

## ЗАБОЛЕВАНИЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Содержание:

1. Введение
2. Строение и функция щитовидной железы
3. Почему чаще всего патология щитовидной железы возникает у женщин?
4. Заболевания, протекающие с понижением функции щитовидной железы.
  - Гипотиреоз
  - Аутоиммунный тиреоидит
  - Лечение и профилактика
5. Заболевания, протекающие с повышением функции щитовидной железы.
  - Тиреотоксикоз
  - Лечение и профилактика
6. Заболевания, протекающие без изменения функции щитовидной железы.
  - Эндемический зоб (диффузный).
  - Лечение и профилактика
  - Спорадический зоб.
  - Лечение и профилактика
7. Лечение и профилактика женских гормонозависимых опухолей
8. Использованная литература

### Введение

На протяжении всей жизни гормоны играют важнейшую роль практически в каждом процессе, происходящем в нашем организме. Все железы эндокринной системы тесно взаимодействуют между собой, что объясняет тот факт, что даже при незначительном сдвиге в функции одного органа происходят изменения во всем организме. Так же, как и другие эндокринные железы (эпифиз, гипоталамус, гипофиз, поджелудочная железа, парные надпочечники и половые железы), щитовидная железа выделяет продукты своей деятельности (гормоны) непосредственно в кровяное русло. Именно поэтому эти железы и называются эндокринными («эндо» - внутренний) или железами внутренней секреции, в отличие от других, называемых железами внешней секреции, так как они выделяют биологически активные продукты жизнедеятельности (ферменты) во внешнюю среду через специальные протоки.

Для контроля и регуляции физического тела служат железы внутренней секреции. Аналогично для контроля и регуляции энергетической системы служат энергетические центры, называемые чакрами (чакра – место поступления в тело энергии).

Функция щитовидной железы контролируется на уровне физического тела тиреотропным гормоном гипофиза (ТТГ), на уровне энерго-информационного тела – вишудха-чакрой, а на уровне психики – творческим интеллектом.

Данные две системы (железы внутренней секреции и чакры) имеют тесную взаимосвязь. В случае дисбаланса в организме возникает заболевание. Для поддержания равновесия следует много двигаться, заниматься дыхательными упражнениями (пранаяма или ци-гун), полезным является и отдых, а также следует правильно питаться и **принимать гармонизирующие препараты швейцарской компании Нарин**

Большинство гормонов имеет рецепторы на клетках своих «органов-мишеней». При этом специфичность действия гормонов объясняется их высоким сродством к рецептору. Большинство гормонов подходит к своим рецепторам как «ключ к замку». Активность эндокринных желез регулируется в зависимости от потребностей организма. Это также



осуществляется при помощи рецепторов, имеющих на многих клетках. Они улавливают небольшие изменения уровней различных веществ в крови, и передают сигнал эндокринным железам. Те, в свою очередь, изменяют свою активность так, что уровень исходного вещества возвращается к норме. При достижении этого нормального значения, активность эндокринной железы также возвращается к прежнему уровню. По этому принципу в организме регулируются уровни различных веществ на протяжении всей жизни.

### **Строение и функция щитовидной железы**

Щитовидная железа - небольшой орган весом 15-20 до 40 г, расположенный на передней поверхности шеи. Это орган, который имеет наиболее сильное кровоснабжение, в несколько раз превышающее кровоснабжение печени и почек. Она поглощает 99,99% всего йода, поступающего в организм, и синтезирует три гормона - трийодтиронин (Т3), тетраiodтиронин или тироксин (Т4) и тиреокальцитонин.

Кальцитонин, участвует в регуляции уровня кальция в организме, который является основным материалом для соединительной ткани (кости, хрящи, связки, волосы, ногти, кожа и межтканевая ткань), а также необходимым веществом для проведения импульса в нервной и мышечной ткани.

Трийодтиронин (Т3) и тироксин (Т4) поддерживают работу дыхательного и сосудодвигательного центров продолговатого мозга, синусового узла сердца. Они стимулируют активность иммунитета и всех антиоксидантных систем организма. Без их помощи не может функционировать большинство гормонов тела, костный мозг, печень, поджелудочная железа, желудок, кишечник и почки. В случае повреждения тканей, они стимулируют факторы их регенерации. Особенно большую роль играет тироксин, которого вырабатывается в несколько раз больше, чем трийодтиронина.

Для того, чтобы создать депо (достаточный запас), щитовидная железа синтезирует намного больше тироксина, чем в этом нуждается наш организм. Поэтому печень синтезирует специальные транспортные белки (тироксинсвязывающий альбумин и глобулин), которые нейтрализуют его физиологическое действие. Для обеспечения потребностей тела необходимо свободное содержание тироксина в плазме крови - 0,04%. При необходимости, печень отщепляет транспортные белки и увеличивает уровень свободного тироксина.

Щитовидную железу можно назвать одной из основных желез эндокринной системы, поскольку главной ее функцией является поддержание нормального обмена веществ в каждой клетке нашего организма. Гормоны щитовидной железы поддерживают основной обмен, который отражает энергетические траты организма, обеспечивающие постоянную деятельность сердца, почек, печени, дыхательной мускулатуры и некоторых других органов и тканей, а также поддержание постоянной температуры тела. Таким образом, без гормонов щитовидной железы жизнь просто остановится.

Кроме этого, тиреоидные гормоны необходимы для нормального умственного и физического развития. Недостаток гормонов щитовидной железы в детском возрасте приводит к прекращению роста, а дефицит их при беременности - к недоразвитию мозга будущего ребенка.

Щитовидная железа принимает участие в контроле за весом тела (при повышенном потреблении пищи активность ее увеличивается, что приводит к повышению скорости обменных процессов в организме, и наоборот, при недоедании активность щитовидной железы снижается, приводя к замедлению обмена веществ). Щитовидная железа играет важную роль в функционировании иммунной системы организма, стимулируя активность Т-клеток иммунной системы и защищая нас от инфекций. Важной является и роль



щитовидной железы в репродуктивной сфере — одной из часто встречающихся причин бесплодия является именно патология щитовидной железы, у женщин кроме этого гормоны щитовидной железы влияют на нормальное развитие молочных желез. Кроме вышеперечисленного, гормоны щитовидной железы принимают участие в регуляции водно-солевого баланса, в образовании некоторых витаминов (например, образовании витамина А в печени), а также в осуществлении функции других гормонов в организме.

Гормоны щитовидной железы называют также гормонами «молодости» и предполагается, что инволюционные изменения функции щитовидной железы с возрастом не только объясняют замедление обменных процессов, но и играют важную роль в старении организма.

### **ДОКАЗАНО!**

Щитовидная железа - "королева молодости". Когда с ней всё в порядке - у вас всегда блестящие глаза, роскошные волосы, крепкие ногти, упругая кожа и свежее лицо. А ещё - желаемый вес, стройная фигура, никаких проблем с женским циклом и море энергии!

С точки зрения Аюрведы, в большинстве случаев «тонкими» причинами различных заболеваний щитовидной железы является в лучшем случае нежелание, неумение и безразличие в создании внутренней и внешней гармонии, а в худшем – к бессознательному или сознательному разрушению уже существующей гармонии. Как правило, эти причины взаимосвязаны, и первые неизбежно переходят в последующие.

### **Почему чаще всего патология щитовидной железы возникает у женщин?**

Потому что их главной дхармой(человеческим долгом) является гармонизация себя, своего мужа, своих детей и окружающего пространства. Женщина просто обязана всегда, независимо от возраста, выглядеть красиво. Для этого она должна внимательно следить за своим телом, регулярно занимаясь общеукрепляющими упражнениями, дыхательными практиками, очищениями и коррекцией работы всех органов и тканей, применяя натуральные косметические средства, фитопрепараты и минералы. У нее должен быть превосходный вкус в одежде, в использовании парфюмерных средств и различных украшений. Видя женщину, мужчина должен получать эстетическое удовольствие. Мягкая улыбка, спокойная и дружелюбная речь, внутреннее обаяние всегда должны сопровождать женщину.

Здоровое питание и образ жизни членов семьи во многом зависит от женщины. Она своим примером и поведением должна вдохновлять своих близких на духовное развитие. Мир, внутренняя и внешняя чистота, порядок и равновесие создаются женщиной.

Если женщина сознательно или подсознательно игнорирует свою основную дхарму (человеческий долг) или она унаследует подобный стереотип поведения от своих предков, у нее возникают все условия для развития той или иной патологии щитовидной железы.

### **Заболевания щитовидной железы**

В настоящее время заболевания щитовидной железы являются одними из самых распространенных в мире. Большая распространенность болезней щитовидной железы ставит их в один ряд с такими заболеваниями, как сахарный диабет и болезни сердечно-сосудистой системы. По некоторым данным, распространенность заболеваний щитовидной железы еще выше, чем известно на сегодняшний день. Это связано с частым бессимптомным течением многих ее болезней. В развитии заболеваний щитовидной железы имеют значение не только наследственные факторы, но, пожалуй, в



большей степени деятельность щитовидной железы зависит от внешних факторов (инфекционных процессов, стрессовых факторов, излучения, и глобальная проблема - дефицит йода в окружающей среде).

Поскольку симптомы заболеваний эндокринных желез зависят от их функционального состояния и уровня продуцируемых ими гормонов, все заболевания (и щитовидной железы, в частности) можно разделить на три группы:

### **Заболевания, протекающие с понижением функции щитовидной железы**

Активность железы может уменьшаться, что сопровождается снижением уровня гормонов в крови. Гипотиреоз («гипо» - мало, недостаток) - состояние, обусловленное длительным, стойким недостатком гормонов щитовидной железы - встречается у 19 из 1000 женщин, и у 1 из 1000 мужчин. При гипотиреозе в организме замедляются все процессы. В условиях недостатка тиреоидных гормонов энергия образуется с меньшей интенсивностью, что приводит к понижению температуры тела. Другим проявлением гипотиреоза может быть склонность к частым инфекциям, что обусловлено отсутствием стимулирующего влияния тиреоидных гормонов на иммунную систему. Одним из самых серьезных проявлений гипотиреоза является поражение сердца. И повышение уровня холестерина в крови. Это может привести к развитию атеросклероза сосудов сердца и ишемической болезни сердца. Одним из основных симптомов гипотиреоза является постоянная слабость и чувство усталости, даже по утрам, часто возникают депрессивные состояния. У большинства женщин наблюдается расстройства менструальной функции.

### **Диагностика заболеваний щитовидной железы**

- 1. УЗИ щитовидной железы
- 2. Исследование гормонального статуса: ТТГ, свободный Т4, антитела к тиреоглобулину, антитела к тиреоидной пероксидазе

### **Аутоиммунный тиреозит**

Аутоиммунный тиреозит на начальных этапах протекает без нарушения функции щитовидной железы, но с исходом в гипотиреоз (реже может быть тиреотоксикоз)

В основе данной патологии лежит подверженность острым и хроническим стрессам, высокочастотные (сотовые телефоны, компьютеры, телевизоры, линии высоковольтных передач) и ионизирующие излучения, курение, неправильное питание, злоупотребление кофе и крепким черным чаем, неоправданное применение кортикостероидов и химиотерапии, паразитарные и грибковые инфекции. Все эти факторы приводят к угнетению функции вилочковой железы (тимуса), в особенности к снижению синтеза Т-супрессоров и Т-хелперов и гиперактивности В-лимфоцитов. В результате возникает агрессия иммунных клеток против собственных ослабленных тканей организма, в данном случае против щитовидной железы.

Заболевание протекает исподволь, пока не появятся первые клинические симптомы гипотиреоза, описанного выше, или при случайном обследовании не будут выявлены антитела к ткани щитовидной железы. В этом случае эндокринологи обычно сразу же назначают L-тироксин и обрекают пациента на постоянное лечение заместительной терапией.

### **Усугубляет состояние болезни:**

- Дефицит в рационе питания продуктов, богатыми органическим йодом
- злоупотребление всеми видами капусты, бобовых, редиса, редьки и репы (уменьшающих активность щитовидной железы) и продуктами с высоким гликемическим индексом (сахар, пшеница, кукурузные изделия, бананы, картофель)



- избыточный вес
- малоподвижный образ жизни
- дегенеративно-дистрофические поражения шейного и верхнегрудного отделов позвоночника
- дисбиоз кишечника (присутствие в кишечнике гельминтов, простейших, патогенных грибков и бактерий и уменьшение сапрофитной микрофлоры), способствующий гиперактивности В-лимфоцитов
- пониженная солнечная инсоляция в северных регионах планеты

## **Лечение и профилактика гипотиреоза и аутоиммунного тиреоидита:**

### **1. Заместительная терапия**

При всех формах гипотиреоза (послеоперационный, идиопатический, вторичный, третичный) показана заместительная терапия препаратами левотироксина (L-T4).

Резкая отмена L-тироксина при аутоиммунном тиреоидите, в случае его приема более 3 месяцев недопустима. Необходимо устранить или уменьшить факторы, нарушающие функцию тимуса, нормализовать состояние позвоночника (устранить миофасциальные блоки), восстановить функцию гипофиза и стимулировать восстановление щитовидной железы.

### **2. Противовоспалительная, противогрибковая терапия**

#### **Масло чайного дерева**

Физиологическое действие:

Противовоспалительное, бактерицидное, противовирусное, противогрибковое. Уменьшает боль, усиливает иммунитет. Ускоряет процессы заживления ран и выздоровление. Стимулирует скорость обновления клеток.

Способ применения: по 5 - 7 вдохов 2 раза в день. Для горячих и холодных ингаляций. Желательно сделать бактериологический посев кала на выявление патогенной микрофлоры.

**В комплексном лечении можно использовать Можжевельовый сироп, Еловый сироп, Сок Алоэ, Эхинацину.**

### **3. Восстановление микробиоценоза**

#### **Молочная сыворотка со вкусом персика**

Сухой напиток на основе молочной сыворотки со вкусом персика. Улучшает работу почек и ЖКТ, нормализует функцию печени. Помогает выводить шлаки и избыток жидкости, а также расщеплять вредные отложения без ущерба для здоровья. Ускоряет скорость обмена веществ. Регулирует деятельность кишечника. Улучшает состояние кожи.

Применение: 5-7 ст. ложек (100 г) порошка хорошо смешать с 1 л воды, поставить в холодильник и выпить в течение дня. Взбалтывать перед употреблением.

#### **Пробиофит Малина**

**Состав:** пробиотический порошок обезжиренного йогурта (около 53%), фруктоза, (26%), инулин (10%), сывороточный протеин (5%), порошок малины +мальтодекстрин (около 4%).

- **Пробиофит МАЛИНА** содержит в 330 граммах (1 банка) около **100 млн. живых ацидофильных лактобактерий, 35% ценного молочного белка, 10%инулина и 8% молочных минералов.**

**Применение:** 1 столовую ложку с верхом (15г) размешать в 100 мл кипяченой остуженной воды или обезжиренного молока. Употреблять за 20-30 минут до приема пищи 3 раза в день.



Курс приема 3-4 недели. Затем перейти на прием поддерживающей дозы 1 ст. ложка на ночь. При выраженном дисбактериозе рекомендуется регулярное применение Пробиофита 2 ст. ложки в день.

#### **Фибросан**

**Состав:** смесь пищевых волокон (балластные вещества), полученные из зерен пшеницы, мякоти яблок и других фруктов и растений: пищевые волокна пшеницы (26%), яблочный пектин (18%), инулин (18%), сорбит (25%), фруктоза (8%), гуммиарабик – гуаровая камедь (3%), стеарат магния (1%) – таблетирующее средство.

**Применение:** разжевывать или рассасывать по 1-2 таблетки, запивая 150-200 мл кипяченой воды за 15 минут до еды или между приемами пищи. При запорах от 2 до 6 таблеток

#### **4. Детоксикация, улучшение функции печени**

##### **Экстракт Артишока**

**Состав:** вода, фруктоза экстракт артишока 2,2%, травяной экстракт (Стручковый перец, Красный перец, Горечавка, Горький апельсин, Розмарин, Анис), экстракт фенхеля, экстракт мяты перечной, сорбит калия

##### **Способ применения.**

Взрослым по 1 чайной ложке 3 раза во время приема пищи или после еды в чистом виде или запивать водой или соком. Минимальный курс 1 месяц. Принимать с перерывом в 1-2 недели. Длительность приема 1 - 3 месяца, если нет других рекомендаций

#### **5. Улучшение образования энергии клетками**

Катализатором биохимических процессов является коэнзим Q10

В качестве клеточного топлива могут выступать глюкоза, жирные кислоты и аминокислоты. Они поступают в организм из желудочно-кишечного тракта в результате переваривания углеводов, белков и жиров

Топливо горит в присутствии кислорода

В результате образуется АТФ – энергия клетки

#### **Компания Нарин выпустила новый высокоэффективный комплекс с Коэнзимом Q 10.**

**Состав:** Экстракт виноградной кожуры, порошок из красного вина, виноградные листья молотые, витамин С, кофермент Q 10, витамин Е, экстракт виноградных косточек, крахмал кукурузный, разделительное средство диоксид кремния.

#### **«Нарин» выпускает рыбий жир в капсулах, используя драгоценное масло лосося.**

Прием данной пищевой добавки имеет доказанный высокий положительный эффект в превентивной терапии сердечно-сосудистых заболеваний: снижение уровня холестерина и значительное улучшение реологических показателей (текучести) крови. Помимо этого рыбий жир с высоким содержанием ПНЖК Омега-3 укрепляет иммунную систему и повышает уровень жизненных сил.

**Добавка селена в качестве эффективного антиоксиданта и морской водоросли дуналиелла, богатой натуральными каротиноидами, превращают этот продукт в идеальную формулу профилактики различных серьезных заболеваний.**

#### **Нарофит Ваниль/Кофе/Земляника**





Состав: фруктовый сахар, молочный протеин, сухое обезжиренное молоко, модифицированный картофельный крахмал, масло зародышей кукурузы, порошок рыбьего жира, ароматическая добавка, цитрат калия, хлорид калия, порошок из гранул гуара, оксид магния, комплекс витаминов.

Способ применения: 1 ст. ложку НАРОФИТА на 100 мл обезжиренного молока взбить в шейкере или размешать миксером. Принимать по мере необходимости по 100-200 мл 2-3 раза в день между приемами пищи.

### **Гуарана**

Гуарановое драже компании Нарин с экстрактом гуараны и кофе придает жизненные силы, оказывает стимулирующее действие. Сочетание кофе и гуараны обеспечивает пролонгированное снабжение организма энергией и рекомендуется, в первую очередь, обессиленным, уставшим людям.

Применение: 1-4 (максимум 8) таблетки-пастилки в день

## **6. Восстановление pH организма**

Незаменимый щелочной комплекс минералов и микроэлементов, при регулярном употреблении которого значительно улучшается стабильность кислотно-щелочного баланса организма. Поскольку все процессы в организме происходят с участием минералов и микроэлементов, пищевая добавка Бэйсико особо ценна для обеспечения нормальной жизнедеятельности организма, функций органов и систем, а также для формирования клеточных структур.

**Состав:** инулин, карбонат кальция, цитрат калия, карбонат магния, селеновые дрожжи, сульфат железа, оксид цинка, сульфат марганца, сульфат меди.

## **7. Применение иммуномодуляторов**

### **Зеленый чай с мятой**

Обеспечивает организм мощными антиоксидантами для борьбы со свободными радикалами и защиты организма на клеточном уровне. Поддерживает нормальное функционирование клеток, защищая клеточные структуры, в особенности ДНК. Из-за своей способности связывать свободные радикалы, чай укрепляет иммунную систему человека.

Применение: 3 таблетки-пастилки в день (доза селена не должна превышать 50 мкг в день).

## **8. Лечение анемии**

### **Наросан Черника**

**Состав:** сок черники, сорбитол, фруктоза, экстракт проростков пшеницы, сок лимона, вода, кальций, смесь витаминов, стабилизаторы, железо, натуральная вкусовая добавка черники, калий

**Применение:** 1 ст. ложка 2-3 раза в день (до 25 мл в день) перед едой. Взбалтывать перед употреблением.

## **9. Пластический материал**

### **Минки А**

Спирулина — богатейший кладезь микроэлементов, витаминов, ферментов, биоактивных веществ. При этом в отличие от мультивитаминных и биодобавок они находятся в естественном виде, в комплексе с необходимыми кофакторами и ферментами.

Спирулина обладает свойствами биологически активных добавок и имеет в своем



составе важнейшие для нормального функционирования организма и только ей присущие вещества (фикоцианин, хлорофилл, супероксидисмутаза, РНКаза, ДНКаза, все незаменимые аминокислоты, более 2000 ферментов). Спирулина — сильнейшее лекарство при очень широком спектре заболеваний. Оздоровляющий эффект спирулины обуславливается тем, что она восстанавливает экологию желудочно-кишечного тракта. Кроме того, спирулина повышает иммунитет. Органический йод, содержащийся в спирулине, активно усваивается организмом человека, легко выводится из организма, благодаря ферментативной деятельности печени.

### **Крем Соль Мертвого моря**

Основные компоненты: Соль Мертвого моря - Хохоба - Календула - Масло зародышей Пшеницы - Очанка лекарственная

**Соль мёртвого моря** - богатая формула минералов, жизненно необходимых для обеспечения нормального обмена веществ. Защищает кожу, снимает отечность, раздражение и боль, стимулирует регенерацию клеток.

Наносить на область щитовидной железы 2-3 раза в день

### **Заболевания, протекающие с повышением функции щитовидной железы Тиреотоксикоз**

Активность железы и уровень гормонов могут повышаться. Тиреотоксикоз - состояние, вызванное стойким повышением уровня тиреоидных гормонов. Иногда для обозначения этого состояния используется термин гипертиреоз («гипер» - много, избыток) - повышение функции щитовидной железы. Тем не менее, термин тиреотоксикоз (буквально - «отравление тиреоидными гормонами») более адекватно отражает суть заболевания, поскольку гипертиреоз бывает и в нормальных условиях, например при беременности. Тиреотоксикоз является состоянием, обратным гипотиреозу: если при снижении уровня тиреоидных гормонов все процессы в организме замедляются, при тиреотоксикозе метаболические процессы протекают с повышенной интенсивностью. Характерными для этого состояния являются изменения психики, определенные глазные симптомы (одним из которых является выпученность глаз- экзофтальм) и нарушение работы сердца (учащенное сердцебиение, нарушение ритма). Наиболее частой причиной тиреотоксикоза - в 8 из 10 случаев - является диффузный токсический зоб.

### **Лечение и профилактика тиреотоксикоза**

При консервативном лечении назначаются тиреостатические препараты, требуется регулярно и своевременно принимать препарат и регулярно посещать врача эндокринолога.

Хирургическое лечение показано в случаях неэффективности консервативного лечения, при симптомах сдавления органов средостеня (значительное увеличение щитовидной железы, загрудинное расположение зоба), при развитии тяжелых побочных эффектов при лечении тиреостатиками, при подозрении на злокачественное образование в щитовидной железе.

### **Основные принципы лечения**

- 1. Терапия тиреостатиками (тирозол, пропицил, мерказолил)
- 2. Противовоспалительное, противогрибковое лечение
- 3. Восстановление микробиоценоза
- 4. Детоксикация, улучшение функции печени
- 5. Улучшение образования энергии клетками
- 6. Восстановление pH организма
- 7. Применение иммуномодуляторов





- 8! Поддержка сердечно-сосудистой системы
- 9! Поддержка нервной системы

### **Поддержка сердечно-сосудистой и нервной систем Фортивен**

Содержит высокую концентрацию полифенолов, изофлавоноидов, антоцианидов, которые обеспечивают сильные антиоксидантные свойства, оказывают онкопротекторное действие (антираковое). Улучшает циркуляцию крови в организме. Обладает венотонизирующим, капилляропротекторным, противовоспалительным, противоотечным действием. Оказывает спазмолитическое действие (предупреждает спазмы и судороги). Понижает свертываемость крови (разжижает кровь). Ускоряет заживление ран. Оказывает противовоспалительное действие. Повышает прочность соединительной ткани. Способствует профилактике атеросклероза и сердечно-сосудистых заболеваний. Предупреждает старение организма и увядание кожи.

**Состав:** порошок и экстракт красного винограда 54%, экстракт донника 26%, экстракт виноградной лозы 10%, порошок оливковых листьев, кукурузный крахмал.

**Применение:** по 2 капсулы 2 раза в день до еды

### **Наросан Красная ягода**

**Состав:** клюквенный экстракт, малиновый экстракт, рябиновый экстракт, фруктоза, виноградный сахар, соли кальция, экстракт зародышей пшеницы 4%, таурин 3%, цитрат магния, смесь витаминов, сгуститель аравийская камедь, консервант сорбит калия

**Применение:** 1 ст. ложка 2-3 раза в день перед едой. Допустимая доза – 25 мл в день.

### **Наросан Апельсин**

**Состав:** экстракт апельсина, экстракт ананаса, фруктоза, сорбитол, экстракт зародышей пшеницы 4.5%, цитрат магния, вода, смесь витаминов, аравийская камедь, натуральная вкусовая добавка апельсина, травяной экстракт, консервант сорбит калия

Мультивитаминный сироп для взрослых и детей. Содержит уникальную комбинацию витаминов и микроэлементов для поддержания нормальной жизнедеятельности организма. В составе Наросана Апельсин – высококонцентрированный экстракт проростков пшеницы. Сироп обогащен легкоусвояемым магнием. Наросан Апельсин оказывает кардиозащитное действие, помогает преодолеть состояние нервного истощения и переутомления, предупреждает возникновение мигрени

**Применение:** 1 ст. ложку 2-3 раза в день перед едой. Допустимая доза – 25 мл в день.

**Композиция эфирных масел Антистресс НАРИН** обладает разнообразным воздействием на физическое, психическое, эмоциональное состояние человека, и поможет снять:

- 1. Нервное напряжение и раздражение, сконцентрировать рассеянное внимание.
- 2. Психическую и физическую усталость.
- 3. Переутомление, стресс, нервоз.

Антистресс НАРИН поможет так же победить одиночество и уныние, нерешительность, страх, тревогу, бессонницу, депрессию, приступы паники, ревность, слезливость и другие негативные психологические феномены.

Воздействие на биоэнергетику человека:

повышает оптимизм, веру в свои силы и обаяние. Снимает напряжение.

### **Крем Лаванда**



Основные компоненты: Лаванда – Гамamelis - Алоэ Вера - Бисаболл - Аллантоин

- Выравнивает настроение, снимает беспокойство и напряжение. Повышает концентрацию внимания. Стимулирует заживление поврежденных тканей.
- Наносить на область щитовидной железы 2-3 раза в день. Можно усилить действие эфирным маслом Лаванды, которое оказывает благотворное влияние на все системы организма.

### **Заболевания, протекающие без изменения функции железы Эндемический (диффузный) зоб**

Заболевания, протекающие без изменения функции железы — эутиреоидные состояния («эу» - хорошо). Недостаток йода и селена в окружающей среде приводит к образованию йоддефицитных заболеваний. Последние являются наиболее распространенными эндокринными заболеваниями. Наиболее явным проявлением йодного дефицита и недостаточного поступления йода в организм является диффузный эутиреоидный (нетоксический) зоб - диффузное увеличение щитовидной железы без нарушения ее функции. Увеличение ЩЖ при йодном дефиците является компенсаторной реакцией, для обеспечения синтеза достаточного количества тиреоидных гормонов в условиях недостатка «строительного материала» - йода. Йод является необходимым компонентом тиреоидных гормонов. В норме в организме содержится до 20-30 миллиграммов йода, при этом основное его количество сконцентрировано в щитовидной железе. Для достижения указанного количества в организм должно поступать ежедневно 100-200 микрограммов йода. Россия и большинство стран континентальной Европы являются регионами йодного дефицита. По мнению специалистов, поступление йода в организм за сутки в России не превышает 40-80 мкг, что примерно в 2-3 раза меньше суточной потребности. К сожалению, в течение последних 20 лет программы массовой профилактики дефицита йода в России не проводятся, что с каждым годом только усугубляет ситуацию.

Нормы суточного потребления йода:

для детей грудного возраста (0-2 лет) - 50 мкг,  
для детей младшего возраста (2-6 лет) - 50-100 мкг,  
для детей школьного возраста (7-12 лет) - 100 мкг,  
для детей старшего возраста и взрослых (от 12 лет и старше) - 150 мкг,  
для беременных и кормящих женщин - 200 мкг йода.

Селен принимает участие более, чем в 80 ферментативных реакциях, и его дефицит может свести на нет всю профилактику заболеваний щитовидной железы, он входит в состав фермента йодпероксидазы. Синдром хронической усталости - основное проявление слабости щитовидной железы - стал настолько распространён, что приобрёл статус болезни. Защитные силы (иммунитет) без энергетической подпитки не могут спасти даже от банальной инфекции. Психологические проблемы, возникающие на фоне дефицита энергии, из мух превращаются в стада слонов, затаптывающих сады семейных отношений и зелёные ростки идей. В состоянии повышенного стресса нервная клетка нуждается в повышенном количестве энергии. "Голодная щитовидка" не может произвести нужное количество гормонов. В результате - ослабление памяти, замедление процессов мышления, что мешает быстрому принятию решений и может привести к повышенной раздражительности.

Вторая причина роста напряженности зобной эндемии - ухудшение экологической обстановки в стране. Известно, что многие факторы внешней среды в экологически неблагоприятных регионах способствуют увеличению размеров и ухудшению функциональной активности щитовидной железы. В настоящее время доказано



струмогенной действие тиоцианатов, перхлоратов, тиомочевины, тиюрацила, производных анилина. Струмогены препятствуют превращению йодидов в органический йод и тем самым снижают синтез йодированных гормонов, что вызывает компенсаторную гиперплазию щитовидной железы. Струмогенные вещества содержатся в репе, фасоли, брюкве, редьке, моркови, редисе, цветной капусте, арахисе, сое, манго, персиках.

Антисанитарные условия, способствующие развитию эндемического зоба, приводят к появлению в питьевой воде продуктов распада белка - тиомочевины, тиюрацила, урохрома, которые являются струмогенными.

Кроме того, существуют другие зобогенные факторы: нерациональное питание с недостатком белка, витаминов, микроэлементов (Br, Zn, Co, Cu, Mo) и избытком (Ca, F, Cr, Mn)

### **Лечение и профилактика диффузного зоба**

#### **Нарофит**

Полноценное питание с достаточным содержанием белков, витаминов, и микроэлементов

Сбалансированный, питательный, низкокалорийный напиток ванильного вкуса с молочным протеином, содержит эссенциальные жирные кислоты, 12 витаминов, калий, кальций, магний. Коктейль легко усваивается и рекомендуется, в первую очередь, спортсменам, детям и пожилым людям в качестве здорового дополнения к ежедневному рациону.

Состав: фруктоза, молочный протеин, обезжиренное сухое молоко, модифицированный крахмал, масло проростков кукурузы, порошок рыбьего жира, цитрат калия, хлорид калия, порошок из гранул гуара, вкусовая добавка, оксид магния, смесь витаминов

Применение: 1 ст. ложку смеси (ок. 15 г) размешать в 100 мл обезжиренного молока. Подходит больным сахарным диабетом (81 мл коктейля содержит 10 г углеводов).

#### **Минки А**

В лечении и профилактике эндемического и других форм гипотиреоидных зобов категорически нельзя использовать неорганический йод, посаженный на чужеродный белок.

Давно известно, что йод безопасно может усваиваться лишь в своей естественной органической форме – морепродуктах, особенно из морских водорослей, где содержится колоссальное количество этого микроэлемента.

Неорганический йод, посаженный на молочный белок (чужеродный по отношению к белкам нашего организма) вызывает сопротивление иммунной системы, особенно у людей I и II групп крови. А затем, аутоиммунная атака начинается против органа, который захватывает практически весь йод, поступающий в организм. Так развивается самое тяжелое и опасное заболевание щитовидной железы - аутоиммунный тиреоидит.

Рекомендуется готовить пищу на морской, в крайнем случае, йодированной соли.

Морская Соль с травами имеет богатую вкусовую гамму и содержит необходимые организму минералы и микроэлементы. В ее составе: морские водоросли, сушеные овощи и травы: лук, базилик, петрушка, овощной экстракт, пряности, растительный жир

Преимущества:

- Намного полезнее обычной поваренной соли благодаря высокому содержанию йода.
- Выгодно отличается по вкусу и свойствам от обычной поваренной соли.
- Придает блюдам неповторимый вкус и украшает их.
- Отличается хорошей сыпучестью. Проста в применении.



- В качестве приправы подходит любому виду пищи. Не нарушает вкус основного блюда.

## **Иммуномодуляторы и селеносодержащие продукты**

### **Зеленый чай с мятой**

Активные компоненты:

**Зеленый чай** – источник **натуральных антиоксидантов** высокой концентрации: полифенолов, витамина С, селена и витамина Е, эффективная комбинация которых обеспечивает внутри- и межклеточную защиту от свободных радикалов.

**Мята** – еще в Древней Греции мяту применяли для нормализации функции ЖКТ и верхних дыхательных путей.

**Сорбитол и маннитол** – заменители сахара, преимущество которых в том, что они медленно усваиваются, не требуют инсулина и не поднимают уровень сахара в крови.

Применение: по 1 пастилке 3 раза в день

### **Народерм**

Состав: сухой экстракт моркови, бета-каротин, витамин Е, молочная сыворотка, селеновые дрожжи

Селеновые дрожжи

- Связывают свободные радикалы.
- Предупреждают старение.
- Защищают наследственный материал клеток.
- Усиливают действие витаминов А и Е.
- Предотвращают окисление ЛНП - липопротеинов низкой плотности (вредный холестерин) и их отложение в сосудах.
- Защищают от сердечно-сосудистых заболеваний (в комбинации с витаминами А и Е).
- Оказывают противовоспалительное действие.
- Способствуют выведению тяжелых металлов.

Применение: по 1 капсуле 2 раза в день

### **Бейсико**

**Состав:** инулин, карбонат кальция, цитрат калия, карбонат магния, селеновые дрожжи, сульфат железа, оксид цинка, сульфат марганца, сульфат меди

Незаменимый щелочной комплекс минералов и микроэлементов компании Нарин разработан с целью стабилизировать кислотно-щелочной баланс организма современного человека. Уникальность пищевой добавки – в ее формуле, сочетающей смесь минералов, которая нейтрализует излишнюю кислотность. И это – в дополнение к тем важным преимуществам, которые присущи каждому из минералов

### **АСЕ**

Богатый источник натуральных антиоксидантов: витамина Е, витамина С, бета-каротина (провитамина А), селена (из водорослей) и цинка. Осуществляет профилактику преждевременного биологического старения, т.е. оказывает anti aging действие. Защищает клетки организма, повышает иммунитет, предупреждает развитие катаракты, оказывает кардиозащитное действие и т.д..

Состав: подсластители сорбитол, маннитол, лимонный порошок, аскорбиновая кислота, лимонная кислота, стеарат магния, витамин Е, бета-каротин, цинк, селеновые дрожжи, натуральный аромат лимона

Применение: по 1 пастилке 3 раза в день

### **Пробиофит Малина**



Освежающий, полезный напиток из обезжиренного йогурта с пробиотическими бактериями *Lactobacillus acidophilus*. Повышает защитные силы организма. Нормализует работу ЖКТ, осуществляет профилактику и лечение дисбактериоза. Содержит инулин, который замедляет всасывание глюкозы в кровь, способствует выведению шлаков и поддерживает развитие дружественной микрофлоры кишечника.

**Состав:** пробиотический порошок обезжиренного йогурта, 53%, фруктоза, инулин 10%, сывороточный протеин, порошок малины, мальтодекстрин, мука из зерен гуара, натуральная ароматическая добавка, натуральный краситель (порошок красной свеклы), 100 млн. живых лактобактерий в 1 банке

### **Спорадический зоб**

Это заболевание щитовидной железы встречается исключительно у женщин и относится эстрогензависимым патологиям. Вначале снижается уровень прогестерона, а затем повышается синтез эстрогенов, а также нарушается переход эстрадиола в «безопасные» формы эстрогенов. Это приводит к развитию дисменорей, эндометриоза, миом матки, поликистоза или мастопатий. Однако у некоторых больных одновременно увеличивается щитовидная железа, а других развивается зоб после проведенных операций на матки, яичниках и молочных железах. В западных странах, где в последние годы стала очень популярна стерилизация, когда женщинам, имеющим 2-3 детей, проводят хирургическое перекрытие маточных труб с целью предотвращения нежелательной беременности, также часто развивается спорадический зоб. Кроме того, такое заболевание может возникнуть первично (без поражения репродуктивной системы) на фоне дисбаланса половых гормонов.

Дело в том, что именно эстрогены стимулируют синтез печенью транспортных белков, связывающих тироксин. В свою очередь прогестерон препятствует этому процессу. При снижении прогестерона и увеличении эстрадиола увеличится образование тироксинсвязывающих альбуминов и глобулинов, и уровень свободного тироксина в плазме крови снизится с 0,04% до 0,02% и менее процентов. В этом случае гипофиз обычно совершает ошибку, считая, что щитовидная железа, как фабрика по производству этого важнейшего гормона, уменьшила свою деятельность или количество ее «цехов» уже недостаточно для обеспечения тироксином организма. Поэтому он начинает активно синтезировать тиреотропный гормон (ТТГ), стимулирующий не только функцию щитовидной железы, но и увеличивающий число ее клеток. До определенного момента гормональный баланс в организме будет сохраняться, и, несмотря на увеличение размеров щитовидной железы, клинических проявлений гипотиреоза наблюдаться не будет. Такой зоб на этом этапе носит название эутиреоидного (букв. с греческого «нормальный»).

Однако при отсутствии лечения постепенно начнет нарастать вес тела, повысится уровень холестерина, уменьшится гемоглобин, появятся все нарастающие отеки тела, даже при употреблении большого количества жидкостей заметно снизится диурез (выведение мочи), замедлится процесс пищеварения и все чаще и чаще будут беспокоить атонические запоры, большое количество слизи и снижение иммунитета увеличит склонность к простудным заболеваниям, месячные в начале будут очень обильными и длительными, а затем станут нерегулярными, порой с большими перерывами. Все это будет проходить на фоне нарастающей слабости, повышенной утомляемости, апатии, заторможенности, нарушении концентрации внимания, снижении памяти, головных болей и головокружений.

Щитовидная железа не всегда увеличивается диффузно, поскольку параллельно нарушается ее кровоснабжение и симпатическая регуляция. Это возникает в результате «блокировки» в районе шейного отдела позвоночника. Следует также знать, что у женщин в области, расположенной под затылочной костью проецируются яичники, в паравертебральных зонах шейного отдела позвоночника – маточные трубы, а в районе





VI, VII шейных позвонков и I, II грудных – матка. Переизбыток энергии, которую женщина должна была бы использовать в различных формах гармонизации себя, мужа, детей и окружающего пространства, остается не востребованной и стимулирует лишь венозный застой и увеличение подкожной жировой клетчатки в шейном отделе, особенно в районе VII позвонка. Это называется в Аюрведе «горбом верблюда». Дело в том, что такая женщина подсознательно подавляет волю своих членов семьи и начинает решать их проблемы, не выполняя своего главного долга – гармонизации мира.

В дальнейшем, при отсутствии правильного и своевременного лечения очень быстро развивается хронический холецистит, желчнокаменная болезнь, атеросклероз (и его осложнения – инфаркты и инсульты), сахарный диабет и даже онкология.

### **Лечение и профилактика заболевания**

При выявлении sporadического зоба эндокринологи очень часто назначают L-тироксин в качестве заместительной терапии, как это рекомендуется современными инструкциями здравоохранения в случае гипотиреоза. Однако при sporadическом зобе щитовидная железа синтезирует даже больше гормонов, чем это необходимо организму. Другое дело, что высокий уровень эстрадиола как бы экранирует их действие (за счет увеличения в крови тироксинсвязывающих белков). В случае же назначения L-тироксина щитовидная железа начинает уменьшать синтез собственных гормонов. Здесь действует обычный экономический принцип – если в государство завозятся более дешевые товары, чем они обходятся в собственном производстве, то зачем сохранять и поддерживать свои фабрики.

Таким образом, из-за ошибки врача ложный гипотиреоз переходит в истинный, вплоть до полного выключения функции щитовидной железы. И тогда человеку придется пожизненно находиться на заместительной гормональной терапии, которая, как известно, требует ювелирного подхода, поскольку потребность в тироксине будет меняться в зависимости от различных внешних (смена сезонов года, лунных фаз, атмосферного давления, магнитные бури, характер питания, физические и психоэмоциональные нагрузки) и внутренних факторов (особенности конституции, суточная активность различных органов и систем, возможные нарушения гомеостаза и обмена веществ, появление острых и хронических заболеваний).

На самом деле лечение sporadического зоба следует проводить также как и эстрогензависимых заболеваний, дополнив его коррекцией функции гипофиза, симпатических центров шейного отдела позвоночника и щитовидной железы.

Следует исключить из своего рациона питания: красное мясо (баранину, говядину и свинину), сало, свиной жир, все субпродукты (печень, мозги, почки), колбасы (повышают уровень тестостерона), сахарсодержащие продукты, изделия из рафинированной пшеничной и кукурузной муки, манную и кукурузную крупу, чипсы и попкорн (повышают базальный уровень инсулина), пиво, кинзу, сладкий и красный перец, анис, кориандр, бадьян (увеличивают уровень эстрадиола), апельсины, арахис, фисташки, маргарин, уксус, кофе, колы, крепкий черный чай (тормозят переход эстрадиола в «безопасные» эстрогены, а кофеинсодержащие напитки еще и усиливают сродство эстрадиола к рецепторам клеток репродуктивной системы и ослабляют почки). Необходимо ограничить в рационе соленья, квашенья и маринады, а в первое время лучше их исключить (поскольку они способствуют задержки жидкости в организме).

Рекомендуется регулярно в IV лунную фазу проводить разгрузочную диету. В этот период можно употреблять только черный (дикий) рис, гречу, овсянку, соевое молоко и соевые коктейли, фрукты, ягоды, зелень, семечки, орехи, цветную капусту, брокколи, кабачки, патиссоны, тыкву и свежие или сушеные грибы. Соль в этот период заменяется на сухую морскую капусту, которой посыпают пищу непосредственно перед употреблением. Масло можно употреблять в ограниченном количестве только оливковое или льняное.





### В качестве диетических продуктов можно использовать **Овощной концентрат / обезжиренный (паста-приправа)**

Для быстрого приготовления вкусного, чистого, обезжиренного супа, мясных, макаронных, овощных блюд, а также для заправки риса, паст, салатов.

В составе Овощного концентрата: пряности, соль, сельдерей, петрушка, дрожжевой экстракт, луковый и капустный экстракт, овощной экстракт. Легко растворяется в холодной воде.

На порцию супа (250 мл) – 1 кофейную ложку концентрата растворить в воде. После вскрытия упаковку хранить в холодильнике.

#### **Прозрачный Овощной Суп**

Сухой концентрат с морской солью для приготовления супа из компонентов растительного происхождения. Для быстрого приготовления вкусного, прозрачного, обезжиренного супа, мясных, макаронных, овощных блюд, а также для заправки риса, паст, салатов. В составе супа: пряности, соль, сельдерей, петрушка, дрожжевой экстракт, луковый и капустный экстракт, овощной экстракт.

Продукт с низким содержанием соли, не содержит жиров и холестерина. Порция супа (1 стакан) = 7 ккал.

Состав: морская соль, соя, мальтодекстрин, усилитель вкуса (глутамат натрия), дрожжевой экстракт, овощной экстракт 4.5%, сухие овощи (с сельдереем) 1.8%, пряности.

#### **Аффилайн**

В природе очень много растений, обладающих очищающими свойствами. Компания Nahrin разработала продукт из экстрактов растений, цель которого очистить организм, вывести лишнюю жидкость из тканей.

Аффилайн – концентрированная основа для напитков, легко растворимая в воде.

**Состав:** сок из забродивших черешен (из концентрата), сок бузины черной (из концентрата), инулин, экстракты растений (пырей, одуванчик, березовые листья, жгучая крапива, spirea, артишок, цветки липы), загустители (гумми - арабик, ксантан), сирок глюкозы, фруктоза, вода, консервант сорбат калия

При нарушениях в шейно-грудном отделе позвоночника необходимо пройти курс точечного массажа, остеопатии и иглоукалывания.

#### **Крем Можжевельник**

Основные компоненты: Можжевельник - Сосна - Эвкалипт – Кипарис

Действие:

- Стимулирует внутрикожное кровообращение.
- Облегчает суставные и мышечные боли.
- Снимает спазм и судороги.
- Эффективное болеутоляющее средство

Использовать для массажа шейно-воротниковой зоны, можно усилить действие универсальным маслом 33+

### **Лечение и профилактика женских гормонозависимых опухолей**

**Должна проводиться обязательно специалистом. Прием биологически активных препаратов должен быть согласован с лечащим врачом!**

#### **Основные принципы лечения**

1. Противовоспалительное, противогрибковое лечение
2. Восстановление микробиоценоза
3. Детоксикация, улучшение функции печени



4. Улучшение образования энергии клетками
5. Восстановление pH организма
6. Применение иммуномодуляторов и антиоксидантов
7. Поддержка сердечно-сосудистой и нервной системы
8. Восстановление метаболизма половых гормонов в печени

Одним из самых эффективных методов восстановления баланса половых гормонов на сегодняшний день является активизация ферментов, ответственных за метаболизм этих гормонов. Деятельность ферментов регулируются **индол-3-карбинолом** и **сульфорафаном**, а комбинация этих двух веществ оказывает наиболее выраженное онкопрофилактическое действие, поскольку причина развития гормонзависимых опухолей - нарушение баланса половых гормонов в печени.

#### **АСЕ**

Натуральный витамин Е обладает прогестероноподобным действием

Установлена тесная связь токоферолов с функцией и состоянием эндокринных систем, особенно половых желез, гипофиза, надпочечников и щитовидной железы. Способствует росту и нормальному развитию организма.

Действие токоферола во много раз усиливается витамином А, витамином С и биофлавоноидами. Благодаря такой поддержке, токоферол (витамин Е) улучшает не только состояние кожи и волос, но и положительно влияет на здоровье сердца и сосудов, глаз, а главное - на половую функцию организма.

Он важен для восстановительных процессов в тканях, используется для коррекции предменструального синдрома и фиброкистоза молочной железы (мастопатии).

#### **Сояфит**

Состав: фруктоза, соевая мука, инулин, карбонат кальция, клубничный порошок, порошок красной свеклы, загуститель ксантановая камедь, подкислитель лимонная кислота, оксид магния, соевый лецитин, клубничная вкусовая добавка, соевый экстракт (изофлавоноиды), витамин С, лютеин, экстракт плодов пальмы (источник каратиноидов), селен, витамин Е

Фитоэстрогены сои – изофлавоны гинестеин и дайдзеин. Фитоэстрогены - это природные вещества, обладающие эстрогеноподобным действием, противовоспалительной, противомикробной и противораковой активностью. Попадая в организм женщины, фитоэстрогены способны регулировать синтез и восполнять недостаток эстрогенов, от уровня которых во многом зависит внешний вид и здоровье женщины.

#### **Можно ли фитоэстрогены применять для профилактики онкологической патологии женской половой сферы?**

Анализ структуры и свойств изофлавоноидов сои, основными из которых являются **генистеин** и **дайдзеин**, показал, что они находятся в растении в форме гликозидных конъюгатов и приобретают свою специфическую биологическую и физиологическую активность лишь после трансформации их микробной флорой желудочно-кишечного тракта. В результате метаболизма в конечном итоге и образуются гормоноподобные соединения, в первую очередь **эквиол**. Последний, благодаря своему высокому пространственному сходству с фенольными группами основного женского гормона – эстрадиола, проявляет способность связываться с эстрогеновыми рецепторами в различных органах и тканях (таких мишеней описано более 400). Поскольку сходство это не является полным, эквиол начинает проявлять свою специфическую активность и компенсировать дефицит естественных гормонов только в период климакса.



**Огромным преимуществом препарата Сояфит является включение инулина, который ключевую роль в лечении дисбактериоза.**

Проблема заключается в том, что активация изофлавоноидов в кишечнике существенно замедляется при дисбактериозе, поэтому примерно у 36% людей этот процесс остается незавершенным и применение изофлавоноидов у них эффекта не имеет!!!! Синтез эквиола также обратно пропорционален величине потребления с пищей жиров и, наоборот, напрямую зависит от количества нерастворимых пищевых волокон (клетчатки) – иными словами, определяется тем, соблюдаем ли мы принципы здорового питания или нет.

**Основной механизм действия фитоэстрогенов определяет их способность связываться с различными рецепторами эстрогенов, имитируя многочисленные эффекты**

В настоящее время идентифицированы две системы высокоспецифичных рецепторов альфа и бета, находящихся в ядрах клеток-мишеней.

- **Альфа-рецепторы** известны достаточно давно и локализованы преимущественно в органах системы репродукции,
- **бета-рецепторы** описаны сравнительно недавно и распределены практически во всех органах и тканях организма.

Эстрогены одинаково влияют на оба вида рецепторов, а вот фитоэстрогены – в основном только на бета-рецепторы, с чем и связано их защитное действие на сердце, кости, кожу, головной мозг. **На альфа-рецепторы они не только не действуют, но и наоборот, блокируют их.** Кстати, именно в этом и заключается главная эволюционная функция фитоэстрогенов в природе, ведь благодаря блокаде эстрогеновых рецепторов половой системы с помощью фитоэстрогенов, многие пастбищные растения научились ограничивать размножение скота, обеспечивая тем самым свое выживание.

Ну, а если говорить про женщин среднего и старшего возраста, то чем больше заблокированных рецепторов в половой системе, тем меньше риск эстроген-зависимого опухолевого роста. Именно этим и объясняется поразительно низкая распространенность рака яичников, эндометрия и молочных желез и жительниц Японии, исторически употребляющих большие количества фитоэстрогенов с пищей. И это все при том, что они живут дольше всех в мире!

Ежедневный рацион японки или китайки содержит обязательно 50-100 граммов соевых продуктов.

Для японца просто немыслимо прожить день, не съев какой-либо продукт из низкокалорийной, нежирной и богатой протеинами сои. В основном ее едят в виде супа-мисо, кусочков тофу, соевого соуса или сброженных бобов натто. Одновременно на японском столе можно встретить все три соевых продукта. Японцы обогнали весь мир по потреблению сои. При этом японцы потребляют сою преимущественно в натуральном виде, почти необработанную, например, в виде тофу, мисо, эдамамэ и бобов натто, тогда как на Западе соя существует в виде популярных соевых коктейлей, котлет, сырных пирогов из тофу и соевых энергетических напитков.

Кроме того, рассуждая об онкопрофилактической (или, наоборот, канцерогенной) активности фитоэстрогенов, нужно обязательно уточнять, о каких именно фитоэстрогенах идет речь. Это раньше все фитоэстрогены назывались одним словом. **Сейчас уже насчитывается около 1000 фитоэстрогенов** из самых разных источников, и среди них есть и абсолютные блокаторы альфа-рецепторов (т.е. онкопротекторы), и частичные их стимуляторы (т.е. вещества, способные повышать онкологический риск).



Наиболее изученным онкопротектором из класса фитоэстрогенов является генистеин. Именно он отвечает за признанные во всем мире онкопрофилактические свойства соевых продуктов.

Генистеин сои стимулирует выработку печенью эстрогенсвязывающего протеина, белка, специфически соединяющегося в крови с эстрогенами, в результате чего они становятся неактивными. Кроме того, он тормозит выработку веществ (фактор Боумана-Берка – ингибитор опухолевых протеаз), которые отвечают за опухолевый неоангиогенез (образование новых сосудов в опухоли).

**Сояфит** не имеет ограничений, связанных с наличием онкологической патологии.

Наоборот, он только показан в этих ситуациях и, по данным литературы, посвященной генистеину, может повысить эффективность медикаментозного противоопухолевого лечения. В тоже время фитоэстрогены не рекомендованы женщинам с уже развившимися злокачественными опухолями молочных желез либо перенесшими их, поскольку, по данным обзора нескольких баз данных, у этих женщин фитоэстрогены могут стимулировать рост новообразований. Столь же осторожными нужно быть и женщинам с опухолями эндометрия.

Рекомендовано проконсультироваться с лечащим врачом!

**Щитовидная железа по форме напоминает бабочку, легкий и красивый полет которой обеспечивает нашу активность, молодость и долголетие. Давайте постараемся, чтобы наша бабочка летала как можно дольше, ведь это в наших силах!**

Использованная литература:

1. Материалы информационного центра Эстелы Спильман
2. И.И.Ветров Семь болезней, способных уничтожить цивилизацию, заболевания щитовидной железы. Аюрведический центр "Дханвантари"
3. Кузин М. И., под ред. - Хирургические болезни, эндемический и спорадический зоб
4. С.Н.Удинцев, д.м.н., профессор кафедры биохимии и молекулярной биологии Сибирского государственного медицинского университета «Фитоэстрогены: растительные гормоны здоровья и долголетия».
5. Ю.Ю.Гичев «Фитоэстрогены сои».
6. Свободнорадикальное старение Хармана РИЧАРД ПАССВАТЕР, Ph. D. Solgar Inc. (USA)