

«Вы не больны, у вас жажда»

Авторы: Геннадий АПАНАСЕНКО, Михаил КУРИК (Геннадий АПАНАСЕНКО, профессор, доктор медицинских наук; Михаил КУРИК, профессор, доктор физико-математических наук)

По данным ВОЗ, более 80 процентов всех проблем здоровья человека связаны с качеством питьевой воды. Не может человек быть здоровым, если пьет некачественную питьевую воду. Если еще лет пятнадцать-двадцать назад в Украине вода горной речки была пригодна для питья, то сейчас в стране практически нет источников поверхностной питьевой воды, готовой к употреблению без предварительной обработки. Что означает понятие «питьевая вода»? Доступна ли сегодня человеку вода, которая гарантировала бы ему здоровье? Наш опыт исследования физических свойств природных питьевых вод, их влияния на организм человека позволил сформулировать ряд новых критериев качества питьевой воды. Стало очевидным, что только употребление питьевой воды, которая по своей структуре соответствует внутриклеточной воде и обладает высоким природным биоэнергетическим качеством, гарантирует человеку здоровье.

В любом руководстве по физиологии указывается доля воды в структурах живого. Эмбрион человека на 97% состоит из воды, у новорожденного ее количество составляет до 90%, с годами количество воды в организме постоянно уменьшается. Суть старения — дегидратация. Вместе с водой из клеток организма уходит жизнь. Эти данные подчеркивают важность воды в строении живого организма, однако не рассматривают ее функциональную роль.

Основная часть воды организма — это связанная вода, находящаяся внутри клеток (около 70%), а остальная часть (30%) — внеклеточная. Из нее 7% приходится на кровь и лимфу, остальная омывает клетки (межтканевая, или свободная, вода).

В здоровом организме поддерживается определенное соотношение между связанной (внутриклеточной) и свободной (межклеточной) водой. Это соотношение в процессе жизнедеятельности человека должно поддерживаться постоянно. От поддержания водного гомеостаза зависит здоровье человека и его долголетие. В свою очередь, для того чтобы в организме поддерживалось постоянное соотношение между связанной и свободной водой, необходимо пить высококачественную питьевую воду, которая по своим структурным и биофизическим характеристикам должна максимально соответствовать внутриклеточной воде организма. В природе такой питьевой воды сегодня становится все меньше и меньше.

Отсюда следует, что человеку необходима не просто питьевая вода («чистая», «доочищенная», «альпийская» и т.п.), а имеющая определенную структурную упорядоченность и природную биоэнергетику. Лишь употребление такой структурированной питьевой воды способно поддерживать в организме постоянство соотношения между связанной и свободной водой.

Вода, как живая структура, всегда находится во взаимодействии с теми веществами, с которыми контактирует. Она уникальный растворитель. Природные органические молекулы образуют с водой различные упорядоченные структуры (мицеллы, липопротеидные комплексы, мембранные структуры и др.). Таким образом, в любой биологической структуре вода является необходимым компонентом живого. Жизнь на биологическом уровне — цепь биохимических реакций. Реагируют между собой растворы, а не твердый субстрат. Если вода изменяет свою структуру, меняется ее

взаимодействие с биологическими молекулами, и, соответственно, происходит нарушение структуры живой системы, ее функциональная активность. Молекулы генома своей структурой также обязаны структуре воды. Структура молекул воды задает структуру биосинтеза аминокислот, вода входит вместе с аминокислотами в структуру дезоксирибонуклеиновой кислоты (ДНК). Все это вместе — природный жидкий кристалл, и вода в нем является той молекулой, которая определяет ее функциональную активность.

Отсюда следует вывод о том, что для существования человека нужна особая по структуре и свойствам растворимости биогенная внутриклеточная вода. А это, в свою очередь, означает, что человек должен пить структурно упорядоченную природную воду, которая в идеале должна соответствовать структуре и свойствам внутриклеточной воды.

Вода обладает памятью. В 1988 г. французский ученый Жак Бенвенист сделал разведение в воде биологически активного вещества в концентрации 10⁻¹⁰². То есть в растворе не осталось ни одной его молекулы. И тем не менее на клетки крови этот раствор действовал так же, как и само вещество. Ибо в воде осталась память о нем в виде соответствующих структур.

К счастью, высококачественная структурированная питьевая вода в природе еще существует. Кроме того, человек, похоже, научился получать необходимую для организма структурированную питьевую воду.

Природная вода, кроме молекул H₂O, содержит различные органические и неорганические примеси, которые вместе взятые и являются природной питьевой водой. Правильнее было бы говорить, что природная питьевая вода — это раствор различных органических и неорганических веществ в растворителе — воде. С точки зрения физики и химии таких водных растворов, возможны два альтернативных варианта структуры. Это может быть гетерогенный раствор, когда все органические и неорганические молекулы очень слабо взаимодействуют, т.е. ведут себя в растворе индивидуально. Такая вода не имеет в своей структуре каких-то упорядоченных элементов.

Второй случай раствора — гомогенный, когда все растворенные примеси и сам растворитель, матрица воды — это единая система, в которой в результате природной самоорганизации реализуется упорядоченная структура, что характерно для живых систем (фото). Такая структура называется фрактальной, причем фракталы проявляют оптическую активность.

Фрактальная структура означает особую упорядоченность, основным элементом которой повторяется в разных масштабах. Как оказалось, все живые системы построены по фрактальному принципу. Наиболее характерным примером фрактального построения живого является лист папоротника. В то же время фрактальная структура характеризуется диссиметрией.

В соответствии с законом В.Вернадского, важнейшим отличием живой структуры от неживой является наличие в ней диссиметрии. Таким образом, наличие диссиметрии в воде означает, что она является живой биогенной структурой, и именно такая вода максимально соответствует свойствам внутриклеточной воды организма человека.

Особый ажиотаж вокруг необычных свойств воды возник в связи с работами японского исследователя М. Эмото, показавшего, что вода, как живая система, реагирует на эмоции человека, т.е. меняет свою структуру. Кроме того, он показал, что любая информация (звуковая, образная, эмоциональная) отражается на структуре воды. Российские ученые во

главе с физиком В.Извековым повторили опыты М. Эмото и пошли еще дальше в своих исследованиях.

Таким образом, высококачественная природная биогенная питьевая вода, кроме содержания в своем составе всех необходимых микро- и макроэлементов, должна быть структурно организованной, т.е. иметь фрактальную дисимметричную структуру.

Вода также должна быть биологически доступной, т.е. легко проникать через мембраны клеток организма. Например, водопроводная вода имеет величину поверхностного натяжения до 73 дин/см, а внутриклеточная — около 43 дин/см. Клетке требуется затрачивать большое количество энергии на преодоление поверхностного натяжения воды.

Питьевая вода должна быть средней жесткости и иметь слабощелочную реакцию (рН около 8,0). Именно щелочная структурно упорядоченная питьевая вода будет лучше сохранять кислотно-щелочное равновесие жидких сред организма, имеющих слабощелочную реакцию.

Следующая важная характеристика питьевой воды — окислительно-восстановительный потенциал (ОВП). Он должен соответствовать потенциалу межклеточной жидкости — в диапазоне от -100 до -200 мВ (милливольт). В таком случае организму не надо тратить дополнительную энергию на выравнивание окислительно-восстановительного потенциала. Отметим, что водопроводная вода имеет ОВП около +400 мВ, кипяченая — до +1000 мВ.

Ну и, конечно, питьевая вода не должна содержать отрицательную для организма человека информацию. Как следует из данных М. Эмото, человеческая агрессия способна отражаться на структуре воды.

Таким образом, не каждая жидкость может восполнить недостаток воды в организме. Те, кто считает, что потребность в воде можно удовлетворить при помощи любой другой жидкости — газировки, чая, кофе, пива и т.п., категорически неправы.

А жажда? Почему она не руководит нашим питьевым режимом? Как оказалось, жажда — одно из самых несовершенных человеческих ощущений. С возрастом порог дегидратации в организме, вызывающий жажду, повышается. Американский исследователь Филиппс установил удивительный факт: у стариков отчетливо проявляется дегидратация клеток, а жажда отсутствует. Но мозг, содержащий наибольшее количество воды в организме, реагирует на недостаток воды целым рядом других неприятных ощущений. Среди них: слабость, недомогание, постоянное ощущение усталости (синдром хронической усталости), приливы крови к лицу, чувство раздражения, неконтрольный гнев, беспокойство, депрессия, тяга к алкоголю и пр. Кроме того, боли в суставах и позвоночнике, расстройство работы желудочно-кишечного тракта (запоры, изжога и т.п.), нарушение функции системы иммунитета — вот неполный перечень изменений в функциях организма. И нет ничего удивительного в том, что постепенно органы обезвоженного организма выходят из строя и человек заболевает.

Исследователь данной проблемы американец иранского происхождения Ф.Батмангхелидж в название своей книги, получившей международную известность, вложил главную идею: «Вы не больны, у вас жажда». Он же показал, что в случае выраженной дегидратации клеток центр голода берет на себя функции центра жажды. Заканчивается это тем, что после извлечения воды из пищи последняя откладывается на самых видных местах в виде

жировых отложений. Если это так, то употребление уже структурированной соответствующим образом воды должно облегчить состояние больного. И практика подтверждает данное предположение.

Японские и южнокорейские ученые разработали технологию искусственного приготовления структурированной воды. Причем эта структура более устойчивая, нежели в природных водах. К тому же, она удовлетворяет всем требованиям, изложенным выше (ОВП, поверхностное натяжение, реакция и пр.). В Южной Корее, например, сейчас работает около 2000 установок, производящих структурированную воду.

Мы в течение уже трех лет занимаемся изучением оздоровительного эффекта структурированной воды.

Группе испытуемых был предложен месячный прием воды, полученной по южнокорейской технологии. Результаты превзошли все ожидания. Все 100% пациентов, страдающих ожирением (индекс массы тела более 30), похудели на 3—10 кг. Причем без каких-либо усилий с их стороны (они ели что хотели и сколько хотели) и при великолепном самочувствии повысились их работоспособность, настроение. Напротив, те пациенты, у которых отмечался дефицит массы тела, набрали необходимые килограммы. Одновременно исчезли проявления многих сопутствующих заболеваний: боли в суставах, гипертензия, головные боли, запоры, изжога и пр. Обнаружились явные признаки омоложения: восстанавливается тургор кожи, у пациентов зрелого возраста исчезают пигментные пятна. У одной пациентки, уже два года находившейся в менопаузе, восстановился нормальный месячный цикл.

Автор, как врач, получил большое удовлетворение от чтения отчетов участников испытаний (сохранены стиль и орфография пациентов).

Пациентка Г., 35 лет: «Мой вес был 93 кг при росте 164 см. С детства мучили сильные мигрени, переболела болезнью Боткина, остеохондроз, межреберная невралгия, вегетососудистая дистония, скачки давления, предъязвенное состояние желудка. Таблетки от головы, желудка, печени пила горстями. Неоднократно пыталась похудеть. Пробовала различные методы голодания по Малахову (каскадное, десятидневное), по Семеновой (клизмование), диеты, но ничего не приносило желаемого результата. И вот — первый день приема воды. Почки заработали весело, едва успеваю доехать до работы. На второй день бодрая бегу на работу и замечаю, что нет такой одышки, а вот дополнительная энергия вырастает ниоткуда. В обед, после приема пищи, спешу в туалет: кишечник очистился так, будто я огромное животное. Процесс пошел. За неделю я потеряла 5 кг. Я так была увлечена потерей веса, что лишь через неделю обратила внимание, что у меня не болит больше голова и не выпила ни одной таблетки с тех пор, как пью воду. Мне захотелось больше двигаться, заниматься спортом, помочь моему телу выйти из тупика. А голова ведь больше не болит, и нет больше изжоги, и стул регулярный. Таблетки, которые я горстями носила в сумочке, больше не нужны. Давление уже забыла, когда мерила. Последний раз было 120/80. Чудеса, да и только. На сегодняшний день потеряла 8 кг».

Опытные клиницисты сразу обратят внимание на темпы потери веса: «5 кг за неделю? Это невозможно!» Возможно, уважаемые коллеги. Дело в том, что на первых порах структурированная вода действует как сильнейшее мочегонное средство: выделяется намного больше жидкости, чем потребляется. Это уходит межтканевая жидкость, не дошедшая до клетки.

Хотелось бы обратить внимание на одно очень важное обстоятельство: у всех испытуемых меняется психологическое состояние — появляется желание двигаться, больше внимания уделять своему здоровью. А желание двигаться (кинезофилия) — яркий признак омоложения организма.

Второе масштабное исследование мы провели с участием часто болеющих детей. В течение двух месяцев они пили структурированную воду в санаторных условиях (детский санаторий «Малютко», г.Ужгород). Все дети прибавили в весе, у них увеличилась концентрация гемоглобина крови, повысилась игровая активность, ни разу не было обострения заболевания. В контрольной группе позитивная динамика в состоянии детей намного скромнее.

Эффект от приема структурированной воды в других (пока единичных) случаях убеждает в том, что сейчас сложно ограничить круг клинических проблем, которые можно решать с помощью структурированной воды. Есть все основания полагать, что мы стоим на пороге нового этапа в изучении роли воды в сохранении и восстановлении здоровья человека.