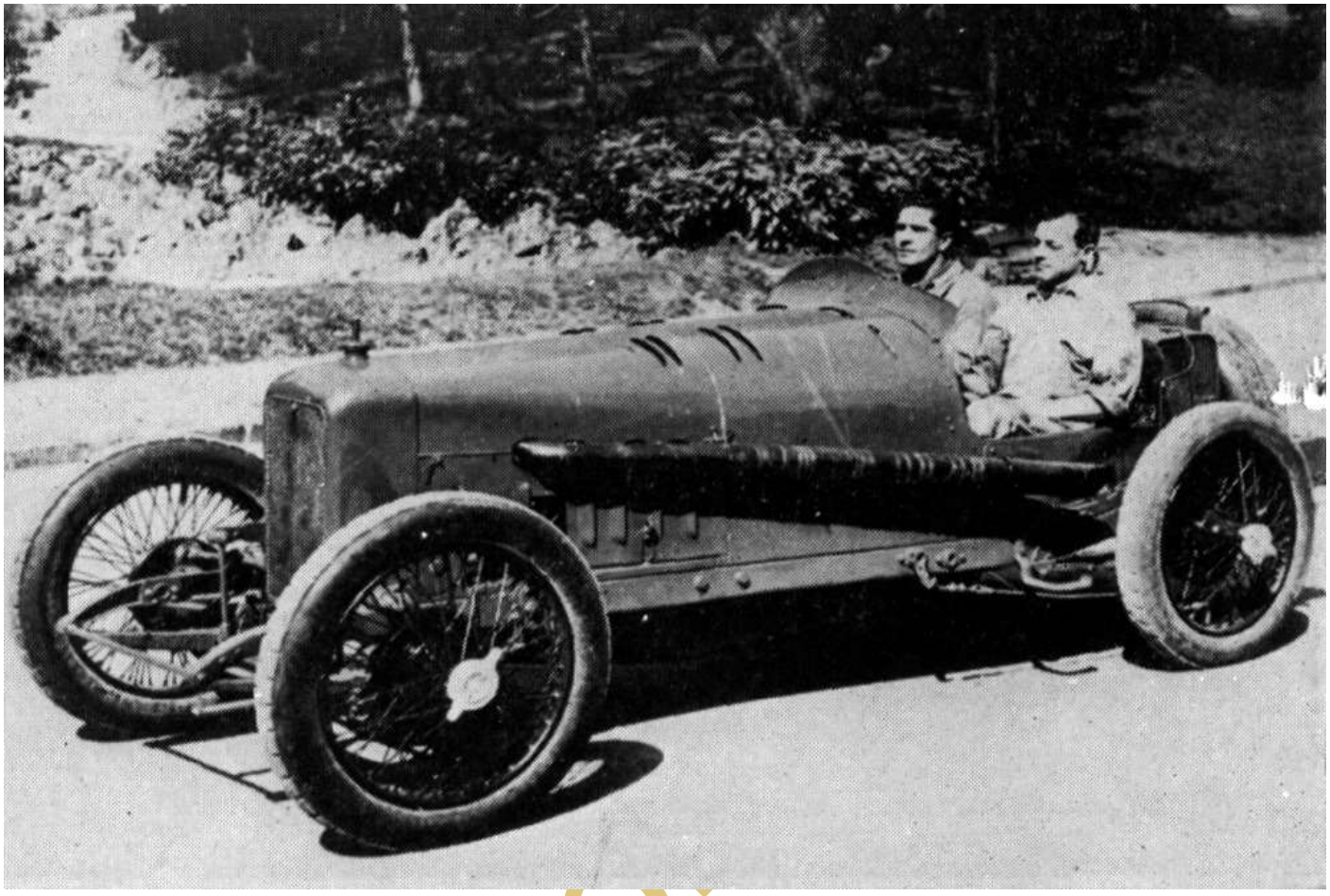
www.pso



www.psc



www.ps



www.psor