



ЗДОРОВЬЕ МОЖНО УКРЕПИТЬ НАТУРАЛЬНЫМИ СРЕДСТВАМИ

17 лет практического опыта



Уважаемые друзья.

Я собирал эту информацию по крупицам более 17 лет, проверял на практике, много читал, советовался с уважаемыми специалистами — врачами, биохимиками, фитотерапевтами, изучал подходы к натуральной медицине в Европе. Найдите 10 минут для чтения. Если Вы принципиально считаете, что лучше не болеть чем постоянно лечиться и уважительно относитесь к натуральным средствам укрепления здоровья, то эта система для Вас. Она проста, отнимает минимум времени у занятого человека, давая при этом максимальный результат. Здесь нет «чудо-таблеток», но Вам и не нужно становиться профессором самому. Все компоненты уже подобраны для Вас, исходя из знаний современной науки об укреплении здоровья. Они все официально зарегистрированы в России и прошли необходимые апробации. Разумному врачу показать не стыдно.

Мне бы хотелось, чтобы прочитав эти методики, Вы: задумались, заинтересовались и увидели, что такой подход к здоровью Вам нравится. А дальше всегда можно задать вопросы и приступить к действиям.

Удачи Вам. Благополучия. И конечно, здоровья!

С уважением,
Владимир СОКОЛИНСКИЙ

Чувствуете ли Вы себя здоровым и хватает ли Вам энергии?

Если ответ на эти вопросы — «Нет», почитайте в чем суть «Системы Соколинского» — самой простой, логичной и понятной системы для укрепления здоровья натуральными средствами.

Можно ли вечно спешить и постоянно нервничать, получать вместо нормальной еды красители и ароматизаторы, вместо воздуха — выхлопные газы, а вместо воды — всю таблицу Менделеева, при этом ничего для укрепления здоровья не делать и чувствовать себя хорошо?

Мы пришли к такой степени «цивилизованности», при которой и обеспеченные люди и небогатые устают, болеют и умирают практически с одинаковой степенью вероятности, поскольку главное влияние на это оказывает экология и состав продуктов питания. Как ни удивительно, даже отдых на экзотиче-

ских островах не добавляет здоровья из-за смены климата. В плане здоровья все равны. Поскольку самый дорогой врач не может помочь организму, сильно напрягаемому со всех сторон разнообразной химией, электромагнитными излучениями от техники и запредельными стрессами и испытывающему при этом дефицит жизненно-необходимых веществ.

Супер-идея «Системы Соколинского» как меньше болеть и меньше устать — это сначала очищение организма от токсичных веществ и паразитов и затем насыщение необходимыми для нормальной работы веществами (витаминами,

микроэлементами, аминокислотами, правильной водой и т. п.). Разумеется, все это — натуральные вещества, 17 лет опыта и тщательный подбор схем приема натуральных средств различных производителей. И главное — в центре «Рецепты здоровья» есть 100% гарантия подлинности. Все натуральные средства, которые рекомендуются состоят из компонентов, включенных Институтом питания РАМН и Роспотребнадзором в официальный документ «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации».

Итак, «Система Соколинского» содержит только научно обоснованные факты:

как влияют натуральные вещества на организм. Это не сиюминутное лечение болезней, а восстановление здоровья. «Система Соколинского» помогает тем, кто хочет не болеть и использовать при этом как можно меньше химических лекарств.

Она предназначена для людей занятых и поэтому проста и не требует особых усилий.

В центре Рецепты здоровья можно получить бесплатную консультацию нашего консультанта по применению «Системы Соколинского» ежедневно без записи (все консультанты имеют медицинское или фармацевтическое образование) или записаться на индивидуальную консультацию к Владимиру Соколинскому

Всего в Центре «Рецепты здоровья» доступно более 1500 натуральных препаратов, полезных продуктов питания, профессиональной природной косметики, домашних медицинских приборов. Мы сотрудничаем с 40 различными производителями. У Вас огромный выбор.

➡ Рецепты здоровья у Московских ворот — Московский 107 м. Московские ворота, 1-й дом направо, вход с проспекта (812) 373-9545, 457-0867

➡ Рецепты здоровья на Сенной — ул. Садовая 35\14, вход со Спасского пер., Бизнес-центр «На Сенной», 2-й этаж (812) 457-1467

В Интернет:
www.pobedi2.ru
www.receptspb.ru

Хронический запор. Неприятность или огромный риск

Известно, что у африканцев заболеваемость раком кишечника низкая. Это объясняется большим содержанием в пище растительных волокон, что приводит к быстрому продвижению пищевого комка по кишечнику и редкими запорами. Наша же пища проходит по кишечнику медленно, увеличивается число и активность анаэробных бактерий, а их ферменты, как предполагается и вызывают образование канцерогенных веществ. Таким образом, чем больше у вас проблем с запорами, тем выше риск развития рака. По данным той же беспристрастной статистики, ежегодно в России выявляется более 40 000 новых больных раком толстой кишки.

Кроме того хронический запор сильно снижает иммунитет, поскольку большая часть иммунных клеток рождается в тонком кишечнике, повышает риск аллергии у детей и взрослых, инсульта (поскольку здесь всасывается холестерин, и также раздутые петли кишечника мешают нормальному кровообращению, давят на сосуды). Да и настроения при хроническом запоре «ноль»,

потому что токсины из кишечника очень плохо влияют на нервную систему. Что делать?

С нас: нормализовать состояние слизистой кишечника, выделение желчи, уровень молочнокислых бактерий и пищевых волокон. **С Вас:** достаточное количество жидкости, питание небольшими порциями 3-4 раза в день и ограничение мучного, сладкого, молока и явно бесполезных продуктов — газированных напитков, сильно пережаренных и жирных продуктов.

При хронических запорах мы используем одновременно комплекс «**Девятка. Активные волокна**» и **фитосбор серии «Рецепты Соколинского» «Фитобилин»**. По-возможности также добавьте к ним минимум молочнокислые бактерии Санта-Русь или Лакторей, а еще лучше Флородофилус или Бифидофилус. Это, согласитесь — очень просто. Но абсолютно безопасно, в отличие от клизм и приема слабительных. Сенна, к примеру, также двигает кишечник к раку, как и сам запор, поскольку раздражает его. Не стоит думать, что если слабительное растительное, то оно не вызывает привыкания и безопасно. Единственный безопасный способ борьбы с запором — нормализация пищеварения.

В состав главного действующего натурального средства при запорах «Девятки» входят: 2 вида активных инулинов, отруби, специальным образом обработанная свекла, импортный экстракт цикория, пассифлора. В комплексе эти активные природные вещества работают не только на очищение кишечника, но и на снижение веса. Продукт предназначен для ежедневного употребления по 1-2 столовых ложки

с соком или молочнокислыми продуктами.

Инулин — натуральное инсулиноподобное вещество из топинамбура. Инулин, в отличие от «тяжелых» углеводов, легко усваивается, не дает увеличения жировой ткани даже при недостаточных физических нагрузках. Более того он улучшает работу поджелудочной железы и выработку собственного инсулина. Поэтому качественный инулин дает долговременный эффект улучшения пищеварения. На эту тему даже есть диссертация. На комплексе «Девятка. Активные волокна», как на основе, хорошо растут молочнокислые бактерии. Он обеспечивает нормальное переваривание пищи и борется с дисбактериозом кишечника.

Порошок свеклы — источник минеральных веществ, пектинов. Общеизвестно стимулирующее влияние свеклы на кроветворение, обмен веществ, функцию половых желез.

Отруби — все знают, что они стимулируют и очищают стенку кишечника, улучшают пищеварение.

Экстракт цикория — снижение веса за счет улучшения функции печени и желчевыводящих путей, нервной системы

Пассифлора (страстоцвет), плоды маракуйи воздействуют на тонус пищеварительной системы, снимают спазмы гладкой мускулатуры кишечника. Особенно это важно для женщин, у которых запоры часто носят эмоциональный характер.

В составе «Девятки» нет ни одного сильного слабительного. Но при этом, в комплексе, ее компоненты мягко и довольно быстро очищают кишечник, нормализуют пищеварение, что помогает начать худеть.

В отличие от слабительных «Девятка. Активные волокна» не раздражает кишечник и не вызывает привыкание.

Фитосбор повышенной биодоступности «Фитобилин» также звезда в своей области. Он улучшает структуру желчи. А именно, своевременное выделение желчи после приема пищи обеспечивает правильное пищеварение и регулярный стул. У многих людей особенная от рождения форма желчного пузыря и желчь плохо выделяется, становится густой. «Фитобилин» хорошо помогает при такой проблеме. В состав фитосбора «Фитобилин» входит более десятка подготовленных уникальным ультразвуковым измельчением для усвоения лекарственных трав в строго определенной пропорции. Поэтому к нему нужно относиться серьезно, а не просто как к «чайку».

«Система Соколинского» для нормализации стула

Принимать по 1-2 столовых ложки **Девятка. Активные волокна** в день, желательно перед сном, заливая стаканом кефира или другого молочнокислого продукта. В это же время выпить 3-4 таблетки **бактерий Санта-Русь** или **Лакторей** или 2 капсулы **Бифидобилуса** или **Флородофилуса**. В течение дня заварить 2\3 чайных ложки **фитосбора «Фитобилин»** 300 мл. кипятка и выпить в несколько приемов. Курс 1 месяц

В дальнейшем повторять периодически и не забывать в течение дня пить не менее 4 стаканов воды, придерживаться разумного питания с ограничением мучного, сладкого, жирного. Полностью исключить газированные напитки.



Гепатит. Тихий убийца

Гепатит А в большинстве случаев не оставляет следов, а вот вирусы типа В и С часто сохраняются в печени и вызывают хроническое заболевание. За несколько лет вирус, называемый «ласковым убийцей» разрушает клетки печени и приводит к значительному ухудшению общего состояния. Проблема заключается в том, что обнаруживается хронический гепатит чаще случайно, поскольку его основные симптомы банальны — постоянная усталость, тяжесть в правом боку, кожный зуд. Но не только при вирусном гепатите будет полезно почитать эту статью. Почти все те же средства применяются при поражении печени алкоголем и избыточным употреблением лекарств.



«Система Соколинского» — это конечно же не способ полного излечения хронического гепатита — с исчезновением вируса из организма. Большинство больных такой задачи не ставят. Они хотят, чтобы печень не разрушалась и сохранялась нормальная работоспособность.

В рекомендации натурального препарата «Лайвер 48 (Маргали)» при гепатите, циррозе печени, злоупотреблении алкоголем и лекарствами, да и просто для чистки печени я опираюсь на методические рекомендации, составленные известным фармакологом профессором П. Д. Шабановым. Там есть вся информация об улучшении функции печени, при ее насыщении растительными компонентами Лайвер 48, и особенно серой. Лайвер 48 не только укрепляет клетки печени — гепатоциты, но и помогает избежать застоя желчи в печени.

Также в систему мы включаем **Фунгимакс** (грибы шиитаке), поскольку гепатит — это иммунологический процесс. Стимулировать иммунитет нельзя, а поддерживать можно и нужно. Полисахариды целебных японских грибов шиитаке как раз и помогают регулировать работу лимфоцитов. Третий необходимый компонент системы — качественный соевый **Лецитин**. Это фосфолипиды из сои. Они необходимы для разжижения желчи и профилактики перерождения клеток печени в жировую ткань (жировой гепатоз). Четвертый опорный столб «Системы Соколинского» для укрепления здоровья при гепатите — омега-3 кислоты. Это натуральный препарат — **Мегаполиен**. Омега 3 ПНЖК относятся к незаменимым веществам. Они не синтезируются в организме человека и крайне важно ежедневно получать их в достаточном количестве и сбалансированном составе. По данным НИИ Питания РАМН дефицит потребления Омега-3 у большей части детского и взрослого населения России составляет около 80%. А между тем при гепатите особенно важна способность Омега 3 смягчать степень воспалительного процесса, укреплять клеточную стенку и улучшать жировой обмен.

Мегаполиен это легендарные омега-3 кислоты. Еще 15 лет назад, руководитель центра «Рецепты здоровья» Владимир Соколинский брал интервью у сотрудника отдела нейрофармакологии НИИ экспериментальной медицины РАМН в Петербурге для городской медицинской

газеты и впервые узнал об эффективности мурманских разработок препаратов омега-3 кислот полиенов. В 1992-1995 году еще не существовало запретительных законов в отношении клинических испытаний БАД и ученые честно установили, что мурманские омега-3 кислоты достоверно снижают риск сердечных заболеваний, улучшают ситуацию при нарушении мозгового кровообращения (инсульте), творят чудеса при язве желудка, тормозят развитие рака молочных желез и прямой кишки, полезны при псориазе, гепатите. С 2010 года у нас вновь можно приобрести этот восхитительный, по своим свойствам продукт, теперь уже выпускаемый специально для центра «Рецепты здоровья» — Мегаполиен. Действующая основа «Мегаполиена» имеет 2 патента Российской Федерации, по ее свойствам защищено несколько диссертаций.

«Система Соколинского» для укрепления здоровья при хроническом поражении печени:

■ **1 месяц**

Лайвер 48 по 1 капс. 2 раза в день с едой + **Лецитин** по 1 чайн. ложке 2 раза в день + **Мегаполиен** по 1 капс. 2 раза в день + **Фунгимакс** по 1 капс. 2 раза в день (при вирусном поражении печени)

■ Затем поддерживающие 2-х месячные курсы каждые шесть месяцев. В остальное время регулярный прием витаминов и микроэлементов (**Витабаланс 2000** или **Спирулина Сочи НЦВК**). Конеч-

но же, в особенных случаях, лучше получить личную консультацию.

Очищение печени

Понятно, что натуральное средство, после приема которого достоверно улучшается функция печени по анализам даже при гепатите, будет очень эффективно и для планового очищения печени. Поэтому курс приема Лайвер 48 по 1 капсуле 2 раза в день два-три раза в год это лучшее, что можно предложить. Мы рекомендуем его в первую очередь и тем, кто хочет уменьшить склонность к аллергическим заболеваниям и для очищения печени при хронической усталости и в начале любого другого оздоравливающего курса, поскольку печень — ключевой орган. От качества ее работы зависит общее состояние здоровья, иммунитет, гормональный фон, работоспособность.

Почитайте подробнее о различных вариантах очищения печени, в т. ч. при наличии камней в желчном пузыре на сайте.



Головные боли. Причин много, но начните с ...

Нервные клетки потребляют при нормальном функционировании огромное количество энергии. Поэтому при нарушении кровообращения они страдают сильнее других и сигнализируют об этом болью. Кроме того нервная ткань может повреждаться свободными радикалами и вирусами. Крайне негативно влияет на мозговое кровообращение и работу нервной системы в целом повышенное артериальное давление. У некоторых женщин мигреноподобные головные боли связаны с гормональными сдвигами во время цикла. Сотни тысяч много работающих людей страдают от головных болей на фоне перенапряжения и такие расстройства сопровождаются снижением концентрации внимания, головокружениями и т.п. Природой созданы естественные механизмы профилактики нарушений питания нервной ткани. Для этого в растительном и животном мире существуют специальные питательные вещества, которые традиционные медики мира использовали для улучшения работы нервной системы.

Агитировать за поиски эффективного средства для улучшения питания мозговой ткани, людей, страдающих головными болями не нужно. Но важно, что головная боль это не просто проблема, мешающая жить прямо сейчас. На фоне дефицита питания нервной ткани в зрелом возрасте случаются микроинсульты.

Статистика говорит, что после трех небольших нарушений мозгового кровообращения с «потемнением в глазах, потерей чувствительности, нарушением речи и т.п.», которые проходят без следа в относительно молодом возрасте 50-60 лет, чаще всего случается уже настоящий инсульт.

В «Системе Соколинского» натуральное средство «Нейро» изначально разрабатывалось для улучшения питания клеток головного мозга для ускорения восстановления после инсульта. Но некоторые посетители центра «Рецепты здоровья» стали использовать его профилактически и рассказывать о том, что на фоне приема «проясняется голова, прошли регулярные головные боли и головокружения». Так от практического опыта мы пришли к объяснению положительных эффектов «Нейро»

«Система Соколинского» для улучшения питания нервной системы при головных болях при перенапряжении

■ 1 месяц

Природный комплекс для усиленного питания нервной ткани — **Нейро** по 1 капс. 2 раза в день + омега 3 кислоты **Мегаполиен** по 1 капс. 2 раза в день для улучшения текучести крови, уменьшения склонности к образованию тромбов + **Лецитин** по 1 чайн. ложке 2 раза в день + аминокислота **Ацетил-L-карнитин** по 1 капс. в день как антистрессовое средство

для нервной системы, защищающее нервные клетки от повреждения, улучшающее работоспособность, память и внимание.

■ 2 месяца

Омега 3 кислоты Мегаполиен по 1 капс. в день для улучшения текучести крови + **Лецитин** по 1 чайн. ложке 2 раза в день + комплекс натуральных витаминов группы В в высокой концентрации **Вита-Б-плас** как антистрессовое средство для нервной системы, защищающий нервные клетки от повреждения, улучшающее работоспособность, память и внимание по 1 капс. в день

Получив первые результаты, в следующие месяцы нужно сосредоточиться на основной проблеме со здоровьем. Приходите проконсультироваться, поскольку для одних обеспечить стабильное уменьшение склонности к головным болям можно только после очищения печени, а другие действительно настолько много работают, что постоянно нуждаются в защите нервных клеток.

«Система Соколинского» для улучшения питания нервной системы при циклических головных болях типа мигрени

■ 1-2 месяца

Природный комплекс для усиленного питания нервной ткани — **Нейро** по 1 капс. 2 раза в день + омега 3 кислоты **Мегаполиен** по 1 капс. 2 раза в день для улучшения текучести крови + **Мейши** для нормализации гормонального фона по 1 капс. 2 раза в день + **натуральный токоферол Супер Е** по 1 капс. в день

■ 3-4 месяца

Фитосбор серии «Рецепты Соколинского» — Фитогуморал по 2\3 чайн.ложки на 300 мл. кипятка. Выпивать в течение дня для поддержки гормонального фона

Поскольку ведущую роль в комплексе играет натуральный препарат «Нейро», то о его составе поговорим подробнее.

Шлемник байкальский

Издавна применяется в китайской, тибетской и дальневосточной народной медицине. Установлено, что это растение насыщает организм веществами, используемыми им для контроля кровяного давления и при этом значительно облегчается общее состояние, действует успокаивающе на нервную систему (Яблоков, Воронова, 1949; Думенова, 1959).

Работами японских ученых также установлено, что флавоноиды шлемника байкальского используются организмом как противовоспалительные, антитромботические и антибактериальные вещества.

Особенно заметно действие флавоноидов как питательных веществ для нервной ткани. В Китае шлемник назначают при головных болях, бессоннице, нарушении мозгового кровообращения (инсульт).

В России защищена диссертация на тему «Материалы к механизму гипотензивного действия шлемника байкальского» (д. м. н., профессор, Усов Л. А., 1957). В диссертации также отмечено положительное влияние флавоноидов шлемника на нервную систему. Но важно, что в обычной дозировке шлемник ниже нормы давление не снижает.

Кордицепс

Относится к одному из великих средств традиционной китайской медицины. В настоящее время объяснены не все его эффекты. Известно, что целебными являются только высокогорные виды кордицепса, размножающиеся в сложных атмосферных условиях при низких температурах.



Тела насекомых, в которых размножаются споры кордицепса, не разлагаются и не заражаются никакими другими микроорганизмами по причине присутствия кордицепина, обладающего выраженными антисептическими свойствами. Видимо поэтому компоненты кордицепса в организме человека используются в системе противовоспалительной защиты. Также в нем содержится кордицепсовая кислота, аденозин, аденин, пептиды, многочисленные витамины и микроэлементы.

Вещества, которыми насыщается наш организм при приеме кордицепса проявляют антиаритмическое действие, улучшают текучесть крови, уменьшают склонность к тромбообразованию, участвуют в регуляции выработ-

ки нормального холестерина и снижении вредного холестерина низкой плотности.

Когда мы насыщаем нервную ткань и организм в целом специфическими питательными веществами, мы ждем улучшения ее функционального состояния: улучшения мозгового кровообращения, снижения чувствительности к дефициту кровоснабжения и кислородному голоданию, устранения перевозбуждения нервной системы, нормальной регуляции артериального давления, улучшения сна, памяти, внимания, устранения головокружения, головных болей.

Гинкго-билоба — одно из самых популярных в мире растений. Используется и в фармацевтической промышленности и для изготовления

натуральных препаратов. Действующее вещество — флавоногликозиды дополнительно вводятся в организм, т. к. имеют способность встраиваться в механизм повышения текучести крови, снижает чувствительность нервных клеток к дефициту питания и кислорода, встраивается в структуру сосудистой оболочки и укрепляют ее.

Таволга — растение лабазник или таволга издавна добавлялась в чай людям, страдающим расстройствами мозгового кровообращения или тем, кто опасался инсульта и инфаркта. Сегодня из таволги выделены вещества необходимые организму для нормальной саморегуляции системы свертывания крови и тонуса сосудов. В таволге содержатся азотсодержа-

щие соединения, природный гепарин, гликозиды, флавоноиды и природное противовоспалительное средство — метилсалицилат.

«Нейро» — это принципиально другой подход к решению проблемы головной боли, направленный не на устранение симптомов, а на улучшение питания нервной ткани, насыщение веществами, полезными для регуляции работы эндокринной, сердечно-сосудистой, нервной, иммунной систем. Достоинство комплекса в том, что биологически-активные вещества в нем содержатся в виде экстрактов и при небольшом количестве капсул обеспечивают потребность организма. Прием комплекса «Нейро» не мешает приему химических препаратов, назначенных врачом.

Потенция на 5 звезд

Средств для усиления мужских возможностей достаточно много. И каждый мужчина сам прекрасно знает что хочет от такого средства: усиления желания, сильной эрекции, лучшего контроля за семяизвержением, и при возможности — более яркого сильного оргазма. Поэтому не будем долго обсуждать особенности Оргамакс. Мужская формула близости. Скажем только что он, во-первых работает, а во-вторых безопасен. Поскольку принимается курсами по 15 дней. Его конечно можно выпить и для «скорой помощи» за полчаса до близости. Но гораздо приятнее стабильность результата. Ваши возможности будут выше чем обычно, но обычно не возникает никаких побочных ощущений в организме. За это и ценят растения дамиана и муира пуама во всем мире. Как по-

нятно из названия в Псковской области они не растут и издревле использовались индейцами для повышения сексуальных возможностей. Нужно ли говорить, что латиноамериканские мужчины довольно горячи и любимы женщинами за свои мужские способности.

Вопрос безопасности всегда задается неоднократно. Будем максимально точны: для людей, которым не противопоказан секс и натуральные стимуляторы потенции безопасны. Но понятно, что в момент оргазма у любого человека и давление повышается и пульс...

Готу-кола и гинкго-билоба — ставшие классическими в европейской натуротерапии растения для улучшения кровообращения. Улучшение питания головного мозга, спинного мозга приводит к снижению усталости, влияния стрессов.

Нормализуется также приток крови к детородным органам мужчины. Хорошее кровообращение — качественная эрекция.

Дамиана и муира пуама — в отличии от других известных средств не влияют заметно на артериальное давление и не перевозбуждают нервную систему. Усиление желания происходит естественно, без напряжения. Предохраняют от раннего семяизвержения. Обостряют мужской оргазм.

Имбирь и солодка — классические восточные средства для оживления мужской сексуальности. Добавляет жизненную силу уставшему мужчине.

Как принимать Оргамакс Мужская формула для усиления потенции

По 1 капсуле 2 раза в день в течение 15 дней и затем в последующий месяц

по 2 капсулы до близости при необходимости. Повторные курсы в периоды активной сексуальной жизни или в периоды максимальной усталости.

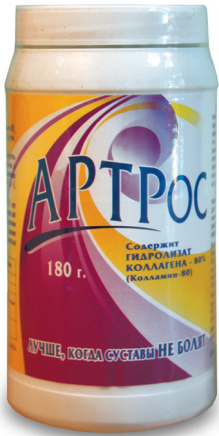


Суставы могут не болеть, но если болят...

Уважаемый Владимир Евгеньевич!

Прочитала Вашу книгу «Болезни суставов. Опухоли». Спасибо большое за рассказ об эффективных препаратах. Правда ли, что с помощью натуральных средств можно остановить развитие артроза, чтобы не мучиться от болей в суставах? Как долго нужно пить гидролизат коллагена?

В. Елена Петровна, Самара



Почему наружные средства не эффективны при артрите и артрозе?

Золотой ус и муравьиный спирт, пчелиный яд, сабельник и согревающие мази, таких средств в аптечке каждого, кого беспокоят суставы с десяток наберется. Поначалу они помогают и это создает иллюзию эффекта. Но на самом деле наружные средства могут лишь улучшить кровообращение ненадолго. Через околосуставные ткани пройдет больше крови и она унесет с собой продукты вялотекущего воспаления, чуть уменьшится отек, сдавливающий нервные окончания. Через несколько часов все вернется обратно. Это не значит, что наружные средства стоит выбросить. Просто использовать их мы будем обязательно вместе с внутренними. Без приема внутрь натуральных препаратов, дающих питание для хряща, укрепить суставы — нельзя. И, конечно же, речь не об обезболивающих таблетках. Мы рекомендуем именно питание.

Гидролизат коллагена — самое полезное из имеющегося!

Уже девятый год в центре «Рецепты здоровья» советуют людям, страдающим артритом, артрозом, остеохондрозом гидролизат коллагена. Накоплен большой опыт. Многие люди за эти годы прошли уже несколько курсов. Секрет

успеха в том, что этот гидролизат коллагена (80%) производится по специальной ферментативной технологии, позволяющей добиться максимального усвоения в суставах. Поэтому современный ферментативный гидролизат «Артрос» усваивается лучше, чем его кислотные и щелочные собратья. Гидролизат коллагена «Артрос» это буквально то, что любят ваши суставы. По своей структуре это белок (комплекс аминокислот), отсюда следует его абсолютная безопасность, поскольку химических компонентов нет вообще.

Первоначально этот продукт (сырье для Артроса называется Колламин 80) был разработан для питания советских спортсменов-олимпийцев, поскольку именно в спорте нагрузки на суставы и позвоночник максимальны. В 90-е годы разработки ученых стали доступны всем.

Восполнение нехватки коллагена при артрите, остеохондрозе — очень важно для устранения болей, отека, улучшения подвижности в суставах и позвоночнике. Боли в суставах могут уйти только при реальном восстановлении хрящевой ткани, а для этого ее обязательно «кормить» коллагеном.

При начальных проявлениях артрита прием коллагена необходим в течение месяца каждые пол-года. Это позволяет практически «не помнить» о суставах. При длительно существующем заболевании подпитывать сустав коллагеном желательно 2-3 месяца подряд, а потом после трехмесячного перерыва повторять курс. В большинстве случаев, (это подтверждает данные из методических рекомендаций), на практике виден эффект уже после 10 дней приема (уменьшение болей, увеличение объема движений, уменьшение отека).

Если суставы беспокоят несколько лет?

В этом случае плотно занимайтесь в течение 3-х месяцев подряд и ощутите значительную разницу. В первых, как уже говорилось, принимайте гидролизат коллагена Артрос. Его усвоение и действие на хрящевую ткань будет значительно выше если насытить кровь достаточным количеством омега-3 кислот (**Мегаполиен**), которые обладают природными противовоспалительными свойствами.

В эти же дни пользуйтесь для улучшения кровообращения в суставах практически легендарным **Гелем «Алтай»** (к примеру утром и днем).

Для более молодых людей (до 50 лет) подходит схема **Артрос + Мегаполиен + Гель Алтай** наружно. Но если возраст более зрелый и артроз сформировался, то как правило задействована и костная ткань. В этом случае мы дополняем курс **Коралловым кальцием**. На самом деле это не кальций в чистом виде, а порошок минералов из особого вида коралла, растущего у берегов Японии. Он положительно влияет на обменные процессы в костной ткани, препятствуя ее разрушению.

Ревматоидный артрит — нужна ювелирная работа

Особая история — ревматоидный артрит, когда разрушение сустава идет очень быстро из-за сбоя собственного иммунитета. А раз есть проблема иммунитета, то без ее решения просто улучшать питание суставов неэффективно. Начинаем мы всегда с очищения организма и насыщения витаминами и минералами. Обязательно посмотрите видеолекцию, посвященную ревматоидному артриту на сайте www.pobedi2.ru.

Еще правильнее обратиться за индивидуальной консультацией и сдать анализ на

микроэлементы по волосам. Вполне возможно именно токсичные микроэлементы так влияют на иммунитет. Узнать о данном анализе можно в центре Соколинского «Рецепты здоровья».

«Система Соколинского» для укрепления здоровья при артрите и артрозе

Параллельно принимаем **Артрос** по 2 чайн. ложки в день с кефиром, ряженкой или соком + **Мегаполиен** (омега 3 кислоты) по 1 капс. 2 раза в день с едой + (при возрасте старше 50 лет) **Коралловый кальций** по 1 пакетик на литр воды, выпивать в течение дня и всегда наружно **Гель Алтай** на проблемные суставы для улучшения питания дважды в день.

На следующий месяц можно использовать другие качественные формы коллагена — **Геладринк плюс** или **Геладринк форте** или **Геладринк фаст**, но одновременно так же Мегаполиен по 1 капс. 2 раза в день с едой и Гель Алтай наружно.

Третий месяц — повторяем прием **Артрос** по 2 чайн. ложки в день с кефиром, ряженкой или соком + **Коралловый кальций** по 1 пакетик на литр воды, выпивать в течение дня + фитосбор серии «Рецепты Соколинского» **Фитоблок Р** по 2\3 чайн. ложки на 300 мл. кипятка и выпивать в течение дня.

В дальнейшем программу первого месяца повторять минимум дважды в год.

Артрит и артроз редко встречаются изолированно. Более сложно протекает заболевание в суставах ног при сочетании с варикозным расширением вен и поражением артерий. В сложных случаях, особенно если в анализе на микроэлементы выявлены токсические вещества, имеет смысл лучше посоветоваться в центре «Рецепты здоровья» по правильному применению «Системы Соколинского».

Миома матки и другие Ждать ли «у моря погоды»?

Застой крови, насыщенной гормонами, может спровоцировать развитие мастопатии и разрастание миометрия в матке. Гормональные сбои также приводят и к эндометриозу и к росту кист яичников. Можно ли избежать риска операции с помощью натуральных средств?

Раньше на такие мелочи, как удовлетворенность сексуальной жизнью, гормональный фон, регулярность менструаций обращали мало внимания, поскольку «гинекологическое здоровье» общества было на высоте. У бабушки моей жены, к примеру, было 9 детей и в своем поселке она и слыхом не слыхивала о гинекологе. Не было повода обращаться — не болела. Сегодня, наоборот, трудно встретить женщину у которой все хорошо.

Стратегия традиционной медицины в основном — наблюдение. Но это же не логично. Кому хочется потом идти на операцию или опасаться развития рака на месте мастопатии или кисты яичника?

А раз собака зарыта в проблемах с гормональным фоном и сбоями в системе антиоксидантной защиты, то и регулировать их придется. В «Системе Соколинского» предусмотрено сочетание натурального грибного средства «Мейши» с вытяжкой из листьев персика **Олексин**ом, растительными индолами **Индогрином** и натуральным токоферолом **Супер Е**.

Идеальный вариант — первоначальное очищение, поскольку на устойчивость гормонального фона и в частности на уровень эстрогенов непосредственно влияет работа печени. Кишечник, страдающий от вздутий и запоров давит на яичники и матку, не говоря уж об отравлении организма. Поэтому при малейшей возможности сначала выполните программу перво-

го месяца очищения (см. первую страницу), а потом переходите непосредственно к насыщению веществами, полезными для органов женской половой сферы

Почему два целебных гриба в Мейши полезны при миоме, мастопатии, эндометриозе, кисте яичника?

Частая при наличии миомы матки, эндометриоза, кист яичников, мастопатии тактика врача — наблюдать. Будет расти — прооперируем... Но известно, что в других странах существуют натуральные средства, которые способны помочь организму женщины усилить противоопухолевый иммунитет и восстанавливать нормальный гормональный фон.

Например, в Японии для этих целей очень давно применяются целебные грибы мейтаке и шиитаке. В России, содержащий их препарат — называется «Мейши» и производится он в Петербурге.

«Мейши» непосредственно не разрушает клетки миомы. Это не химиотерапия. «Мейши» насыщает организм веществами, необходимыми для борьбы с опухолью. Эти вещества, в первую очередь лентинан и D-фракцию использует ваш иммунитет для борьбы с миомой, эндометриозом, кистой яичника. Есть также положительные наблюдения и по герпесу.

Это не значит, что натуральное средство заменит собой наблюдение у гинеколога. Но просто сидеть и наблюдать: вырастет опухоль или нет!? Не всегда нужно искать супер-новые

способы, иногда проверенный столетиями опыт натуральной медицины гораздо ценнее. Опытным путем мы совместили несколько лет назад прием Мейши с другим натуральным средством, по которому были хорошие отзывы — Олексин. И дополнили схему общеизвестные по своей полезности для женщин Индогрин (индолы) и Супер Е (натуральный витамин Е).

Натуральный токоферол, особенно та форма, которая называется токотриенолом, принципиально отличается по строению и свойствам от синтетического витамина Е. Доказано, что в сочетании с витамином С, токоферол оказывает даже противораковое действие, не говоря уже о регуляции разрастаний в матке и молочных железах. Это настоящий витамин молодости для мужчин и женщин, без нормального количества которого не работают нормально половые гормоны.

Растительные индолы, извлекаемые в основном из капусты брокколи, в последнее время даже стали включать в лекарства при раке молочной железы, мастопатии, эндометриозе, миоме. Настолько хорошо изучена их эффективность — поддерживать нормальный состав эстрогенов.

«Система Соколинского» для женского здоровья

Курс поддержки при миоме, мастопатии, кисте яичника, эндометриозе длительный — 3-4 месяца. При достижении существен-



ного улучшения здоровья, в дальнейшем обязательно повторять 2-х месячный курс 2 раза в год. Но еще раз повторимся: серьезно укрепить женское здоровье можно на фоне регулярного очищения организма.

Одновременно принимаем **Мейши** по 1 капс. 2 раза в день + **Олексин** по 7 капель 2 раза в день + **Супер Е** (Виталайн) по 1 капс. в день + **Индогрин** по 1 капс. в день.

При более коротком курсе — 2 месяца дозу Супер Е и Индогрин увеличиваем до 2-х капсул в день.

Как определить уровень токсинов в своем организме

Иногда причина того, что длительное химическое лечение — неэффективно в глубоком нарушении состава жизненно необходимых веществ в организме. При хроническом отравлении обычные препараты бывают недостаточно эффективны. И такие больные, кочующие из врачебного кабинета в кабинет получают облегчение только после качественного очищения организма.

Центр «Рецепты здоровья» в сотрудничестве с Научно-исследовательской лабораторией элементного анализа Всероссийского центра МЧС России предлагает программу очищения организма от токсинов и коррекции дефицита микроэлементов. Диагностика токсической нагрузки на организм и количественное определение жизненно необходимых веществ производится в лабо-

ратории по волосам на уникальном оборудовании не имеющем аналогов в Петербурге — масс-спектрографе. Описание результатов анализа занимает несколько страниц (очень подробно) и содержит понятным языком написанный рассказ как выявленные нарушения содержания различных веществ могут влиять на здоровье. Далее дается практическая схема как вывести токсические вещества из организма и восполнить дефицит жизненно необходимых. Вы можете также получить индивидуальную консультацию по правильному приему натуральных препаратов для очищения от токсинов и корректирующих комплексов. Курс, как правило, занимает 2-3 месяца и учитывает особенности вашей физиологии и образ жизни. Все рекомендации просты в выполнении, безопасны.

Особенно важно провести такое обследование для детей, поскольку некоторые вещества усваиваются в организме до определенного возраста. Например, если у девочки до 21 года костная ткань не наберет максимальной плотности, то позже ей грозит неминуемый остеопороз. По статистике, большинство людей, живущих в городах имеет дефицит кальция. Анализ по волосам, к сожалению, подтверждает, что нормальный уровень кальция у городских жителей встречается крайне редко.

Также нарушение уровня содержания магния обязательно даст предрасположенность к болезням нервной системы, аритмии, может стать основой хронической усталости и невроза.

Заболевания, при которых в первую очередь нужно сделать анализ на содержание микроэлементов и макроэ-

лементов в волосах: невроз, снижение иммунитета, болезни кожи, плохой рост волос и ногтей, все виды аллергии, диабет, лишний вес, гипертония; заболевания сердца и сосудов, остеопороз, остеохондроз, бесплодие, хроническая усталость, задержка роста и плохая обучаемость у детей.

Примерно у 90% петербуржцев обнаруживается жесткий дефицит селена и йода, многие люди страдают от нарушения обмена металлов: избытков марганца, никеля, свинца, мышьяка и др.

В моей практике был случай, когда мальчик стал более послушным и начал лучше учиться после выведения из организма свинца, вызвавшего поражение нервной системы.

Как сдать волосы на анализ, можно узнать в центре «Рецепты здоровья» или на сайте www.pobedi2.ru

Наши видеолекции и аудиокнига

Кому то возможно будет удобнее посмотреть на видео или послушать в машине аудиокнигу по нашей системе укрепления здоровья натуральными препаратами. Видео и аудио можно найти на сайте www.pobedi2.ru

Центры Соколинского «Рецепты здоровья»:

➔ «Рецепты здоровья» у **Московских** ворот — Московский 107 м. «Московские ворота», 1-й дом направо, вход с проспекта (812) 373-9545, 457-0867

➔ «Рецепты здоровья» на **Сенной** — м.Сенная», Садовая ул. 35\14 вход со Спасского пер., Бизнес-центр «На Сенной», 2-й этаж (812) 457-1467

Часы работы с 10 до 20 часов, в выходные дни и праздники с 11 до 18 часов.

Наши методики в Интернет: www.pobedi2.ru www.receptspb.ru

Наши поездки на термальные курорты Италии, Словении, Болгарии, Венгрии

www.монтекатини-терме.рф

Стоимость и заказ наших основных натуральных средств

www.zakazrecept.ru

Консультации по применению натуральных препаратов проводятся в центре «Рецепты здоровья» бесплатно дежурным консультантом (все консультанты имеют медицинское или фармацевтическое образование). Запись не требуется.

Записаться на консультацию к руководителю центра Владимиру Соколинскому можно по телефону: (812) 373-9545

Все рекомендованные натуральные средства не являются лекарством. Биологически-активные добавки к пище и полезные продукты питания зарегистрированы в установленном порядке. Ознакомиться с информацией о свидетельстве о государственной регистрации или санитарно-эпидемиологическом заключении можно в центре «Рецепты здоровья». Перед применением рекомендуется проконсультироваться со специалистом.

Данный буклет предназначен для информационных целей — предварительного знакомства с «Системой Соколинского» по укреплению здоровья натуральными средствами и не является рекламой определенных препаратов.

Розничные продажи ИП Соколинская В. А. ОГРНИП 305780501100968

Автор буклета Владимир СОКОЛИНСКИЙ. Не является периодическим изданием. Тираж 999 экземпляров. Распространяется бесплатно.