

СОДЕРЖАНИЕ:

Праздничный оффтоп: Пометки о китайцах	1
Дискуссии. Подагра и псориаз, действие аллопуринола	3
Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 178	5
Воскресный оффтоп: Поедатели драцены и других растений	7
Вопросы и ответы. Поможет ли при псориазе уксус наружно?	9
tigo о лечении псор. артрита, солидный стаж	10
Кулинарная суббота: Салат руккола с яблоками и орехами пекан	10
roman2010: Опыт лечения пустулёзного псориаза (ч. 1)	12
Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 179	15
Воскресный оффтоп: Злата Прага. 1. Старе Место и др.	18
Да, кстати... Псориаз и голодание.....	29
Горячий источник в х. Кубанский, опыт лечения псориаза	29
Кулинарная суббота: Бурый коричневый рис с овощами - рецепт Дж. Пегано	32
О применении Нафтадерма при псориазе	35

Праздничный оффтоп: Пометки о китайцах



2 мая, 2016



help

То, за что зацепился глаз в брожении по бесконечным улицам. Оговорюсь сразу, [это] Южный Китай, в северном или центральном возможно по-другому. Путеводителей не читал, наверное, там тоже по-другому. Это то, что показалось мне, другие могут иметь иное мнение.

- Китайцы орут. Везде. Всегда. С малолетства. Это их нормальное состояние. Раздражает жутко.
- Пожилые китайцы не орут. Старых китайцев не видел, наверное, до 80 редко доживают.
- Пожилых китайцев не особо уважают. Но и не обращаются грубо. Скорее, не замечают.
- У китайцев хреновое зрение. 7-8 из 10 в очках. Очки довольно сильные, навскидку минус 4-5.
- Китайцы рыгают. Уровень заведения и статус ругающего значения не имеют. Это нормально.
- Китайцы чавкают. Нефизиологически, "показушно". Почему - не знаю. Могу только предположить, что это традиция с времён, когда еда была не у всех и этим можно было выделиться. Хотя это только догадка.
- Китайцы не воняют. Вопреки предположениям, что редко моющийся индивидуум должен вонять, этого нет. Где-то слышал или читал, что они почти не потеют, возможно, из-за этого.
- Китайцы мало пользуются парфюмом и дезодорантами. У меня острое обоняние, даже в метро запахов отдушек чувствуется мало.
- Китайцы фтыкают в телефон. Везде. Всегда. Если китаец не фтыкает в телефон, он фтыкает в планшет. Если ни то и ни другое - это спящий или мёртвый китаец. Так как батарейка садится быстро, в руке у китайца бутерброд из телефона и внешней батареи либо тянущийся в карман провод.
- Китайцев не интересуют чужие. Если ты не источник заработка для китайца или он тебя не понимает, интерес к тебе мгновенно теряется, до нуля.
- Китайцы могут быть очень настойчивы вплоть до агрессии, если дело касается денег.
- У китайца обычно два телефона. Не знаю зачем.
- Китайцы не любопытны.
- Место обитания китайца - гадюшник. Увы. Причем из этого гадюшника поутру может вылезти начищенный и надраенный китаец в отутюженном костюме и белоснежной рубашке и отправиться на службу. Например, стоять и махать флажком машинисту поезда в метро.
- Среди китайцев очень мало лысых. Буквально единицы.
- У китайцев не растёт борода. Реклама Жиллетт на стене выглядит издевательством тролля.
- Несмотря на то, что китайцы жрут много углеводов, пузо и задница у них почему-то не растут.
- Китайцы не торопятся. Бегущего китайца видел редко.
- Китайцы чтут правила при фантастическом раздолбайстве. Если написано, что станция метро закрывается в 23:37, то в 23:36:55 туда можно войти, а в 23:37:10 никакими силами просочиться невозможно.
- Китайцев много. Полста тысяч китайцев на привокзальной площади - не выдумка. При этом довольно свободно.
- Китайцы едят странную еду. Состав 80% блюд невозможно опознать ни на внешний вид, ни на вкус (речь о забегах для китайцев, а не о сетевых заведениях). Загадку рубки готового мясного блюда вместе с костями разгадать не удалось.
- Китайцы, наверное, пользуются традиционной медициной. На каждые 20 метров улицы имеется минимум одна "аптечная" лавка. 99.5% её содержания опознанию не поддаётся, кроме некоторой сушёной живности. Дорого.
- Китайцы пьют всякую дрянь. Включая китайский чай.
- Китайские такси ездят на газе. На приборной панели горят все лампочки. От "проверь двигатель" и нет давления в колёсах" и до "самоликвидации".
- В Китае сдают мелочь при покупке. Делать с ней нечего, купить на неё ничего нельзя.
- Китайцы не экономят на помещениях. Комната в средней 4* гостинице может быть метров 30-40.

- Китайцы не думают, что кто-то может быть 1.80-1.85 ростом. Низкие проёмы или бетонная балка над лбом встречаются и при гораздо меньшем росте.
- Китайцы курят. Все. Везде. При этом всякую дрянь. Запреты игнорируются.
- Китайцы изобретательны. Бытовые технические решения "из подручных материалов" весьма замысловаты и порой неожиданны.
- В Китае относительно мало машин. Видимо, они там дороги или дорого их содержание.
- В Китае повальная замена бензиновых скутеров на электрические. Из 100 встреченных мотороллеров (по виду), 99 оказываются электрическими.
- В Китае странная картина с молоком. Молока и молочных продуктов мало, зато в ходу и в продаже сухое молоко. За провоз через границу сухого молока более 1 кг грозят страшными карами.
- В Китае нет сыра. Совсем. Изредка встречается какой-то эрзац, судя по виду, лежащий на полке ещё с прошлого века.

Очередной

А что-нибудь доброе есть о (про) китайцев?

help

Китайцы не сс.... не боятся. Не боятся строить хренову тучу жилых домов по 50 этажей. Не боятся [строить] гигантские вокзалы и многоэтажные торговые центры. В стекле и мраморе. Выглядит странно, но им плевать. Не боятся строить многоэтажные дорожные развязки. Не боятся показаться нелепыми или смешными. Не боятся надеть несуразную (на взгляд некитайца) одежду.

Дискуссии. Подагра и псориаз, действие аллопуринола



4 мая, 2016

*Продолжаем рубрику "Дискуссии", где обсуждается всё имеющее отношение к природе, лечению и профилактике псориаза и псориатического артрита (ПА). Сегодня участник форума **dmitri** описывает свой случай сопутствующих диагнозов (подагра и псориаз) и действие известного при подагре препарата - аллопуринола. Посетители журнала также приглашаются к дискуссии - как в форуме ([ТЕМА](#)), так и здесь.*



Добрый день всем ждущим чудо-таблетки! Где-то в июле случилось первый раз несчастье - прихватило палец на ноге! Сдал кровь - повышена мочевая кислота. Прописали какие-то таблетки, пропил 2 недели, и палец прошёл. Я понял, что это звоночек идти к ревматологу. С того дня и по сегодняшний день палец не беспокоил.

Когда первый раз пришёл на приём к ревматологу, то, прощупав меня, он сделал вывод, что это подагра, отправил сдавать анализы и выписал аллопуринол. Назначил мне приём по полтаблетки в день в течение того времени, пока я не приду к нему в следующий раз (сделают ещё анализы и скажет про дозу таблеток). Он сказал, что аллопуринол пьют по 10 лет как минимум. Прочитав всю литературу и [эту тему](#) в форуме, поверил, что он, кроме подагры, лечит ещё и псориаз. Начал его принимать по вечерам, а позже решил, что буду принимать по утрам. И с утра заметил, что прекратилось обострение псориаза, а длилось оно у меня уже с июля!! Месяц ходьбы на UVB-311 никак не помог, даже чуточку. С периодичностью в 2 дня стараюсь всегда мазаться дипросаликом, чтобы не треснуть на кусочки (в прямом смысле), последний раз мазался позавчера и сегодня заметил, что мазь начала лучше реагировать на кожу. Прекратилось наложение кожи. Я думаю, что гормоналка начала реагировать лучше на кожу и ускорять процесс в разы. Поверьте, это мой последний шанс! В Эстонии нереально купить лекарства без рецепта, и я ждал этого дня, когда мне что-нибудь выпишут, целых 2 месяца. Я уже был настроен на трексан, так было засыпано тело! Но ревматолог его не выписал - мол, у меня нет ПА.

+++++

Не советую назначать дозу таблеток самому себе. Лучше пусть врач это делает, ведь надо проверять уровень мочевой кислоты, а дома такое не проверишь. <...> Я пропью, конечно, месяц этот аллопуринол, но, так как нога не беспокоит и ревматолог записал меня к дерматологу, может, он что-то именно от псориаза пропишет. Ревматолог сказал: "мы теперь с дерматологом два твоих друга надолго", а дерматолог сказала, что меня можно закинуть на какие-нибудь экспериментальные препараты. Как думаете, если будет предлагать стать подопытным кроликом, послать куда подальше или подумать? (слышал о каких-то биологических лекарствах, мол, менее вредные и колешь сам, как колют диабетики)...

Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 178



6 мая, 2016

Галерея "Фото участников форума"

ДВОЙНЫЕ РАДУГИ



"Такую двойную радугу обнаружила сегодня утром". Россия, Казань, 7.08.14. Фото: **Миля**



"Такую радугу я наблюдала сегодня". Германия, 28.04.16. Фото: Elle



"У меня тоже есть снимки двойных радуг... Только с веб-камеры". Шотландия, о. Арран, 3.08.13. Фото: Allegra

Далее - традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе".

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

#178

Афанасич

Девушки уже в мини ходят. Я вчера как увидел, так тоже плохо спал.

Львёнок

Сопли вообще не имеют отношения к мужскому носовому платку. Он нужен для других целей. Самок приманивать. Как хвост у павлина.

ТайВан

... почему у меня витамины не накапливаются, а холестерин накапливается?

A_112

... тетрадку возьми и записывай туда все мысли и эмоции непозитивные, которые появляются в твоей голове. И понаблюдай за этим процессом. Это будет очистительная ментальная дефекация.

ddSat

Не понимаю. Негр и лысый в окружении малолеток несколько минут трясли гениталиями. Где "супер"?

Renina

Массажист - человек бесполой..

RedMen

Мудаки равномерно распределены по человеческой популяции. Трудно представить, сколько мудаков даже не подозревают, что они мудаки.

Воскресный оффтоп: Поедатели драцены и других растений



8 мая, 2016

[Участники форума в теме Во саду ли, в огороде:](#)

Stator

Наша кошка ела [диффенбахию] - полгода её откачивали, еле выходили... Сейчас у нас большая драцена - тоже грызет её, но без последствий (для кошки, а у драцены все нижние листья погрызены и кончики засыхают).

infinity

Смотри, какая разборчивая)) Драцену ей подавай, ишь ты...

Кисе надо травку. В зоомаге покупаю овёс (продаётся для птиц и грызунов), раз в неделю-две сею в

маленький пластиковый контейнер, чтобы всегда была. Поначалу кошка моя приبلудная с травяной голодухи все цветочные горшки обнесла. Потом успокоилась - кошачья травка нежнее, вкуснее. Вот. Сильно поеденная травка справа. Довольная кошка слева, залегла на сончас:



Вспомнила, ей тоже драцена сначала больше остальных приглянулась. Правда, она в неё приуровилась было естественные потребности отправлять (хотя, когда ещё только жить ко мне ломилась, клялась, что будет вести себя идеально). Потом воспиталась, постепенно. С помощью противно шуршащей фольги в кадке))

А поедатель драцены у нас был вот такой. Пришлось убрать повыше. Что-то есть в этой драцене, что привлекает всех..



Вопросы и ответы. Поможет ли при псориазе уксус наружно?



10 мая, 2016

Спрашивают и отвечают участники [форума](#).

Viktor 1984

Друзья, я новичок, псориаз полгода (верх спины, грудь, полез на лицо), ехал в автобусе, подсел мужичок, заметил пятна, говорит: "сам такой был, помог яблочный уксус в пропорции 1:3 с водой". Кто-нибудь пробовал?

help

Кислота сушит, отчасти всякие салицилки, мочевины и т.д. в кремах для этого и присутствуют. По наблюдениям, если очень свежее, только что появившееся пятно прижечь (неважно чем, УФ или жидким азотом, возможно и кислотой тоже), то имеется положительный эффект, остаётся след, но пятно уходит. Я писал про эти эксперименты подробно. Но это довольно варварский метод. Совершенно не исключаю, что кому-то такие экзерсисы могут помочь, у всех свои разновидности, псориаз весьма разнообразен.

tigo о лечении псор. артрита, солидный стаж



12 мая, 2016

*В разделе форума Псориатический артрит обсуждаются симптомы, диагностика, лечение, препараты, профилактика, прогнозы и многое другое, относящееся к псориатическому артриту (ПА). Сегодня участник **tigo** рассказывает свою историю (стаж заболевания - более 50 лет).*

Здравствуйте, форумчане. Я впервые попала на этот сайт, немного расскажу о своём лечении ПА. Может, кому поможет.

Стаж заболевания солидный - 50 с лишним лет. Впервые у меня возник псориаз в 14 лет, боли в суставах ног почувствовала в 35 лет, пришлось снять каблук.

В 50 лет я попала к ревматологу, к этому времени у меня началась деформация мелких суставов рук и ног (в основном пальчики). Ревматолог мне сразу поставила диагноз ПА (псориатический артрит), лечение назначила таблетками Пироксикам, они не так сильно влияют на желудок т.к. у меня язвенная болезнь 12-пёрстной.

Я пропивала 5 дней в период обострения, и боли уходили. Дополнительно были ванночки с морской солью. Так я спасалась лет пять. Правда, сейчас уже не помогает, нужны инъекции, мне в прошлом году назначали - тоже помогли, но вот беда, не помню названия. Надо идти к ревматологу. потом после посещения ревматолога отпишусь.

Вычитала и сейчас для ноги делаю компрессы с отваром ромашки (облегчает состояние). На ночь применяю крем Долгит, он тоже применяется при ПА. Здоровья вам всем и успехов в лечении.

Кулинарная суббота: Салат руккола с яблоками и орехами пекан



14 мая, 2016

Лёгкий салат из рукколы.



САЛАТ

1/2 чашки (50 г) сырых орехов пекан

200 г рукколы

2 небольших яблока (если возможно, то одно кислое, одно сладкое)

1/4 красного лука, тонко нарезанного

* по желанию: 2 ст.л. (20 г) сушёной клюквы

Соус

1 большой лимон, для сока (~ 3 ст.л., 45 мл)

1 столовая ложка (15 мл) кленового сиропа (по желанию)

Чуть морской соли + чёрного перца

3 ст.л (45 мл) оливкового масла

Инструкции

Разогреть духовку до 350 градусов. Запекать пекан в течение 8-10 минут, или до душистого и глубокого золотисто-коричневого цвета. Выньте из духовки и отложите в сторону (мне не надо было запекать пекан, продавался уже готовым).

В то время как пеканы готовятся в духовке, приготовьте остальные ингредиенты салата.

Выжмите сок из лимона в чистую маленькую банку. Добавьте в три раза больше (чем лимонного сока) оливкового масла, потом кленовый сироп (не обязательно) и щепотку соли и перца. Закройте крышкой и хорошенько взболтайте банку.

Вкус отрегулировать по мере необходимости.

Добавить орехи пекан в салат, нарезанные тонкими (полупрозрачными) дольками яблоки, лук и соус. Перемешайте, чтобы объединить и сразу подавать.



Хороших выходных!
Уайта

roman2010: Опыт лечения пустулёзного псориаза (ч. 1)



16 мая, 2016

Форум накопил большой опыт применения лечебных и профилактических процедур для различных форм псориаза, что отражено в рубрике [Разновидности псориаза и локальные поражения](#). Сегодня участник форума **roman2010** рассказывает свою историю о том, что он испытал в течение 6 лет в связи с лечением пустулёзного псориаза и к чему в итоге пришёл.

По поводу пустулёзного псориаза. Я тут где-то в форуме писал свою историю о нём, если хотите, то могу рассказать о своих исследованиях на эту тему и как меня лечили. Опишу, что было в 2010 году. Попал я с обычным псориазом в КВД. У меня на дату поступления была

температура и поражено примерно 50% кожного покрова. Врачи начали лечить меня... вроде как лечить. Ибо псориаз - это такая болезнь, что её не надо лечить, за ней надо наблюдать и делать коррективы в своем поведении, рационе питания и т.д. Почему я так пишу? - потому что любое лечение влечет за собой неизбежное обострение. Мой псориаз обострился из-за применения флуцинара [гормон. мазь]. После чего я и попал в больницу. В меня там сразу начали пихать пенициллин, потому что при псориазе неизбежна интоксикация, ну и далее всё по схеме - тиосульфат и т.д., витамины А и Е, потом неотидазон [ретиноид]. Состояние всё хуже и хуже было. Видя всё это, мне назначили после него ещё какой-то антибиотик (он не пошел мне), потом назначили клафоран [противомикробный преп.] и преднизолон [гормон. ср-во]. В итоге - полное поражение всего покрова, ногтей как не бывало, и до сих пор их нет. Это первый раз я лежал в 2010 г.

Второй раз я лежал спустя месяц. Сразу после рыбалки у меня на руках пошли волдыри, после чего пошло на руки и т.д., по всему телу опять. Моя ошибка - я лёг опять в больницу чтобы не допустить поражения всего тела, но это мне не помогло. На этот раз поражено было не всё тело - кроме головы и небольших участков кожи. Лечение было то же самое, что и прежде, кроме преднизолона, я от него отказался. Кстати, между первым разом и вторым у меня было покраснение кожи, появление впервые маленьких пустул под кожей, но потом всё это прошло само собой. Они быстро появились и в течение нескольких дней прошли. Значит, во второй раз в больнице делали всё, что и раньше - всякие мази на основе гормонов (белосалик, дермовейт, синаflan), цинковая паста и серная мазь. Я синаflan разбавлял с вазелином 1:1. В больнице мне ещё давали странные вонючие мази, не помню уже их названия... Но суть в том, что они особо не помогали. И ещё фуорцином [противогрибковое ср-во] мне мазали кожу. После применения фуорцина на отдельном участке кожи появился отёк и покраснение с последующей пустулизацией, ту же реакцию и на зелёнку я заметил.

Между вторым и третьим пребываниями в больнице прошло месяца два, за это время я дома пару раз переболел. В больницу я попал, чтобы купировать болячку на начальной стадии. Но не получилось. Попал я без температуры, после первой инъекции тиосульфата я на следующий день уже имел температуру 39 и опять всего посыпало (а когда пришёл к ним, у меня на спине и на теле были отдельные прыщики типа пустул). Лечение было всё то же самое, кроме неотидазона, его не было в то время в России, я его покупал в Германии, пачка стоила тогда 8000 руб. Мне начали давать метотрексат [антиметаболит], я его пил несколько дней, мне было очень хреново, и я его просто сам себе отменил, а врачам сказал, что принимаю. Ибо, если посмотреть, что этот метотрексат? - он ещё вроде должен ослаблять иммунную систему, чтобы та "не била по коже", но это если этиология псориаза аутоиммунная, а ведь это ещё точно не доказано. Однако факт состоит в том, что когда я пил метотрексат, мне только становилось всё хуже и хуже, так ещё я всё время кашлял, чихал и т.п., хотя это было всё в августе 2010, тогда стояла аномальная жара под 40. В итоге после отлёжки - уже не 21 день, а почти месяц - меня выписали, а после недели дома - всё по новой.

Потом я поехал в частную клинику, мне там сказали примерно так: "ты тяжело больной, тебя не возьмём, ищи бабушек". После чего я уже в больницу не ложился. Я понял, что все эти КВД идут по проторенной неправильной дорожке - на коже что-то вскочило и они начинают мазать всяким дерьмом. А это дерьмо попадает в кровь, начинается процесс обострения псориаза и он, гад, привыкает к этому и потом его уже ничем не убить. Я ещё дома за эти годы переболел раз 20. Первый год самый сложный был. Но дома улучшения были быстрее, чем в больнице, и без всякой терапии. Потому что тут палка о двух концах. Пустулы приводят к тому, что в кровь попадает инфекция, это приводит к увеличению лимфоузлов, врачи начинают давать антибиотики, а они противопоказаны при псориазе, так же как и салицилки, так же как литол и многое другое, чем лечат псориаз. В этом году [2016] я болел свиным гриппом, и он вызвал обострение пустулёзного псориаза, потому что поднялась температура тела. У меня, как поднимется температура, так сразу начинает сыпать пустулами, но они тут же проходят через несколько дней, и за

неделю-две максимум всё уходит.

Итак, до лечения псориаза в 2010 г. я имел зимнюю форму псориаза, а сейчас имею её круглогодичную... При том, что летом мне хуже. Обратил внимание, что псориаз начинат сыпать весной, сейчас меня посыпало, были отдельные участки кожи, где были пустулы, но они прошли (я их всех одним ногтем сцарапал, потом обработал перекисью, и всё). Так они быстрее заживают, чем когда там гной и они сами прорывают. И второе обострение - это начало августа до примерно 10 сентября. Потом ещё в декабре до примерно 10 января. Вот у меня получается около трёх обострений в год. Значит, из лечения что у меня есть? А ничего нет, я его не лечу. Когда температура сильная была, я пил раньше парацетамол, но после его приёма обратил внимание, что краснею и пустулы появляются. Если температура, то я пью нимесил, а вам надо всё теперь проверять - что можно, а что нельзя... Теперь для вас всё как бы начинается с чистого листа - утром выпил четвертинку, вечером посмотрел, на следующий день опять четвертинку - снова посмотрел, и если нет ничего, то полтаблетки попробовать. Кстати, мне ещё нельзя кукурузу жрать, на неё у меня сыпет... и ещё сыпать может на йод, зелёнку, ацетилсалициловую кислоту, салициловые мази, дермовеит, пенициллин и другие антибиотики.

Кстати, со мной ещё лежал дедушка у него, такая же фигня была, обострилось от алкоголя. И девушка лежала до меня, у неё то же самое было, я хотел с ней поговорить, но долбаные врачи мне не разрешили, и даже телефон не взял у неё. Из мазей я чего только не наэкспериментировал и всякие "народные" травы какие только не пил от псориаза и от интоксикации, для очищения крови. Потом травяные ванны делал, солевые ванны, на ванну 1 кг соли бросал - нифига не помогает. Пока он сам по себе не пройдёт, ничего не поможет. А чем вы действительно можете помочь, так это тем, что надо кушать правильно и избегать провокаторов типа солнца, "красных" продуктов, паслёновых и т.д... Из мазей я использую только вазелин без добавок, но не на пустулы и на красную кожу (она сама пройдёт по себе, пустулы вскроются, а кожа слезет, новая кожа вначале покроется прыщиками, они потом пройдут). Но старую кожу можно помазать вазелином, она так быстрее слезет. Ещё при обострении я наблюдаю почему-то изжогу, нарушения стула, но с этим я не борюсь, ибо тут нужны врачи, клизму я могу сделать, но тоже не делаю, боюсь.

Что я ем. С утра кушаю каши любые, кроме кукурузных и ячневых. В основном это овсянка с бананом, пшеничная тоже с бананом, пшеничную с сыром делаю себе. Супы только куриные, редко говядина. Из напитков только чай, и то очень слабенький и без сахара. Из овощей-фруктов я ем яблоки зелёные не кислые (кислятину вообще нельзя есть), желателно полусладкие, красные яблоки ем мало, жёлтые много. Ем салат, капусту, петрушку в супах и укроп также, кинзу не перевариваю на запах и не ем. Молочное: пью только кипячёное молоко (мало), кефиры 1-процентные, ряженку, сметану - всё это с хлебом. От хлеба не могу отказаться, ем его много. Ем также печенье без добавок типа галетного. Кстати, во время обострения могу позволить покушать сладкого немного, всё равно это сильно на процесс не повлияет, главное, ничего в кровь не лить и не делать инъекции всяких лекарств. Соки вообще не пью, только воду и чай слабый.

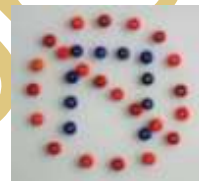
По работе стараюсь сильно не потеть. Если купаюсь (когда кожа не поражена), то использую только банное мыло без добавок. Никаких духов и т.п. вонючек не использую. Из обтираний кожи во время обострения использую только перекись водорода и борный спирт (очень мало), раньше использовал муравьиный. Из мазей только вазелин без добавок. У вас (у кого пустулёз) сейчас сложное время, и кстати, вам, как и мне, нельзя быть на солнце, никаких ПУВА-терапий, никаких соляриев - это вообще противопоказано. Вам надо сейчас пережить сложное время, а дальше всё устанет - пустулёз, он сразу не уйдёт, он всё равно будет, но с каждым разом будет проходить быстрее и потом вообще может уйти. Пока не будет провокатора. Я не знаю, но я врачам не верю. Ибо на мне много чего проверили и ничего не помогло. Кстати, при полном поражении кожи могут почки пострадать, надо за ними ещё смотреть, у меня камень [из почки] уже вышел

один, это был кальцинат из-за пиелонефрита. Удачи вам, всё будет хорошо.

Для всех. Вам назначили лечение в поликлинике, прежде чем лечиться, не поленитесь, почитайте отзывы о препаратах, поговорите с людьми. Ибо можно полечить одно, но навредить другому.

И что ещё я делал - я вёл дневник, где записывал, что кушал, что пил, что делал днём и т.д. И тогда, когда начиналось обострение, я мог спокойно отследить, что я, возможно, сделал не так. Тогда, в 2010 г., ваш форум мне помог, почитал, что пишут, что я не один с такой бедой. Спасибо вам.

Фото, цитаты, афоризмы. Выпуск 179



20 мая, 2016

Галерея "Фото участников форума"

[НА ДОРОГАХ АМЕРИКИ...](#)

Все фото: Игор



Юта



Орегон



Вашингтон, недалеко от Сиэтла

Далее - традиционная рубрика "Семь ляпниц на неделе".

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

#179

Norma

Если массажист как-то выразит нелояльность - смените его. Это не массажист, а массажёр.

ТайВан

... выходить в свет надо всегда сытым, тогда ни одна зараза не пристанет. Кроме ползающих и летающих тварей, те пристанут точно!

Андрей1991

Если я сфотографирую всё тело, вы и не заметите наличие псориаза. Но он есть.

RedMen

... меня лечить - токо народное достояние разбазаривать

А_112

Добрался до Петрозаводска, как же всё-таки юг Индии далеко от юга Карелии...

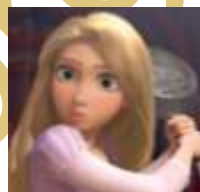
Олег777

Как раз в то время познакомился с новой девушкой, на неё пророщенные зёрна произвели хорошее впечатление.

Львёнок

... про толстую кишку вообще разговор не идёт. К тому моменту, когда еда дойдет до конечной точки, её рассматривать почти бесполезно.

Воскресный оффтоп: Злата Прага. 1. Старе Место и др.



22 мая, 2016

Участник форума Elle:

Долго думая, куда бы съездить на 2-3 дня, выбрала всё-таки Прагу. Иногда не нужно далеко лететь или ехать для того, чтобы побывать в чудесных местах и увидеть что-то новое.

От меня до Праги всего 550 км и я решила поехать на машине, к тому же, на то была ещё одна причина, о которой я напишу позже. Упаковав кроссовки (что для меня действительно особенное дело) и заправив машину, я пустилась в путь.

Итак... Прага - Главный политический, экономический и культурный центр Чехии. Население — 1,3 млн. человек. Расположена на берегах реки Влтавы.

Прага — город, где будут постоянно болеть ноги, где легко набираешь пару кг лишнего веса и тратишь кучу денег на совершенно незапланированные покупки. И при этом Прага — город, в который влюбляешься без памяти и приезжаешь вновь и вновь: с удобной обувью, зверским аппетитом и запасным чемоданом.

Прагу можно описывать бесконечно. Это один из крупнейших городов Центральной Европы и многовековая столица Богемии. Это мосты, соборы, позолоченные башни и церковные купола, отражающиеся в водах Влтавы уже более 10 столетий. Это почти не пострадавший во время Второй мировой средневековый центр с мощеными улицами и дворами, бесчисленными шпилями и лавочками. И наравне с этим Прага — современный и оживлённый город, полный молодой энергии, музыки, культуры во всех ее проявлениях и ресторанов высокой кухни. Многие считают Прагу самым красивым городом Европы.

Часть 1. Старе Место, Карлов мост и Ко

Начнём мы с Общественного дома.

Общественный дом — одно из самых великолепных зданий Праги. Посетив Дом, который горожане также называют Муниципальным, вы ощутите неповторимый дух золотого века модерна. Главный пражский представитель стиля ар-нуво — Общественный дом — располагается недалеко от старой Пороховой башни. На его месте в средние века высился королевский дворец, позже здание было семинарией, резиденцией архиепископа, военной академией. Окончательно разрушившись, освободило место под новое строительство, которое было поручено чешским зодчим А. Бальшанеку и О.Поливке и длилось 7 лет. В те времена Чехия была частью Австро-Венгрии: в оформлении нового здания Муниципального дома заметно

влияние австрийского ар-нуво. Общественный дом – это уникальная гармония стилей архитектуры и живописи рубежа XIX и XX веков: необарокко, неоренессанс, западные, восточные влияния сливаются с чешским модерном. Монументальный вид здания венчает выдающийся декор, созданный 30 ведущими чешскими художниками и скульпторами того времени. С первого дня открытия Дома в 1912 году в нем проводились балы, концерты, выставки, собрания обществ и клубов. Задуманное как многофункциональное, здание служило и главным центром гастрономии в Праге.



Один из ресторанов Общественного дома. В нём вы можете отведать знаменитую утку по-пражски.





Сердце исторического центра Праги района Старе-Место — Староместская площадь — известна с 12 века. Когда-то здесь был шумный рынок, собиравший на своей площади множество ремесленников, торговцев, мастеров, купцов с товарами из разных стран. Площадь окружена архитектурными шедеврами всех эпох и стилей — от рококо до барокко, от возрождения до готики, от классицизма до авангарда, — а от неё лучами расходятся сказочные пражские улочки, сохранившиеся до наших дней практически в первозданном виде. Староместская площадь наряду с Карловым мостом и Пражским Градом считается самой яркой достопримечательностью Праги, где в любое время года можно встретить огромное количество туристов из разных стран.





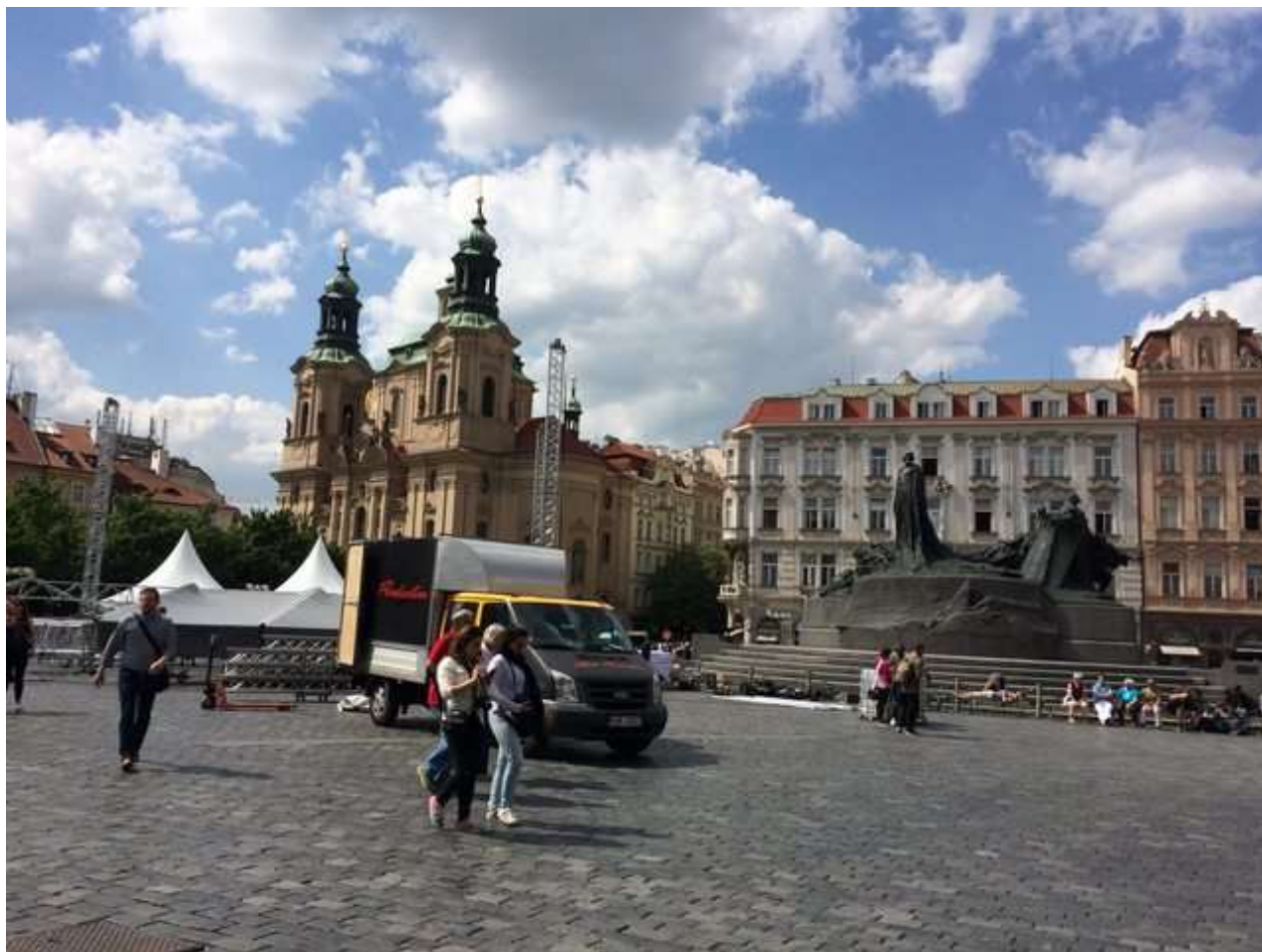
www.psc



Заметный в любую погоду из любой точки Праги, одетый лучами солнца в золотые убранства Тынский храм, или храм Девы Марии, насчитывает уже семь веков. Это его две остроконечные башни — символ Праги — возвышаются над красными крышами домов, как будто одетые в царские короны, украшенные золотыми шарами. Из многих достопримечательностей Праги храм Девы Марии перед Тыном является наиболее значимым и неповторимым. Он представляет собой действующий костел, возведенный в готическом стиле с элементами барокко известнейшим немецким архитектором и скульптором П.Парлером. Несмотря на то, что он горел в 1679 году, ему удалось сохранить свою величественность и приобрести уникальность. Ведь известно, что именно после пожара главный неф стал намного ниже и в XVII веке на месте готических башен, уничтоженных пожаром, были восстановлены башни барочного стиля, а их высота достигает 80 метров. Если внимательно на них посмотреть, то становится видно, что ширина башен абсолютно разная.



В северной части Староместской площади установлен памятник Яну Гусу, у подножия которого отдыхают после продолжительных прогулок туристы, используя нижние выступы в качестве лавок. Крупный монумент символизирует национальное единство. Появился он в 1915 г., в честь 500-летия со дня смерти Яна.



Ратуша — главное сооружение на площади. В Средние века ратуша была центром политической жизни Праги. После майского восстания 8 мая 1945 г. уцелела только башня и небольшой фрагмент примыкающего к ней дома. На башне устроена смотровая площадка. В здании ратуши находится музей, проходят выставки, а также торжественно регистрируют браки в специальном зале.



Немногие знают, что Астрономические часы, расположенные в одной из башен ратуши называют так же Пражскими курантами или же Пражским Орлоем. Дело в том, что оригинальное название этой легендарной достопримечательности Pražský orloj, что в переводе и означает упомянутые выше синонимы. Именно здесь можно всегда увидеть многочисленных туристов, ожидающих действо, которое называют настоящим прорывом всех времен - шоу, когда оживают фигурки, находящиеся внутри часов.



Продолжение следует...

Да, кстати... Псориаз и голодание



24 мая, 2016

Участник форума ddSat в теме [Дневник голодающего](#):

Если пятен мало, они "дежурные", стадия псориаза стационарная или вялотекущая, то смысла никакого в голодании не вижу. Смысл есть краткосрочно поголодать, чтобы сбить обострение. Всю жизнь голодать не будешь.

Горячий источник в х. Кубанский, опыт лечения псориаза



26 мая, 2016

В разделе [Курортотерапия, бальнеотерапия и отдых](#) содержатся отзывы участников форума о действиях на проявления псориаза и псориатического артрита курсов лечения и пребывания в санаториях, местах курортов и отдыха. Сегодня о своём опыте купирования псориатических проявлений на горячем источнике в хут. Кубанский (Краснодарский край) рассказывает участник форума lyunka.

Хочу написать об одном лечебном горячем источнике в нашем крае, на котором на днях лечилась. Здесь на сайте информацию о нём не нашла (возможно, плохо искала) или её обновлю, если она уже есть.

Этот источник находится в Краснодарском крае, Белореченский район, х. Кубанский. Там за хутором в совдеповские времена был санаторий «Солнечный». Сейчас он разрушен, а источник работает по сей день. Много лет назад бурили скважину, искали нефть, а нашли этот лечебный горячий источник. Вокруг лес и небольшие горы – красота и чистый воздух!

Возможно, этот горячий источник не знаменит и не совсем хорошо оборудован, но для меня важны были его лечебные свойства, народная реклама тех, кто там уже был с псориазом и с суставами. В основном приезжают лечиться местные с проблемами нервной системы, опорно-двигательного аппарата, кожными заболеваниями, гинекологией и др.

Я там была с 17.05.16 по 23.05 – неделю. За это время у меня значительные улучшения на коже (хотя, на мой взгляд, лучше приезжать весной, осенью или зимой, летом у нас на Кубани слишком жарко). Хочу заметить, что мой 30-летний псориаз уже трудно чем-то удивить и испугать. Он боится только солидола на протяжении 20 лет, больше его ничего не берёт. Сама не ожидала такого результата и поэтому сделала мало фотографий до лечения, но всё же есть кое-что сравнить:



Это я сфотографировала ноги, а на ногах у меня всегда проходит хуже, чем на других частях тела. **Голова практически вся очистилась, остались еле заметные пятна на лбу и за ушами, много мелких высыпаний на туловище прошли полностью. Локти практически чистые.**

Не смогла остаться лечиться дальше, так как мне уже давно врачом запрещён такой вид лечения, солнце (организм подвержен новообразованиям), но очень хотелось попробовать, и поэтому поехала на него. Очень много положительных отзывов о нём.

Я напишу подробнее об этом источнике, возможно, кого-то он заинтересует.

Из г. Белореченска ходят автобусы в х. Кубанский. С жильём проблем нет. Вдоль дороги много объявлений о сдаче жилья. Стоимостью от 150 – 300 руб. в сутки, зависит от удобств. Рядом с бассейном сдаются домики (500 руб. в сутки).

Купаться в бассейн нужно ходить 2 раза в день. Плата за принятие процедуры купания – 250 руб. в день. Для льготников и пенсионеров плата – 150 руб. в день. Утром платишь, а вечером вход по талону. Кто снимает домик, тот в бассейн ходит бесплатно. Место купания выглядит так:



Там висят часы, чтобы следить за временем. Рекомендуется находиться в воде не более 15 минут. Приезжать можно в любое время года. В этом году сделали тёплые раздевалки и столики с лавками, поэтому и поднялась цена. Раньше за купание платили по 50 руб.



Итак, лучше приезжать весной-осенью-зимой, летом слишком жарко. Там некуда спрятаться от солнца, весь бассейн тоже находится на солнце и в солнечную погоду в нём слишком сильно нагревается вода. После обеда в неё трудно заходить, горячая: 43 градуса (замеряли). По моим наблюдениям, это не сильно пугает приезжающих – они всё равно лезут в эту горячую воду. Некоторые приходят купаться ночью.

Бассейн работает круглосуточно. Во вторник с 16 часов его закрывают. Сливают воду и чистят. Написано, что в среду работают с 12 часов, но можно приходить и утром, просто воды будет мало и она будет сильно горячая. Вода набирается почти двое суток до нужной отметки и остаётся проточной (из одной трубы вливается, из другой выливается). Глубина в бассейне – по пояс, чуть больше метра. Спуск по ступенькам, которые сделаны вдоль одного края. Вокруг бассейна лавочки.

После купания хочется как минимум полежать, а вообще-то поспать. Вода очень расслабляет. В хуторе есть продуктовые магазины, базарчик и вдоль дороги к бассейну около каждого двора своя торговля – мёд, овощи и др. По вечерам и вообще никаких развлечений в хуторе нет. Сюда едут только лечиться и отсыпаться.

Вспомнила – вода в источнике воняет креозотом (шпалы), видимо, из-за брома, который в воде. На мой взгляд, запах не сильный, купальник отстирывается трудно. Говорят, что по составу в воде чуть ли не вся таблица Менделеева.

Местные посоветовали ещё пить эту воду. Набираю чистую из трубы, развожу 1 ст. ложка на стакан воды. Пить по ½ стакана 2 раза в день. Для питья воду надо разводить, так как она очень концентрированная. Можно цельной водой полоскать рот и горло. На мой взгляд, вода мягкая, и это ощущается сразу, как в неё заходишь. Я всегда мочила в ней голову и потом не смывала с шампунем – волосы расчёсываются хорошо, а они у меня длинные.

Теперь, наверное, всё написала. Продолжу лечение солидолом.

Кулинарная суббота: Бурый коричневый рис с овощами - рецепт Дж. Пегано



28 мая, 2016

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

Новый рецепт из книги Пегано!

Давно мы не готовили по рецептам от Пегано. Итак, возвращаемся к истокам :)



- 1,5 чашки бурого риса
- 2 чашки брокколи
- 2 чашки аспарагуса
- 1 средняя луковица
- 1/4 чашки оливкового масла
- 2 ст. ложки соевого соуса
- По 1 ч.л. лукового, чесночного порошка
- Черный перец
- (соли нет, вместо соли соевый соус)

Сначала нужно сварить коричневый рис до готовности.

Порезать овощи, положить все специи по пол чайной ложки и запечь в духовке минут 5 на режиме гриль.

Не передержите, овощи должны быть хрустящими.



Смешать овощи, рис, соевый соус и оливковое масло. Добавить оставшиеся специи. Хорошо перемешать и подавать.



Хороших выходных!
Уайта

О применении Нафтадерма при псориазе



30 мая, 2016

Обсуждение применения Нафтадерма при купировании псориатических проявлений участниками форума в теме <http://psoranet.org/topic/2278/> :

Стекляшка

Мне Нафтадерм очень помог. Надеюсь, не перестанет меня спасать.

Первый раз попробовала его во время обострения летом, в августе (после прочтения этого форума, кстати), тогда у меня был покрыт живот, шея, подмышки и внутренняя сторона бёдер. За пару недель всё прошло. Сейчас опять обострение - шея, подмышки, живот, бёдра, добавились руки. Благодаря Нафтадерму "отвоевала" шею и подмышки, нет сил одевать кофты и свитера с высоким воротником. Сегодня наконец-то нацепила свитер с широким вырезом, что значительно подняло мою самооценку.

Продолжаю мазаться уже вторую неделю подряд, пока что результаты не такие стремительные, как в первый раз. Но уже прошло шелушение, осталась только краснота.

paniKlara

Я тоже встречаю в сети информацию о нафтадерме и нафталановой мази. Видимо, в составе обоих препаратов один и тот же главный ингредиент - нафталанская нефть. Может, кто-то знает, чем отличаются эти препараты?

FROL

Чем отличаются? - да, в сущности, ничем, основное ДВ - нафталан = нафталанская нефть.

Была попытка разобраться, т.е. всё сводилось к тому, что ДВ у нафтадерма - это нафталан (рафинированный, см. цитату ниже), а у нафталановой мази - нафталановое масло (общая фракция нафталановой нефти). Но эти ДВ - по сути одно и то же, читаем в статье Характеристики препаратов «Нафталановое масло» и «Нафталановая мазь», цитата:

*...**Нафталановое масло** - это жидкая гомогенная система, <...> состоящая из сложной смеси полициклических нафтенных углеводородов с короткими боковыми цепями, представляющую собой общую фракцию нафталановой нефти составом нафтенных углеводородов (98%) и изоалканы (изопарафины) (2%)...*

Последняя фармакопейная статья на «**Мазь нафталанная**» была утверждена 16.05.1986 г. за № ФС 42-1626-86. Данный препарат, производимый разными производителями в СССР, содержал **70% нафталановой нефти** и 30% носителя (нафтенных углеводородов). Он имел свои преимущества и некоторые недостатки, связанные с цветом, липкостью смол и содержанием петралатума (токсичный нефтяной продукт) в мазевой основе.

Нафталанская нефть рафинированная (ФС - 0066259702) как субстанция, введенная впервые в Российской Фармакопеи от 04.06.2002 г., так и не успела найти свое применение в приготовлении лекарственных форм из-за запрещения вывоза нафталана за пределы Азербайджана законодательными актами нашего государства. Ныне **нафталановая мазь** производится только в Азербайджане на основе традиционной формы на базе Нотивного нафталана фармацевтической компанией «Азерфарм» ЛТД и фирмой «БИОЙЛ ЛТД» на основе нафталанового масла...

Renina

Дорогие друзья, добавлю личный опыт для статистики. Для меня есть заметная разница в результате использования нафталановой мази и крема "Нафтадерм".

1) Нафталановую мазь мне дают в НИИ Микологии по запросу врача, но строго в стадии разрешения бляшек, на "долечивание", образно говоря. За 10-14 дней ежедневного использования нафталановой мази бляшки разрешаются и наступает состояние, которое я могу назвать ремиссией. У неё есть минусы: очень жирная, запах специфический, добыть в аптеках СПб почти невозможно. Только как у Райкина: "через директор магазин, товаровед, завсклад...".

2) Нафтадерм почти всегда можно купить в аптеках СПб или заказать, стоит от 420 до 580 руб. Не жирный, легко отстирывается, быстро подсыхает. Можно мазаться утром и вечером. Весной 2015 г. 10-14 дней ежедневного использования, эффект едва заметный. За это время мне надо было 4-5 тюбиков. Перешла на нафталановую мазь - за 5-7 дней заметный эффект.

Личный вывод: нафтадерм удобней в использовании, но эффект наступает при длительном и регулярном применении.

Нафталановая мазь менее удобна в использовании (это мягко говоря), но даёт заметный эффект.

И повторяюсь, я использую нафталан только в стадии разрешения - после смеси гормона и салицилки, "чистки крови" и UVB.

Пробовала нафтадерм в начале обострения - не заметила ничего, обострение росло.

И очень важно для меня: осенью 2015 г. после использования нафталановой мази прошёл псориаз на ногтях стопы. На ночь мазала мазь, одевала носки, с утра мылась и мазала ногти маслом чайного дерева и увлажняющим кремом. Где-то через 10 дней проявления псориаза прошли, ноготь стал отрастать нормальный. Сейчас ногти здоровы.