

Методические рекомендации
для путешественников
КОМПЛЕКС
«ПУТЕВОДНЫЙ»
(«DETA-AP»)

Содержание

Методические рекомендации	2
1. «Различные виды аллергии»	4
2. Программа для лечения ОРЗ, ОРВИ и гриппа	7
3. Стафило-стрептококковая инфекция	9
4. Конъюнктивит	10
5. Программа для лечения насморка – ринита	11
6. Программа для лечения и профилактики пищевых отравлений	12
7. Программа для лечения и обработки ран и порезов (Дезинфекция)	15
8. Программа «Грибки стоп»	16
9. Мигрень и головная боль	18
10. Противогельминтная программа	19
11. Заболевания, передающиеся половым путем	21
12. Программа «Лимфа и детокс»	22
Заключение	23

С.П. Коноплёв

© НПП «ЭЛИС»

Все права защищены. Запрещается производить частичное или полное фотомеханическое воспроизведение и запись на электронные носители информации.

Методические рекомендации

Мы стали ездить все чаще и дальше, в основном ради отдыха, но часто бывает и по работе. И непринужденно меняем не только городской быт на дачный, но и часовые пояса, и климат – вплоть до времен года, и кухню, и даже сам образ жизни (пусть всего на пару недель).

Что объединяет все наши поездки, столь разные по целям, условиям, составу участников? Пожалуй, одно: на этот период забота о здоровье становится как никогда актуальной. Диарея с равным успехом может испортить и отпуск, и деловые переговоры на другом конце мира. Аллергия или ОРВИ на фоне снижения иммунитета – тоже не подарок. Если приступ зубной боли – это очень неприятно, но не смертельно, то сердечный спазм, вызванный резкой сменой климата, может привести к гораздо более серьезным последствиям. А вероятность возникновения таких реакций в поездке намного выше, чем в привычной обстановке. Почему? По простой причине: перемена питания, климата, нагрузок – это стресс для организма. Ему нужно время, чтобы приспособиться к новым условиям.

Парадокс, но как раз полная смена привычного режима – это главное условие полноценного отдыха, даже если Вы едете по делам. Все правильно: лучший отдых – перемена работы. Но именно в это время, особенно в первые дни, организму нужна помощь или хотя бы щадящий режим.

Прежде чем перейти к описанию лечебного комплекса «Для путешественников», нелишне напомнить несколько простых общих правил, соблюдая которые, Вы уже в достаточной степени застрахуете себя от неприятностей.

В любом случае, в начале путешествия стоит хорошенько выспаться. Это поможет организму быстрее выйти из привычного состояния и легче подготовиться к переменам.

Акклиматизация при резкой смене климата длится пять-семь дней, поэтому краткосрочные туры в места с другими климатическими условиями – это большая нагрузка для любого организма. Если речь о командировках – ничего не поделаешь, но отпуск старайтесь планировать минимум на две недели. Важно оставить несколько дней отпуска по возвращении, чтобы не сразу выходить на работу – это время нужно организму для обратной адаптации.

Соблюдайте меры предосторожности при покупке еды, особенно в жаркое время года и в бедных странах. Ничего не покупайте у уличных торговцев, в маленьких палатках, сомнительных «забегаловках» или с лотков. Неизвестно, из чего приготовлена предлагаемая еда, соблюдены ли санитарные нормы при хранении продуктов, здоровы ли сами торговцы. Купленный на улице пирожок или шашлык могут испортить Вам весь отдых. Гораздо безопаснее и надежнее питаться в стационарных кафе.

Обратите внимание на воду. Лучше всего пользоваться водой в бутылках, которая продается в крупной и мелкой расфасовке. Во многих странах – в основном, Африки, Азии, Ближнего и Среднего Востока, – рекомендуется использовать бутилированную воду не только для питья, но даже для чистки зубов и умывания. Система водоснабжения в этих странах недостаточно совершенна, и не исключено, что через воду можно получить кишечную инфекцию.

Не злоупотребляйте загаром. Солнце – очень мощный фактор воздействия на организм и при излишествах может нанести здоровью непоправимый вред. Не забывайте, что в жарких странах загорать можно только под зонтом, тентом или в тени деревьев. Особенно это относится к детям. Им, независимо от возраста, находиться под прямыми солнечными лучами категорически запрещается.

Обязательно пользуйтесь солнцезащитными кремами, нанося их на кожу через каждые два часа, особенно в первые три дня.

В местах с ярким солнцем (а это может быть и побережье Красного моря, и горнолыжный курорт в Альпах) особенно берегите глаза, защищая их нормальными фильтрами сине-зеленого оттенка, а не стильными очками желтого, розового и других модных цветов. Такие цветные фильтры пропускают ультрафиолет, который может повредить глаза.

Во время отдыха часто возникают курортные романы. Конечно, сопутствующие им положительные эмоции и романтический настрой способствуют укреплению здоровья, но нужно помнить о том, что в мире существуют инфекции, передающиеся половым путем.

Итак, предупрежден – значит вооружен. Повторим, соблюдение этих несложных правил уже во многом убережет Вас от неприятностей. Однако в любом случае при резкой смене режима организм испытывает немалые нагрузки, и некоторые заболевания могут проявиться в самый неподходящий момент.

Специально для путешественников нами разработан комплекс программ, позволяющий справиться с наиболее распространенными в поездках заболеваниями. Возьмите с собой мини-прибор **«Deta-AP»** с комплексом программ **«Для путешественника»**. Он поможет Вам избежать многих неприятностей со здоровьем, провести своевременное лечение внезапно возникших заболеваний и провести профилактику их возникновения.

Путешествуйте и будьте здоровы!

1. «Различные виды аллергии»

Солнечная аллергия

Летом многие люди сталкиваются с такой неприятностью, как аллергия на солнце. Солнечную аллергию можно



спутать с другими аллергическими реакциями организма. Но, разобравшись, надо устранять проблему, иначе отдых будет испорчен.

Аллергия на солнце, или солнечный дерматит, является при долгом воздействии на кожу ярких и горячих лучей солнца, а также при сочетании воздействия солнца с другими раздражающими факторами: хлорированная вода бассейна, пыльца растений, крем, дезодорант, лекарственные препараты и т.д. Часто аллергией на солнце страдают дети, чей иммунитет ослаблен, после болезни.

У некоторых людей аллергия на солнце появляется с первыми теплыми солнечными днями, у других – только в жарком климате. Напоминает обычное раздражение кожи в виде красной сыпи на ногах, руках, теле, а также в виде шелушения кожи, небольших островков гнойничковых высыпаний, отеков, просто покраснения кожи, зуда, жжения. Не следует путать солнечную аллергию с солнечным ожогом.

Долгое пребывание на жарком солнце, огромные дозы ультрафиолета различных волн, активизация всех защитных сил на выработку пигмента (меланина), нагрузка на печень и почки, и все это после холодных зимних и весенних дней – огромная нагрузка на весь организм, что тоже может стать причиной солнечной аллергии.

Укусы комаров, moskitov и других мелких насекомых

Множественные укусы комаров, moskitov, слепней, оводов и других мелких насекомых также опасны для челове-



ка, особенно для тех, у кого есть аллергия к их укусам. При укусах возникает непродолжительная боль, затем зуд и небольшое покраснение участка кожи. В случае повышенной чувствительности к укусам у человека может появиться аллергия в виде красной сыпи.

Внимание! Во-первых, необходимо удержаться, чтобы не чесать кожу в месте укуса, даже если очень хочется. Особенно это касается детей. Ребенка нужно предупредить, чтобы не расчесывал укус до красноты, так как это приведет к еще большему зуду и длительному заживанию. Во-вторых, наложите на место укуса марлевую повязку, смоченную нашатырным спиртом или водкой.

Хороший эффект дает использование программы «Различные виды аллергии».

Применение

Если у Вас есть повышенная чувствительность к солнечным лучам, то профилактически включать за день-два до появления на солнце 1 раз в день и утром и вечером в течение первой недели. Курс лечения должен проводиться до исчезновения кожного зуда. Очень важно одновременно укреплять иммунитет. Для этого рекомендуется включать программу «**Стимуляции иммунитета**» в приборе «**Deta-Ritm**» с набором «**Для путешественников**». Программы необходимо включать последовательно: сначала прибор «**Deta-AP**», а затем «**Deta-Ritm**».

2. Программа для лечения ОРЗ, ОРВИ и гриппа

Грипп и ОРВИ составляют 95% всех инфекционных заболеваний в мире. Возбудителями ОРВИ являются различные вирусы. Существует более 200 респираторных вирусов. В основном они поражают верхние дыхательные пути (т.е. нос, глотку, гортань, трахею), однако у ослабленных людей во время эпидемий могут возникнуть бронхиты и пневмонии. Их все объединяет то, что они очень заразны, так как передаются воздушно-капельным путем, вызывают схожую симптоматику, не лечатся антибиотиками.

Определить, какой именно вирус явился причиной заболевания, довольно сложно, поскольку симптомы ОРВИ не являются специфичными для того или иного вируса. Точный диагноз можно установить только лабораторными методами. Однако необходимости в таких методах обычно нет, поскольку лечение всех видов ОРВИ в большинстве случаев аналогично.

Принято выделять несколько основных видов ОРВИ, каждый из которых имеет своего возбудителя.

Риновирусная инфекция. Считается основной причиной банальной простуды. Чаще всего протекает легко и специального лечения не требует.

Коронавирусная инфекция. Протекает аналогично риновирусной инфекции, однако продолжительность заболевания несколько меньше (6-7 суток).

Аденовирусная инфекция. Часто сопровождается симптомами



конъюнктивита (ощущение песка в глазах, покраснение, слезотечение).

Парагрипп. Частыми симптомами парагриппа являются боль в горле, осиплость, лающий кашель.

Симптомы ОРВИ известны всем. Это любое сочетание нижеперечисленных признаков:

- повышение температуры;
- насморк;
- бронхит или трахеит (или оба);
- головная боль;
- недомогание.

Повышение температуры может быть как значительное (до 38,5°C), так и небольшое (в пределах 37,5°C). Имеют место также признаки отека слизистых – так называемые катаральные явления: заложенность и/или обильные выделения из носа, боль в горле, резь в глазах, слезотечение, кашель, который может быть сухим приступообразным, лающим; а может сопровождаться выделением мокроты (чаще всего светлой).

Распространенными осложнениями после ОРВИ и гриппа являются риниты, синуситы, бронхиты, отиты и пр. На ослабленный гриппом организм часто наслаивается бактериальная инфекция (пневмококковая, микоплазменная, стафилококковая) и воспаление дыхательных путей приобретает более затяжной и тяжелый характер.

«Программа для лечения ОРЗ, ОРВИ и гриппа» воздействует на возбудителей ОРВИ.

Применение

Если лечебную программу начать применять при первых признаках простуды совместно с «Программой для лечения ОРЗ, ОРВИ и гриппа» и «Стимуляция иммунитета» в приборе «Deta-Ritm» с набором «Для путешественников», то простуда может закончиться не начавшись. Если уже несколько дней высокая температура, то в дополнение к этим

программам рекомендуется программа «**Стафило-стрептококковая инфекция**», поскольку вирусная инфекция «готовит почву» для бактериальной. В этом случае все четыре программы применять последовательно несколько раз в день до исчезновения симптомов. Дополнительно использовать программу «**Лимфа и детокс**».

3. Стафило-стрептококковая инфекция

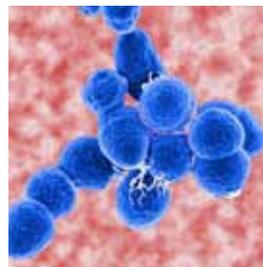
Смешанные инфекции (синоним ассоциированные инфекции, микст-инфекции, сочетанные инфекции) – инфекционные процессы, развивающиеся в организме при одновременном сочетанном воздействии двух и более возбудителей.

Гнойные заболевания кожи, подкожной клетчатки (импетиго, рожистое воспаление, фурункулы и карбункулы), заболевания ЛОР-органов (отиты, ангины, гаймориты и пр.), пищевые интоксикации нередко возникают при участии как стафилококковой, так и стрептококковой флоры. При посеве часто выделяют оба вида возбудителя.

Программа предназначена для лечения ассоциированной стафило-стрептококковой инфекции.

Применение

С целью лечения острых гнойных воспалительных заболеваний ЛОР-органов, ран кожи и т.д. программу следует применять 3-4 раза в день до полного излечения. Совместно рекомендуется применять программу «**Лимфа и детокс**».



Программу надо применять при любых повреждениях кожного покрова: царапины, ссадины и т.д. совместно с «Программой для лечения и обработки

ран и порезов» Особенно программа полезна в странах с влажным и жарким климатом.

В качестве профилактики при повреждении кожных покровов рекомендуется применять программу 2-3 раза.

4. Конъюнктивит

Конъюнктивит – это воспаление наружной прозрачной слизистой оболочки глаза и внутренней поверхности век. Три наиболее часто встречающихся вида конъюнктивита – вирусный, бактериальный и аллергический.

Острый **бактериальный** конъюнктивит вызывают стафилококки или стрептококки. Причины возникновения таких конъюнктивитов – попадание в глаза пыли, соринки, купание в загрязненных водоемах. Характерно появление гноя (вначале это маленький желтый или зеленоватый комочек в углу глаза около носа, который легко снимается носовым платком, а потом обильное гноетечение, которое может приводить к слипанию ресниц, особенно по утрам после сна).

Для **вирусного** конъюнктивита характерно возникновение на фоне острой респираторной вирусной инфекции. Основные симптомы вирусного конъюнктивита – обильное слезотечение, покраснение и раздражение глаза.

Аллергические конъюнктивиты наблюдаются, как правило, у лиц, склонным к проявлениям аллергии. Для аллергических конъюнктивитов характерно выраженное слезотечение, светобоязнь, жжение и зуд в глазах, сочетание конъюнктивита с насморком. Особой формой аллергического конъюнктивита является весенний катар – хроническое, обостряющееся



в весенне-летний период воспалительное заболевание конъюнктивы.

Программа «Конъюнктивит» снимает воспаление, гиперемию и отек, восстанавливает кровообращение, снимает боль и резь, предотвращает развитие осложнений.

Применение

Программа должна применяться при всех видах конъюнктивитов не менее 2 раз в день.

Дополнительно использовать:

- при бактериальном конъюнктивите – программу «**Стафилококко-стрептококковая инфекция**» 2-3 раза в день; при вирусном конъюнктивите – «**Программа для лечения ОРЗ, ОРВИ и гриппа**» 2-3 раза в день;

- при аллергическом конъюнктивите – программу «**Различные виды аллергии**» 2-3 раза в день.

Лечение продолжать до исчезновения всех симптомов. После лечебного курса рекомендуется программа «**Зрение, регуляция**» в приборе «**Deta-Ritm**» с набором «**Для путешественников**» для того, чтобы избежать осложнений и восстановить зрение.

5. Программа для лечения насморка – ринита

Ринит (насморк) – воспаление слизистой оболочки полости носа. Риниты делятся на острые и хронические. Острый ринит – одно из самых распространенных заболеваний, которого не избежал, по видимому, ни один человек. Ринит может быть самостоятельным, а может сопутствовать другим инфекционным заболеваниям.

Выделяют следующие виды ринита: инфекцион-



ный насморк – вызывается вирусами, бактериями, грибами; **аллергический насморк** – возникает как реакция организма на какой-либо аллерген (шерсть животных, пыльца растений и т.д.); **нейровегетативный насморк** – возникает при воздействии какого-нибудь неспецифического пускового фактора (холодный воздух, сильный запах и др.).

Программа «Ринит» снимает воспаление слизистых, заложенность носа и применяется для лечения всех видов насморка.

Применение

При рините, связанном с инфекцией – применять совместно с «**Программой для лечения ОРЗ, ОРВИ и гриппа**», а при присоединении бактериальной инфекции и перехода воспаления на горло и дыхательные пути рекомендуется применять программу «**Стафило-стрептококковая инфекция**».

При рините, связанном с аллергией – применять совместно с программой «Различные виды аллергии». Дополнительно рекомендуется применять программу «Стимуляция иммунитета» в приборе «Deta-Ritm» с набором «Для путешественников».

6. Программа для лечения и профилактики пищевых отравлений

Острые кишечные инфекции – собирательное понятие. Сюда входят кишечные инфекции, вызванные вирусами (энтеровирусная, ротавирусная инфекция), бактериями (сальмонеллез, дизентерия, E.coli-инфекция), а также токсинами бактерий (стафилококковая кишечная токсикоинфекция – в этом случае понос вызывают не сами бактерии, которых в кишечнике может и не быть, а их токсины, которые попадают в пищеварительный тракт с продуктами питания, в которых стафилококк размножился).

Для кишечных инфекций характерны следующие симптомы (по отдельности или в сочетании друг с другом):

- повышенная температура (степень повышения и продолжительность варьируют);
- тошнота, рвота;
- боль в животе;
- понос;
- избыточное газообразование в кишечнике (метеоризм).

Все кишечные инфекции опасны тем, что из-за рвоты или поноса происходит обезвоживание организма, поэтому лечение направлено не только на уничтожение возбудителя, но и на восполнение потерь воды. Более того, в случае легкого течения сальмонеллеза, а также при стафилококковой токсикоинфекции антибиотики можно не использовать, необходимо только восполнять потери воды, с инфекцией организм справится сам.

Существуют некоторые отличия между разными заболеваниями.

При **дизентерии** понос имеет характер очень частого стула (десять-двадцать и более раз в сутки, с частыми ложными позывами), с обилием слизи, иногда с примесью крови или гноя. Температура часто высокая.



При **сальмонеллезе** поносу часто предшествует рвота, стул не такой частый, но зато обильный. Температуры в легких случаях может не быть.

При **стафилококковых** отравлениях симптомы возникают через 1,5-2 ч после

приема пищи. Наиболее характерные признаки – режущая схваткообразная боль в подложечной области, рвота. Температура тела нормальная или субфебрильная. Поноса может не быть; кратковременное расстройство стула наблюдается примерно у половины больных. Типичны нарастающая слабость, бледность кожных покровов, похолодание конечностей, снижение АД. Однако даже при резко выраженной симптоматике начального периода к концу суток от начала болезни наступает выздоровление, лишь у отдельных больных в течение 2-3 дней сохраняется слабость.

Энтеровирусная и ротавирусная инфекции характеризуются частым стулом, температурой, иногда может быть сыпь на коже. Нередко им предшествует насморк и другие симптомы простуды (это получило ошибочное название «грипп с кишечными проявлениями». К гриппу это никакоего отношения не имеет). Их лечение не требует применения антибиотиков.

При всех расстройствах, кроме применения программы «Лечение и профилактика пищевых отравлений», следует в первую очередь принять энтеросорбенты (активированный уголь, энтерос-гель и др.). Рвота и понос – способ для организма очиститься от токсинов и микроорганизмов, поэтому в первые 24 часа не стоит принимать противорвотные и противодиарейные препараты. Когда вы сможете удерживать жидкость в желудке, пейте чистую воду в течение примерно 12 часов. Чтобы избежать обезвоживания, пейте больше жидкости, даже если вы не чувствуете жажды. Кроме воды можно употреблять чай с ромашкой или мятой, слегка подсоленное или подслащенное питье – бульон, сладкий чай.

После исчезновения симптомов отравления рекомендуются продукты типа белого риса, каш, легких овощей, картофельного пюре и бананов, чтобы восстановить силы;

для активизации жизнедеятельности необходимых для организма бактерий, обитающих в пищеварительном тракте – простой йогурт с активными бактериями или кисло-молочные продукты. Следует избегать citrusовых напитков и молока и временно ограничить продукты с высоким содержанием клетчатки, такие, как зерно и большая часть фруктов.

Применение программы

Лечебную программу рекомендуется применять сразу после появления неприятных симптомов в животе. Использовать 2-3 раза в день до полного восстановления стула и купирования болевого синдрома.

Дополнительно рекомендуется применять программу «**Регуляция желудочно-кишечного тракта**» в приборе «**Deta-Ritm**» с набором «**Для путешественников**». Программы необходимо включать последовательно: сначала прибор «**Deta-AP**», а затем «**Deta-Ritm**».

7. Программа для лечения и обработки ран и порезов (Дезинфекция)

Нарушение целостности кожных покровов, слизистых оболочек называют раной. Повреждения поверхностных слоев кожных или слизистых оболочек называются ссадинами, царапинами.

При любой ране самая большая опасность для организма таится в кровотечении и инфекции. Значение немедленной первой помощи велико потому, что ее задачей является остановить кровотечение и предотвратить заражение раны.

Убедившись, что рана мелкая и неопасная, можно обработать ее самостоя-



тельно. Сначала следует остановить кровотечение и промыть рану, а затем необходимо ее продезинфицировать. Это важно, потому что уже через несколько минут раны становятся очагом бактерий. Если бактерии проникнут в более глубокие слои кожи, появляется риск инфицирования. Если рана болит, появился отек и гиперемия, выделяется гной, значит, в ране развивается инфекция.

Чаще всего рана инфицируется гноеродными бактериями.

На поверхности кожи находятся миллионы бактерий. Проникнув в рану, они вызывают гнойный воспалительный процесс, осложняющий лечение. При неправильной обработке раны или при использовании загрязненного перевязочного материала заражение раны еще более возрастает.

Противомикробный эффект программы «Дезинфекция» не даст развиваться гнойному процессу.

Применение

Программу следует применять 2-3 раза в день до заживления раны. Для быстрого восстановления рекомендуется применять совместно с программой «Травмы – реабилитация» в приборе в приборе «Deta-Ritm» с набором «Для путешественников». Программы необходимо включать последовательно: сначала прибор «Deta-AP», а затем «Deta-Ritm».

8. Программа «Грибки стоп»

Грибковые болезни кожи ног относятся к инфекционным заболеваниям. Грибковые инфекции (микозы) бывают разные, но поражения ног – одни из наиболее распространенных.

Заразиться грибом стопы можно только от уже инфицированного человека, в общественных местах – бассейнах, спортивных залах, раздевалках, саунах. В условиях повышенной влажности грибы могут не только длительное время сохраняться, но и размножаться.

Грибки ног бывают двух видов: кожи (дерматомикозы) и ногтей (онихомикозы – грибок ногтей, ногтевой грибок).

Первый признак микозов – едва заметное шелушение кожи, как будто складки и бороздки кожи стоп присыпаны мукой. В межпальцевых складочках обнаруживаются болезненные трещины. Заболевание может протекать в виде опрелости, могут появиться пузырьки, сопровождающиеся зудом.

Поражение ногтей начинается со свободного края или углов ногтевой пластинки. В толще ногтя появляются пятна или полосы желтого или серого цвета, которые постепенно увеличиваются. Ногти становятся тусклыми, неровными, крошатся, утолщаются, иногда даже самостоятельно сходят.

Программа «Грибки стоп» предназначена для лечения заболеваний, вызванных грибковым поражением кожи и ногтей.

Применение

Лечение нужно начинать сразу после обнаружения заболевания. Проводить программу следует 2-3 раза в день, до исчезновения симптомов, обычно в течение 1-2 недель с момента заражения. После программы необходимо включать дренажную программу «Лимфа и детокс».

Если заболевание носит длительный характер, курс лечения должен длиться дольше – до 2 месяцев при однократном ежедневном применении. Необходимо соблюдать правила гигиены, ежедневно перед применением программы принимать теплые ванночки для ног, после чего их необходимо высушить полотенцем.



Внимание! На весь период лечения и 2 недели после лечения категорически исключить из рациона пиво. Пивные дрожжи являются прародителями грибковой инфекции и создают для нее питательную среду.

9. Мигрень и головная боль

Головные боли – одна из наиболее частых жалоб, с которой пациенты обращаются к врачу. Головная боль – это то, что чаще всего портит отдых.

Головная боль может быть ведущей, а иногда и единственной жалобой более чем при 40 различных заболеваниях: неврозах, депрессивных состояниях, гипертонической болезни, артериальной гипотонии, почечной и эндокринной патологии, заболеваниях нервной системы, ЛОР-органов, глаз и т.д. Однако самыми распространенными формами головной боли являются головная боль напряжения (70%) и мигрень (25%).

Мигрень – повторяющиеся приступы острой головной боли, обычно односторонней и пульсирующей, которые продолжаются от 4 до 72 часов. Э весьма распространенное заболевание, не связано с расой, местом проживания или климатом.

Женщины болеют чаще, чем мужчины, в соотношении 4:1. Приступы мигрени появляются в подростковом и юношеском возрасте, с годами имеют тенденцию исчезать (у мужчин, как правило, после 45 лет, у женщин – к наступлению менопаузы).

Симптомы мигрени вызваны изменением кровеносных сосудов мозга, однако причина этого



изменения остается неизвестной. Возникновению мигрени способствуют следующие факторы: стресс, нервное и физическое перенапряжение, пищевые факторы (сыр, шоколад, орехи, рыба), алкоголь (чаще всего пиво и красное вино, шампанское), гормональные причины (менструальный цикл, прием контрацептивов), сон (недостаток или избыток), погодные факторы (смена погоды, смена климатических условий).

Как правило, мигрень проявляется острой, нарастающей пульсирующей болью, локализованной в одной половине черепа. Другие симптомы мигрени – повышенная чувствительность к свету и звукам, тошнота и рвота, сонливость, общая слабость, нарушение двигательных функций, нарушения зрения (мелькающие перед глазами вспышки света, зигзаги, спирали и т.д.).

Применение

Программу «**Мигрень и головная боль**» следует применять по необходимости в любое время суток; если боль не проходит, то несколько раз подряд с интервалом 5-10 минут. В большинстве случаев самочувствие улучшается уже после первых 2-3 сеансов. Не следует забывать, что боль может свидетельствовать о серьезных нарушениях здоровья, требующих лечения. Если боль не ослабевает на протяжении 24 часов, несмотря на применение прибора «Deta-AP», сопровождается повышением температуры или появлением ригидности шейных мышц, необычными симптомами, следует обратиться к врачу.

10. Противогельминтная программа

Число жарких стран, где можно повстречать наших туристов, растет с каждым годом. Но экзотические страны – это в буквальном смысле рассадник самых разных инфекций, к которым российский организм абсолютно неустойчив.

Кстати: свободных от паразитарных заболеваний мест на карте мира нет. Просто в разных частях света глисты – свои, «фирменные».

Чаще всего заражение гельминтами происходит через загрязненные ово-



щи, зелень, недостаточно термически обработанные мясо или рыбу, воду, при не соблюдении правил гигиены. Большое количество яиц гельминтов может присутствовать в водоемах, особенно в пресной воде. Переносят яйца гельминтов все летающие и ползающие насекомые.

Обычно заболевание проявляется только через несколько месяцев после заражения. Проблема здесь в особом коварстве гельминтов – они очень часто себя никак не проявляют. Большинство глистных инвазий «прячется» за одним или несколькими неспецифическими симптомами, такими как общая слабость, аллергия, кожный зуд, выпадение волос, ломкость ногтей, нервозность, нарушения сна, боли в животе, метеоризм, расстройство стула, упорный дисбактериоз, головная боль, тошнота и снижение аппетита по утрам, повышение или снижение массы тела, анемия. Этот список можно продолжить. Однако совсем другая клиника при глистных инвазиях, вызванных паразитами стран с тропическим климатом. Нередко они поражают кожные покровы, глаза или полость носа. Тропические гельминтозы протекают очень тяжело, а их диагностика требует высокой квалификации врача-инфекциониста и паразитолога. Предотвратить болезнь легче, чем ее лечить. Поэтому займитесь профилактикой гельминтозов сразу по приезду на отдых, чтобы не привести из отпуска экзотический «подарок».

Программа предназначена для лечения и профилактики всех видов кишечных и внекишечных гельминтозов.

Применение

В профилактических целях следует применять лечебную программу один раз в 3 дня во время путешествия и не менее 10 сеансов после возвращения.

11. Заболевания, передающиеся половым путем

Не секрет, что из отпуска вместе с приятными впечатлениями можно привезти опасные заболевания. Результаты опросов свидетельствуют, что многие отпускники, отдыхающие в одиночку, начинают отпуск с флирта, который переходит в половую связь. Известна опасность санаторной любви: венерическое заболевание. Кстати, при половом контакте может передаваться более 25 возбудителей половых инфекций. И что особенно досадно, никакого иммунитета, после перенесенного венерического заболевания, как при других инфекциях, не образуется. Нередко ЗППП можно обнаружить по характерным симптомам, но чаще они никак не проявляются, особенно у женщин, и выявляются исключительно лабораторным путем.

В конце лета в венерологических лечебницах традиционно регистрируется 40%-й рост количества обращений: люди возвращаются из отпусков и обнаруживают у себя признаки «нехороших» болезней.



Наиболее часто встречающиеся и достаточно распространенные инфекции: хламидиоз, трихомоноз, микоплазмоз, уреоплазмоз – очень коварные заболевания.

Достаточно длительный период времени после заражения болезнь протекает незаметно, без особых симптомов, но в дальнейшем может привести к бесплодию.

Инкубационный период практически любого венерического заболевания составляет от 1-2 дней до недели. По истечении этого срока у мужчины появляются выраженные в той или иной степени симптомы уретрита (жжение, резь при мочеиспускании и выделения), у женщин – уретрита и кольпита (жжение при мочеиспускании, выделения из влагалища). Даже при выраженных признаках заболевания через несколько дней, максимум неделю-другую они значительно ослабевают или исчезают. Большинство людей, которые до этого момента не обратились к врачу, на этом успокаиваются и забывают обо всем произошедшем. Но возбудитель не исчез из организма.

Против всех болезней, передающихся половым путем, есть только одно средство – презервативы. И лучше всего захватить их с собой из дома. Но если все-таки, если произошел незащищенный контакт – выход есть. Провести профилактику, а в случае заражения – и лечение наиболее часто встречающихся инфекций, передающихся половым путем.

Применение

Программу следует применять после незащищенного сексуального контакта или при подозрении на заражение инфекциями, передающимися половым путем, 2-3 раза в день в течение 10 дней.

12. Программа «Лимфа и детокс»

Лимфа – это составляющая крови, которая, поступая в клетки и переходя в межклеточное пространство, выносит токсины по лимфатическим капиллярам и протокам, проходя через лимфатические узлы. Лимфатическая система

– это неотъемлемая часть выводящей транспортной системы из тканевых структур. Она играет важную роль в поддержании регуляторных процессов в организме, стимуляции защитных иммунных механизмов.

Основная функция лимфатической системы заключается в удалении из межклеточного пространства веществ, которые не всасываются в кровеносных капиллярах.

Поскольку накопление токсинов большей частью происходит в межклеточном пространстве и выводятся лимфой, необходимо помочь организму избавиться от токсинов, воздействуя на лимфатическую систему.

Применение

Программу «Лимфа и детокс» рекомендуется начать применять за неделю до поездки. Это позволит очистить организм, укрепить иммунитет и подготовить организм к будущей акклиматизации. Особенно программа показана тем, кто часто болеет.

Программу обязательно следует применять при различных видах интоксикаций, отеках различного происхождения, при всех заболеваниях инфекционной и неинфекционной природы в качестве основного детоксикационного курса в сочетании с другими лечебными программами.

Заключение.

Рекомендации для путешественников

1. В течение 3-4 дней перед полетом восстановить иммунитет с помощью программы «Активация иммунной системы» и почистить организм с помощью программы «Глубокая очистка организма». Эта процедура снизит вероятность заболевания. Если Вы чувствуете волнение, беспокойство, перед взлетом – включите программу «Антистресс – расстройство сна».

3. Употребляйте легкую пищу за день до полета и во время него. Пейте побольше воды, не злоупотребляйте кофе и

алкогольными напитками, они способствуют обезвоживанию организма и появлению усталости.

2. Одежда должна быть из натурального материала, совершенно противопоказана синтетика. Имейте при себе удобную сменную обувь, которую можно переобуть в салоне самолета.

4. На протяжении полета разминайте мускулы, хотя бы раз в час вставайте и ходите по салону, массируйте голеностопные суставы – это способствует лучшему кровообращению.



Москва 2013 год