Алевтина Корзунова

Очищение и восстановление организма народными средствами...

Алевтина Корзунова

Очищение и восстановление организма народными средствами при заболеваниях щитовидной железы

«Научная книга»

2013

Корзунова А.

Очищение и восстановление организма народными средствами при заболеваниях щитовидной железы / А. Корзунова — «Научная книга», 2013

Из этой книги вы сможете узнать о том, как очистить и восстановить свой организм при заболеваниях щитовидной железы, об их профилактике, а также их основных симптомах. В результате вы сможете определить диагноз для себя или своих близких и немедленно приступить к очищению и оздоровлению организма. В книге подробно описаны способы лечения и профилактики заболеваний щитовидной железы народными средствами. Полезные советы и важные рекомендации вы найдете по фитотерапии, составлению диет, водолечению и многому другому. Книга рассчитана на широкий круг читателей.

© Корзунова А., 2013
© Научная книга, 2013

Содержание

Введение 6
Глава 1 7
Конец ознакомительного фрагмента. 13

Алевтина Корзунова
Очищение и восстановление организма народными средствами при заболеваниях щитовидной железы

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Введение

Добрый день, уважаемые читатели!

Я рада, что у вас в руках моя очередная книга. Надеюсь, что все мои предыдущие книги с моими советами и рекомендациями помогли вам стать более здоровыми, сильными и благополучными людьми. Эта книга также важна как для людей, у которых есть определенные проблемы с щитовидной железой, так и для тех, кто здоров, но хочет заняться профилактикой, заботится о своем здоровье и здоровье своих близких. Моя книга полезна и для взрослых родителей, и для женщин, которые только готовятся стать мамами.

Я не зря выбрала данную тематику, потому что в настоящее время заметно увеличивается количество людей с заболеваниями щитовидной железы. Экологическая обстановка в наших городах не становится, к сожалению, лучше год от года. Но какое влияние она оказывает на наше самочувствие! Расстройства и огорчения, которые мы испытываем при посещении государственных или муниципальных учреждений или даже магазинов, тоже оставляют свой отпечаток на нашем настроении. Количество заболеваний щитовидной железы стоит на втором месте после сахарного диабета. Будем же беречь себя и правильно подходить к заботе о своем здоровье. Внимательно прочитайте эту книгу и выберите для себя наиболее подходящий вам вариант очищения и оздоровления организма. Но всегда помните о том, что лучший советчик для вашего здоровья – это врач, специалист, который может провести тщательное исследование вашего здоровья и назначить верный путь к выздоровлению. Чем чаще вы будете советоваться с ним о выбранном вами варианте самолечения, тем вернее вы увеличиваете ваши шансы на скорое выздоровление.

Глава 1
Заболевания щитовидной железы

Щитовидная железа – это эндокринный орган, т. е. орган, который умеет вырабатывать гормоны. Этот орган расположен на передней поверхности шеи и по форме напоминает бабочку. Эта железа как бы щитом закрывает гортань. Из-за такого расположения эта железа получила название щитовидная. Как вы знаете, щитовидная железа – это небольшой по размеру орган, который играет существенную роль в организме человека. От его состояния зависит все наше здоровье.

Дефицит йода наиболее тесно связан с появлением зоба – так называется увеличение щитовидной железы. Щитовидная железа не может нормально работать без йода, ведь он входит в состав гормонов железы. Эти гормоны осуществляют важную функцию в жизнедеятельности нашего организма. Они регулируют обмен веществ, работу сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, психическую и половую деятельность. Гормоны щитовидной железы необходимы для нормального развития плода во время беременности, формирования головного мозга у ребенка, для роста и хорошего умственного и физического развития детей. Недостаток гормонов щитовидной железы влечет за собой отставание в умственном развитии ребенка, низкий иммунитет и неуспеваемость в школе. Для выработки этих гормонов человеку необходим йод, который должен поступать в организм с пищей и водой.

Наибольшую опасность йодный дефицит представляет для беременных и кормящих матерей и для детей даже в подростковом периоде. Женщины могут определить у себя наличие йододефицита, если заметят, что менструальный цикл укорачивается, менструации становятся обильными и длительными. Иногда по мере развития заболевания месячные могут прекратиться.

В таблице 1 я привожу суточную потребность организма человека в зависимости от его возраста. Вы наверно уже знаете, что учеными установлено – суточная потребность человека в йоде содержится в косточках двух яблок, которые нужно тщательно разжевать. Теперь хочу заметить вам, что при дефиците йода не стоит часто употреблять свежую белокочанную капусту, так как она препятствует усвоению йода. Будьте внимательны к себе и своему рациону питания, обязательно проконсультируйтесь с врачом. Общее количество йода, которое необходимо человеку в течение всей его жизни, составляет 3–5 граммов.

Табл. 1. Суточная потребность в йоде (Всемирная организация здравоохранения, 2001)

Возрастные группы	Потребность в йоде (мкг в сутки)
Дети дошкольного возраста (от 0 до 6 лет)	90
Дети школьного возраста (от 6 до 12 лет)	120
Взрослые (старше 12 лет)	150
Беременные женщины и женщины в период грудного вскармливания	200

Я рекомендую при заболеваниях щитовидной железы употреблять внутрь 5 %-ный йод. Применяйте йод при весе тела до 65 кг по 1 капле за едой, растворив ее в стакане фруктового сока или чая 1 раз в сутки, например, в понедельник и четверг каждую неделю.

При весе более 65 кг увеличьте дозу до 2 капель. График приема поддерживайте тот же. Одновременно рекомендую смазывать область железы настойкой йода.

Вы также можете употреблять йод в смеси. Смесь вы можете приготовить используя яблочного уксуса. Смешайте чайную ложку яблочного уксуса со стаканом фруктового сока или

теплой кипяченой воды, добавьте большую каплю йода. Советую выпивать эту смесь за день глотками во время еды, запивая чаем или кофе.

Теперь я хочу привести вам некоторые интересные, на мой взгляд, факты истории. Первые упоминания о зобе относятся к древним культурам Китая и Индии, античной Греции и Рима. Древние китайцы даже пытались использовать щитовидную железу животных для лечения зоба у людей. Самый древний рисунок человека с зобом обнаружили в Пакистане. Многие древнеримские писатели упоминали в своих книгах повышенную частоту зоба у людей, живущих в Альпах.

Первое медицинское описание зоба было сделано в эпоху Возрождения. В это время итальянские художники рисовали портреты людей с зобом, даже Богоматерь часто изображалась с большим зобом, что в то время считалось признаком красоты. Даже старинные русские иконы не обошло такое веяние времени.

Первое широкомасштабное исследование по йодной профилактике было проведено в начале XX в. американскими учеными. В результате было выявлено значительное улучшение состояния людей с заболеваниями щитовидной железы после того, как они регулярно принимали продукты, в состав которых входил йод.

Особенную остроту проблемы йодного дефицита и как результат широкое распространение кретинизма испытывала долгое время Швейцария. Эта проблема была связана с ее высокогорным расположением и удаленностью от моря. После того как в начале XX в. была проведена масштабная йодная профилактика, количество больных существенно сократилось уже к середине века. Впоследствии и в России стали регулярно проводить мероприятия по профилактике йодного дефицита.

Табл. 2. Распределение стран мира по наличию или отсутствию йодного дефицита

Страны, где нет дефицита йода	Страны с высоким уровнем йодного дефицита
США	Конго
Канада	Бангладеш
Австралия	Боливия
Скандинавия	Афганистан
Швейцария	Таджикистан

Наша страна – это **зона йодного дефицита**, т. е. потребление йода у нас ниже нормы. В странах, где наблюдается высокий уровень йодного дефицита, появляется такая угроза, как снижение интеллектуального и профессионального потенциала нации. В последние годы в нашей стране на государственном уровне проходят программы по йодизации многих пищевых продуктов и профилактическому назначению йодистых препаратов. Но, как мы знаем, большинство взрослого населения страны в детстве не дополучали йода, поэтому в большинстве случаев заболевания щитовидной железы сегодня очень распространены.

Я советую вам обязательно обратиться к врачу для определения уровня йода в вашем организме.

Часто мои знакомые обращаются ко мне с жалобой на то, что часто не хватает времени зайти к врачу и проконсультироваться, сдать указанные им анализы. Ваше здоровье в ваших руках! Это ценный дар, на который нужно постоянно выделять время, чтобы ухаживать за ним и проводить своевременное лечение. Однако, раз уж возникла такая ситуация, что вы до сих пор не смогли попасть на запись к специалисту, я вам советую провести простой тест. Он позволит вам определить уровень содержания йода в крови. Возьмите обычный раствор йода (3–5 %) и нарисуйте вечером перед сном на бедре или в нижней части живота сетку и

дайте ей просохнуть. Утром внимательно посмотрите: если сетка исчезла даже на половину – это значит, что у вас в организме явный недостаток йода. Если же интенсивность краски йода не изменилась – у вас возможно избыток или норма йода. Проверить наверняка вы сможете, обратившись к специалисту.

Первыми признаками нехватки у вас гормона щитовидной железы являются:

1) повышение артериального давления;
2) сильное сердцебиение (тахикардия);
3) сильная потливость;
4) частые головные боли;
5) постоянные смены настроения, депрессии;
6) повышенная плаксивость.

При дефиците йода я рекомендую обратить внимание на йодную диету, которая включает морепродукты, морскую капусту, фейхоа, хурму. Богаты йодом и всем известные продукты: салат, лук репчатый, порей, красная свекла, грецкий орех, дыня, многие фрукты, овощи и ягоды. Не стоит забывать о молоке и молочных продуктах. Подробно о диетах и о составе продуктов, которые должны обязательно быть включены в ваш рацион питания, поговорим чуть позже. Однако хочу особо отметить, что не все заболевания щитовидной железы можно лечить йодом. А при некоторых заболеваниях он совершенно противопоказан. Это такие заболевания, как аутоиммунные тиреоидиты, диффузный токсический зоб. Поэтому в любом случае необходимо консультироваться со специалистами на счет того, какие препараты, какой вид питания стоит выбирать для лечения или профилактики. Не доверяйте людям, далеким от эндокринологии.

Какие существуют заболевания щитовидной железы?

Болезни щитовидной железы связаны с нарушением ее работы или изменением ее структуры, что сказывается на ее размерах или в образовании в железе узлов. Если щитовидная железа увеличивается или уменьшается в размерах, то это зоб, который мы упоминали ранее, или атрофия щитовидной железы. Воспаление щитовидной железы называется тиреоидит. В щитовидной железе могут образоваться узлы – доброкачественные и злокачественные. Существует заболевание, при котором количество вырабатываемых гормонов в щитовидной железе не изменяется – это нетоксический зоб. Нарушением работы щитовидной железы специалисты считают также как недостаток гормонов щитовидной железы (гипотиреоз), так и их избыточное количество (гипертиреоз).

Теперь я перечислю все основные заболевания щитовидной железы:

1) тиреотоксикоз (гипертиреоз);
2) гипотиреоз;
3) эндемический зоб;
4) узловой зоб;
5) диффузный токсический зоб;
6) тиреотоксическая аденома;
7) подострый тиреоидит;
8) аутоиммунный тиреоидит;
9) рак щитовидной железы.

Вам может показаться, что у вас маленькая щитовидная железа, однако в данном случае размер железы не имеет значения, поскольку маленькая щитовидная железа может вырабатывать слишком много гормонов, а большая – слишком мало. Причины развития заболеваний щитовидной железы окончательно не ясны. Однако известно, что в развитии, например, диффузного зоба играет роль недостаток йода.

Йододефицитные заболевания особенно распространены в районах, удаленных от моря. Вот я недавно приводила исторический пример Швейцарии.

Для определения размеров и структуры щитовидной железы проводят исследование УЗИ (ультразвуковое исследование), которое является надежной диагностической процедурой, позволяющей точно установить размер щитовидной железы. Специально готовиться к этой процедуре не надо, это исследование абсолютно безопасно и может проводиться многократно как взрослым, так и детям и беременным женщинам.

Тем же пациентам, которые успешно вылечились от заболевания щитовидной железы, связанного с йодным дефицитом, я советую проводить индивидуальную йодную профилактику. Профилактика включает потребление достаточного йода с пищей и водой. В ваш рацион питания должны входить морепродукты, а также поливитаминные препараты, содержащие йод. Можно принимать профилактическую дозу калия – 100 мкг в сутки. Все это поможет вам избежать повторения заболеваний щитовидной железы.

Мне часто задают вопросы о том, почему в щитовидной железе развивается зоб? Я отвечаю, что при недостатке йода щитовидная железа, пытаясь приспособиться к новым условиям (условиям недостатка йода в организме), увеличивается в размерах и начинает производить повышенное количество гормонов. Сначала увеличение щитовидной железы для неспециалиста кажется незаметным. По мере роста зоба возникает чувство давления в области шеи, ощущение комка в горле, одышка. Впоследствии больных начинает беспокоить затруднение при глотании, осиплость голоса, проявление сосудистого рисунка на груди, одутловатость лица. В запущенных случаях и при отсутствии лечения может развиться гипотиреоз.

Гипотиреоз – это заболевание, при котором щитовидная железа вырабатывает недостаточное количество гормонов, необходимых для жизнедеятельности человека. Явными признаками этой болезни являются слабость, быстрая утомляемость, сонливость, апатия. Такой человек трудно переносит холод и все время зябнет, у него появляется одышка, беспокоят запоры, ухудшается память, и больной начинает медленнее соображать. Во время такой болезни у человека отекает не только лицо, но и все тело. Появляется полнота, при которой аппетит значительно снижен. Такое заболевание запускать ни в коем случае нельзя, ведь отек может распространиться и на дыхательные мышцы, впоследствии при нехватке кислорода может развиться гипотиреоидная кома.

Тиреотоксикоз – это заболевание, которое связано с повышением функции щитовидной железы. Часто тиреотоксикоз возникает при диффузном токсическом зобе, иногда и при узловых заболеваниях щитовидной железы. Это может быть как один узел, так и несколько узлов – так называемый многоузловой токсический зоб. Больные ощущают сильное сердцебиение, становятся легковозбудимыми, раздражительными и плаксивыми. В результате возникает быстрая утомляемость, мышечная слабость. Вы можете заметить также дрожание пальцев рук и всего тела и чувство жара. Поэтому такие люди плохо переносят жару и духоту как в помещениях, так и на улице. Часто отмечается нарушение артериального давления. Несмотря на хороший аппетит, больные тиреотоксикозом быстро худеют. Однако внешне такие люди выглядят моложаво, они очень подвижны, суетливы. Они разговаривают быстро, эмоционально и выразительно жестикулируют. Однако от таких энергичных действий эти больные быстро устают и подвержены частой кардинальной смене настроения. Скудные, редкие месячные – возможный признак тиреотоксикоза для женщин, мужчин при данном заболевании беспокоит снижение потенции и припухание молочных желез. При тиреотоксикозе щитовидная железа увеличивается в размерах, а при анализе крови обнаруживается избыток гормонов щитовидной железы.

Особенно стоит обратить внимание на свое самочувствие людям пожилого возраста. Увеличение щитовидной железы у них внешне незаметно. Это затрудняет специалисту постановку диагноза. Так как в пожилом возрасте работа сердечной мышцы снижена, то при тиреотоксикозе сердце начинает давать сбои. Часто долгое время люди ходят к кардиологу, а в результате лечение оказывается менее эффективным. Выявление тиреотоксикоза дает возможность значительно улучшить работу сердца и нормализовать самочувствие.

Диффузный токсический зоб развивается в результате ослабленного иммунитета. Антитела, которые вырабатываются в нашем организме для уничтожения чужеродных бактерий и вирусов, при тиреотоксикозе начинают вырабатываться к клеткам щитовидной железы, но не уничтожая их, а стимулируя их работу сверх меры. Это происходит потому, что белки некоторых вирусов и бактерий оказываются очень похожими на клетки нашего организма, и в этом случае иммунная система дает сбой, т. е. принимает свои клетки за чужие. Часто тиреотоксикоз развивается после длительного пребывания на солнце. Длительные солнечные ванны приводят к аутоиммунным заболеваниям щитовидной железы. Поэтому мой совет – избегайте длительного пребывания на солнце и посещения солярия, если есть предрасположенность к данному заболеванию. Для нормализации работы щитовидной железы необходимо индивидуальное лечение.

Склонность к аутоиммунным заболеваниям передается по наследству, поэтому необходимо осуществлять предупредительные меры, чтобы избежать развития этих заболеваний. Эти меры включают закаливание, употребление витаминов, правильное питание, соблюдение диеты, достаточное употребление йода. Я советую вам своевременно лечить заболевания ухагорла-носа и зубов, так как инфекции из этих мест могут повлиять на работу щитовидной железы. Данные меры следует применять и во избежание повторного заболевания. Еще раз делаю акцент на том, что во избежание повторного заболевания необходимо постоянно наблюдаться у врача, проходить терапию и соблюдать режим, прописанный врачом, тщательно следить за приемом указанных врачом средств и препаратов.

Однажды моя пациентка спросила – как же она сможет определить, какой зоб токсический (зоб с повышенной функцией щитовидной железы), а какой нетоксический (йододефицитный зоб)? Ответ один – токсический зоб дрожит при ощупывании щитовидной железы. Это явление называется симптомом «кошачьего мурлыканья».

Вы иногда можете встретить несколько названий одной и той же болезни – диффузного токсического зоба. Диффузный токсический зоб иногда называют болезнью Грейвса и базедовой болезнью по имени тех врачей, которые в той или иной стране первыми описали данное заболевание: англичане – болезнью Грейвса, немцы – базедовой болезнью, итальянцы – болезнью Флаяни. Однако отмечу, что во всем мере поражение глаз в результате заболеваний щитовидной железы называют офтальмопатией Грейвса.

Офтальмопатия Грейвса – это изменение внешнего вида глаз. Глаза становятся выпученными и большими, веки отечными. Человека начинает беспокоить резь в глазах, слезотечение, светобоязнь. Эти ощущения могут быть временными или носить длительный характер. Они связаны с нарушением работы глазных мышц. При сдавливании глазного нерва может резко ухудшиться зрение. У некоторых людей вы можете заметить, что веки не до конца закрывают глаз, поэтому высыхает и повреждается роговица глаза.

Хочу отметить, что причины, вызывающие офтальмопатию, еще до конца не изучены. У людей пожилого возраста эта болезнь протекает в более тяжелом виде, нежели у молодых. Офтальмопатия чаще развивается у людей, которые имеют иные заболевания глаз, а также у курящих. Людям, которые курят, требуется более интенсивное и длительное лечение, нежели некурящим.

Легкие поражения глаз проходят быстро при своевременном лечении. Однако, если остается отек век или выпучивание глаз, я рекомендую ограничить потребление соли и жидкости, спать с высоким изголовьем, принимать мочегонные средства и препараты для улучшения работы мышц глаз. Только обязательно обо всех препаратах преждевременно проконсультируйтесь с лечащим врачом! И в то же время позаботьтесь об устранении остаточных признаков офтальмопатии. При рези в глазах и слезотечении я советую носить темные очки и использовать глазные капли, так называемые «искусственные слезы», для того чтобы поддерживать

увлажнение глаз, глазные капли с антибиотиками и витаминами, закладывать определенные мази и промывать глаза раствором фурацилина.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.