

## Да вас просто распирает!

Гипертонией болеет 26% населения. Учитывая, что не все люди любят ходить по врачам, а также что заболевание это возрастное, получается, что среди взрослых и пожилых от гипертонии страдают практически все. Нет более распространённого заболевания, чем это! И более недооцененного пациентами с точки зрения его опасности. А опасна гипертония тем, что даже при очень высоких показателях человек не всегда может её чувствовать. Бывает, приходит 30-летний парень, жалуется на поясницу. Меряешь ему давление, а там 180 на 90! Коварна она — эссенциальная гипертония: живёт-живёт человек, а потом хлоп — и нету.

Вообще, в современной медицине выделяют два типа гипертонии. Первый тип — гипертония, привязанная к каким-то заболеваниям, сопутствующая. Возьмём феохромоцитому — опухоль надпочечников, при которой выделяется чрезмерное количество норадреналина, что приводит к подъёму артериального давления из-за бешеной работы сердечной мышцы. Или если у человека имеются узлы в щитовидной железе — так называемый «гипертиреозный зоб», это ведет к чрезмерной выработке гормонов щитовидной железы, например тиреотропного гормона или L-тироксина. При выявлении повышенной функции щитовидной железы врач назначает ее лечение, прописывает хирургическое удаление узлов в щитовидной железе. Вылечил щитовидку или удалил опухоль надпочечников — гипертония прошла. Таких диагнозов, которые мо-

гут вызывать вторичную гипертонию, несколько сотен. И все эти сотни диагнозов укладываются в 5% всей гипертонии в мире.

А что же остальные 95%? Вот тут самое удивительное: человека обследуют — и ничего у него не находят! И ставят диагноз методом исключения: у тебя, парень, эссенциальная гипертония. От слова «эссенция», то есть «вытяжка», «первооснова», «выделение». Ее «лечат» таблетками, которые снижают давление. Пугают пациентов: не хочешь инфаркта и инсульта — пей таблетки, не будешь пить — получишь инфаркт или инсульт. Но по факту выходит так: что пьёт он их, что не пьёт — всё равно получает инфаркт или инсульт.

Почему же? Потому что диагноз не поставлен! Что такое эссенциальная гипертония? По сути, гипертония гипертонии. Но это же абсурд, поскольку гипертония — симптом, а не диагноз. Это общая неспецифическая реакция организма — такая же как температура. А её называют отдельной болезнью, с умным видом заявляя больному: гипертония и есть причина вашей гипертонии! Это то же самое, что сказать человеку, у которого жар: у вас температура, потому что у вас температура, ваш диагноз — температурная болезнь. Давайте собьём температуру!.. Это то же самое, что отключить в машине красную лампочку, сигнализирующую о потере масла в картере, — убрать надоедливый раздражающий симптом.

Называть гипертонию болезнью — значит опускаться на уровень пещерного шаманизма. Скрючило человеку живот от пищевой токсикоинфекции, он три дня в туалет побегал, шаман в бубен пододбил, отогнал злых духов — молодец шаман! А если это не отравление, а перитонит, и человек умер? Ну, значит, не смог злого духа прогнать шаман, хотя тоже молодец: старался, устал, вспотел... Вот сейчас ситуация с перитонитом и аппендицитом в медицине закрыта, там всё ясно, и мы не допускаем смерти чело-

века. А в ситуации с гипертонией — все ещё отгоняем злых духов, только вместо бубна — таблетка.

Запомните: повышение давления, как и повышение температуры — это реакция организма на что-то! Современной науке неизвестно на что, поэтому она и ставит такой удивительный по своей дебильности диагноз: «гипертоническая болезнь»! И тут же встаёт вопрос: как нам сбить это давление? Стали думать. Что при повышении давления происходит? Сжимаются артериолы. Это простая гидродинамика — гладкая мускулатура сосудов сжала их, сечение труб уменьшилось, соответственно давление в системе поднялось. Значит, надо найти препарат, который действует на гладкую мускулатуру сосудов, не давая им сжиматься. Нашли такой препарат, который при помощи отравления расслабляет гладкую мускулатуру.

Многим не хочется в это верить, или они просто об этом никогда не задумывались, но факт остаётся фактом: речь идет об обычном отравлении, интоксикации. А как иначе? Человек состоит из клеток. Организм по какой-то загадочной причине даёт команду клеткам гладкой мускулатуры сжаться. Как сделать так, чтобы клетки не выполнили команду? Путем угнетения функции клеток! А для этого их нужно притравить, загасить их жизнедеятельность, заблокировать метаболизм. Что и делает «лекарство». Если передозировать этот клеточный яд, вообще случится клеточный коллапс, давление резко упадёт, то есть система вообще перестанет держать давление! Поэтому травят дозированно, чтобы сразу не убить. А врачи радуются: смотри-ка, давление у клиента упало, мы лечим гипертонию!..

Это был первый механизм повышения организмом давления — сжатие артериол.

Второй механизм, как организм может повысить давление, — увеличить силу сердечных сокращений. Для этого сердце наращивает свою мышечную массу — происходит гипертрофия миокарда. Это прекрасно видно на УЗИ или ЭКГ: о, стенка левого желудочка утолщена, гипертония у вас... Что же делать? А давайте ослабим сердце! И назначают бета-блокаторы, угнетающие функцию сердечных клеток.

На клеточных мембранах кардиомиоцитов (сердечных клеток) есть специальные бета-рецепторы, воспринимающие химические управляющие сигналы и трансформирующие их в сокращение сердечных клеток. Приняли мы бета-блокаторы, заблокировали клеточные рецепторы, клетки перестали управляться, поскольку перестали чувствовать сигналы. И этот удар токсинами, тормозящими деятельность сердечных клеток, человек наносит себе каждый день, принимая «лекарства». Чувствуете? Спасение сердечно-сосудистой системы идёт полным ходом!.. Американская ассоциация кардиологов провела лет десять назад исследование, согласно которому тот, кто пьёт бета-блокаторы, умирает от инфаркта чаще, чем тот, кто не лечится. Но их продолжают прописывать!

Как ещё организм может повысить себе давление, если ему это очень надо (зачем-то)? Повысить возбудимость нервной ткани, управляющей сердцем. В сердце есть свой автономный «мозг» — пучки Гисса, волокна Пуркинье, в общем, целый комплекс из нервной ткани — подстанция управления миокардом. Вот этот сердечный «мозг» и становится гипервозбудимым с целью повышения давления. Но врачи не дремлют! Они нашли избирательные реактивы и для этих клеток, чтобы их тоже травануть.

Наконец, четвертый — самый варварский метод борьбы с высоким давлением — до сих пор, к сожалению, применяемый медициной даже в Москве, — прописывать мочегонное. Раньше врачи

при повышенном давлении делали кровопускание, а теперь сливают «излишнюю» жидкость через почки в виде мочи. Пусть больной пописает, у него лишняя вода выйдет, в том числе и из крови, вот давление «в трубах» и упадёт.

С точки зрения гидравлики, это правильное решение. А с точки зрения медицины, смертельно опасное, потому что кровь загустеет, ведь количество кровяных телец не уменьшится, а воды станет меньше. Но об этом не думают. У тебя давление? Пей бруснику, травяные сборы, принимай калийсберегающие диуретики, гони мочу... А потом раз — и тромб. И труп. А из менее трагичных последствий — постоянная ишемия, то есть недостаточность снабжения тканей кислородом, поскольку густая кровь хуже переносит кислород... Но зачем организм вдруг начинает накапливать воду с целью повышения давления в системе? Никто не задаётся таким вопросом всё по той же причине: поставлен глупый диагноз, и «лечат» симптомы, а не болезнь.

Ну и как в таких условиях обычно развивается гипертоническая трагедия? Начинают больного «гипертонической болезнью» лечить с какого-то одного препарата. Потом он перестаёт действовать, и назначают второй...

Разберём на примере бета-блокаторов. Заблокировали мы бедной клетке бета-рецепторы на мембране. А ей же сокращаться надо! И она компенсирует потерю — начинает экспрессию новых, дополнительных рецепторов. И у гипертоника давление опять начинает расти. Ему увеличивают дозу, как наркоману, потому как прежняя уже не берёт. Клетка в ответ начинает дальше экспрессировать рецепторы, чтобы обойти «запрет». Больному говорят: ах, какая у вас сильная гипертония! И прописывают второй препарат, который травит теперь уже сосуды. То есть сердце прикончили, теперь за артериолы принялись. Вводят в организм блокаторы

кальциевых каналов, клетки артериол в ответ на химическую атаку начинают производить новые кальциевые каналы. И опять сокращаются, перекрывая сечение и увеличивая давление. В ответ врачи увеличивают дозу.

Затем наступает третья серия трагедии — назначают диуретики. И в итоге самые тяжелые пациенты ко мне приходят с пригоршней прописанных препаратов — до пятнадцати штук! Представьте только, пятнадцать препаратов — и все равно у него давление прёт! Если я приму такую дозу с непривычки, я через полчаса умру от сердечно-сосудистого шока. А у этого бедолаги организм в попытке выжить адаптировался к лошадиным дозам отравы.

И в итоге что? В итоге все эти люди всё равно умирают от сердечной недостаточности, потому что сердце уже настолько отравлено, что просто не может больше работать. Результат: инфаркт или ишемический инсульт.

То есть, по сути, получается, что люди умирают из-за лекарств. Парадоксально, но факт: токсины так отравляют клетки органов, что те уже не могут выполнять свои функции.

И ведь эти сердечно-сосудистые лекарства гробят не только сердце и сосуды, но ещё и печень, потому что именно печень должна выводить из организма токсины. И чем больше человек принимает препаратов от давления, тем больше у него страдает печень. Поэтому параллельно с такими препаратами в Европе, например, назначают ещё и гепатопротекторы — препараты, поддерживающие печень, чтобы человек раньше времени дуба не дал. А то, знаете, как бывает — пьёт, пьёт человек кучу препаратов, а потом хлоп — лекарственный цирроз.

А печень связана с поджелудочной, они работают в тандеме, у них даже протоки в двенадцатиперстную кишку через один сфинктер выходят. Поэтому вместе с печенью страдает и отравля-

ется поджелудочная, поэтому у принимающих много препаратов гипертоников очень часто встречается хронический панкреатит, который может перейти в неизлечимый и смертельный панкреонекроз.

Ну и естественно, страдают почки, потому что через них с мочой вся дрянь выводится. Причем токсические эффекты зачастую превалируют над мнимым положительным эффектом от лекарств. Приходит ко мне такой человек: «Доктор, хоть что сделайте, лишь бы мне не пить больше эти пригоршни таблеток. Потому что меня от них тошнит, у меня всё болит, есть ничего не могу, поскольку панкреатит...».

В обычной поликлинике его направят к гастроэнтерологу, там ему пропишут ещё препаратов — от желудка. Потом сядут почки, его направят к нефрологу — там тоже пропишут препараты. И так вплоть до хронического гемодиализа.

В итоге человеку плохо, он мучается всё больше и в какой-то момент понимает, что его не лечат, а калечат, а он травится и погибает. На этом фоне у пациента развиваются тяжелейшие астено-невротические состояния вплоть до психозов. Дальнейшая логика — клиника неврозов, где ему прописывают транквилизаторы, которые успокаивают перевозбужденные нейроны мозга тем, что их точно так же подтравливают, снижая функцию клеток.

Вот так вот без преувеличения выглядит современное медикаментозное лечение...

Причем я уверен, что, если человек совсем откажется от таблеток, он, скорее всего, проживет дольше — из самых общих соображений: потому что он не травится ежедневно. Но статистически этого подтвердить нельзя, потому как медицинская статистика строится только на тех пациентах, которые принимают препара-

ты. Ведь это медицинская статистика, а те, кто к медицине не обращается, в неё не попадают.

А если вернуться к отказу от таблеток, то понятно, что у человека, не принимающего таблетки, не только не будет хронической интоксикации, что уже хорошо, но и сам синдром роста давления без лекарственного подстёгивания будет развиваться медленнее: организм не будет все время стараться опередить лекарство! Главное, на эти таблетки сразу не садиться. Сесть-то на них легко, слезть трудно. Ну-ка, попробуй бета-блокатор отмени! У человека в клетках уже выросла куча новых дополнительных рецепторов, и если вдруг он забыл дома таблетки и не принял очередную дозу, все его блокаторы разом работают, и давление так скакнёт, что мама не горюй!

Ситуация тут один в один как с наркотиками — доза всё растёт и растёт. Только кайфа нет... Но что будет, если вы изначально откажетесь от таблеток?

Единственное, что угрожает человеку, который таблеток не пьёт, — гипертонические кризы, когда давление слишком сильно подскакивает, скажем, до 240 на 140. Но сбить такое высокое давление можно, разово приняв таблетку или даже вовсе без лекарства, например, приняв 150 грамм коньяка или водки — тоже сработает. Но гуманнее для печени просто отправиться на получасовую прогулку. Давление тоже упадёт.

Кстати, многие больные, интуитивно найдя чудесный метод с коньяком, на этом способе спиваются. Поэтому мне сначала приходится лечить их от алкоголизма, а потом уже от гипертонии. Смешно, но факт... Вместо водки лучше принять 60–100 капель валокордина, валерьянки или пустырника на спирту. Главное — успокоить мозг. Потому что криз сопровождается паникой, а эта паника как раз не даёт сбросить давление. Чтобы победить криз, нужно



взять себя в руки, а для этого понять, что от криза вы не умрёте вот сию секунду. Вам плохо, вас трясёт, вам страшно, но вы живы и потому можете действовать. Опытные люди, которых я научил, не паникуют, они чувствуют, что давление начало расти, и сразу предпринимают какие-то действия — выпил валокордин или пошел на улицу, полчаса погулял, продышался, руками покрутил, насытил мозг кислородом — и избежал криза. Когда один раз победишь криз без «скорой», без таблеток, перестаёшь его бояться.

Возникает вопрос: а почему, собственно говоря, не надо бояться повышения давления? Ведь больному в этот момент реально плохо! И потому абсолютно все люди (даже мои пациенты!), намерив у себя повышенное давление, считают, что им плохо именно из-за этого повышенного давления. Но на самом же деле, если человек, например, занимается спортом, его верхнее давление может подниматься под отметку в 200, и ему от этого совсем не плохо! От чисел человеку плохо быть не может!

А отчего же ему так дурно? Но этот вопрос я отвечу чуть позже, но вы и сами смогли бы догадаться о причине, если бы увидели, как я снимаю давление. Я делаю это голыми руками, без всяких препаратов в течение нескольких минут. Потому что Шишонин, в отличие от современной медицины, знает причину гипертонии!

Причина в мозге. Это мозг отдаёт команды на повышение давления — из-за того что ему не хватает кислорода. Мозг — главный потребитель кислорода. Ему наплевать, какое там сердце или сосуды, пусть даже сердце через пять минут остановится, мозг будет упорно давать команды на повышение давления всеми способами, чтобы продавить в череп кровь и прожить еще пять минут, потому что мозг не может без кислорода.

Это мозг сначала заставляет сердце работать сильнее, гипертрофируя миокард. Это он на второй стадии зажимает капилляры,

повышая таким образом давление в системе и жертвуя периферией, которая снабжается по капиллярам — зрением, потенцией... Это он на третьем этапе начинает задерживать жидкость в организме, не давая ей уходить через почки. Это он перевозбуждает нейроны сердечной мышцы. А всё потому, что ему хронически не хватает кислорода.

Что же мешает доставке кислорода к мозгу? Ответ прост до безобразия: шейный остеохондроз — сдвиг шейных позвонков и мышечные спазмы, пережимающие позвоночные артерии в позвоночном канале, которые питают гипоталамус, мозжечок и структуры, отвечающие за автоматику сердечной деятельности. Ликвидируйте мышечные спазмы, выстройте позвонки, как надо, открыв кровоток, и мозг, получив достаточное кровоснабжение, перестанет давать аварийные команды, изыскивая разные способы повысить давление. Гипертония исчезнет. 95% всей «гипертонической болезни» излечивается без лекарств именно так. Просто руками! 12 лет моей практики и тысячи пациентов это подтверждают каждый день.

Бывает, приходят ко мне гипертоники — тучные, отёчные тетьки. Разблокируешь такой шею, на следующий раз заявляет: «Ой, я стала так часто в туалет бегать! И вес быстро теряю!». А это просто организм начал выводить лишнюю воду, которая больше не нужна для повышения давления в гидросистеме.

Понятно, что есть сложные случаи — сдвиг сразу нескольких позвонков, грыжи межпозвоночных дисков. Но если знаешь причину гипертонии и методы решения, вопрос только во времени — у кого-то лечение длится дольше, у кого-то меньше по срокам. Главные виновники гипертонии — мелкие глубокие мышцы, которые соединяют между собой позвонки, они «накапливают стрессы» в виде хронических спазмов, становясь твёрдыми, поч-

ти каменными. Соответственно нарушается питание связок, они деградируют, начинается их разволокнение, позвонки не держатся и становятся нестабильными. Хрящи межпозвоночных дисков своих сосудов не имеют, они питаются диффузно из мышечной ткани, и если мышца зажата, начнут разрушаться хрящевые «шайбы», отсюда грыжи и протрузии. Позвонки начинают сдвигаться и частично перекрывают канал позвоночной артерии, по которому проходят сосуды. А артерия оплетена венками, по которым происходит обратный отток. Гипертония как раз и начинается с их сдавливания. А если затруднён отток, повышается внутричерепное давление! И оно уже само по себе начинает препятствовать притоку, запирая его.

Регулирующие отделы мозга кричат сердцу: давай! не хватает кислорода! Сердце напрягается, даёт мощный гидроудар, а кровь не пробивается через запорное давление в черепе и сбрасывается через байпас аорты в тело, что хорошо, а то бы просто череп лопнул, фигурально выражаясь!.. И всё это не мои придумки, это всё наблюдается приборно — я уже писал, что мы разработали методику микроанатомического УЗИ, с помощью которой видны все эти зажатости и падение скорости кровотока. В норме скорость кровотока составляет 50 см/с, а у некоторых пациентов он 10 см/с — сердце лупит, но продавить не может. Конечно, у такого пациента будут головные боли и прочие проблемы!

Был у нас такой случай — человек пришел, его трясёт, давление под 300. К нему периодически приезжает скорая, колют, уезжает, а ему ничуть не легче. И вот он приходит сюда, мы ему делаем УЗИ, а там вообще нет кровотока. Ноль практически. То есть человек вот-вот получит ишемический инсульт: у него всё пережато! Я ему делаю коррекцию, и давление сразу падает до 150 на 90.

С помощью шейно-церебральной терапии, то есть голыми руками, можно снять любой криз — даже тогда, когда уже не действуют уколы, представляете? Вот вам живое доказательство правоты рассказанного мною: устранили причину — убрали последствия.

Понятно, такой хитрый Шишонин в стране один. И он обитает в Москве. А если человек, не приведи Господь, живет во Владивостоке или в какой-нибудь глухомани, типа Нью-Йорка, что ему делать?

Если случай не запущен, пусть идёт в интернет, там лежит в свободном доступе шейная гимнастика Шишонина. Её растащили уже по всей сети, и на некоторых сайтах число просмотров достигает 10 миллионов. А это значит, что она реально помогает миллионам людей. Среди гипертоников и тех, у кого проблемы с шеей, она очень популярна, и многие решают свои проблемы только с её помощью. Ко мне же в клинику приезжают только в тяжелых случаях, когда гипертонии или болям в шейном, грудном, поясничном отделе уже много лет. Ну, а уж о таких мелочах, как хронический простатит, я даже и не говорю. Он исчезает автоматически, когда сердечно-сосудистая автоматика приходит в норму, и налаживается кровоснабжение органов таза.

Самое неприятное и постыдное, что современная медицина считает остеохондроз не заболеванием, а всего лишь незначительным возрастным изменением в организме, при котором шея человека становится все хуже и хуже, он горбится и горбится, растёт шишка между грудным и шейным отделом позвоночника, что проявляется особенно у женщин (так называемый вдовий горбик)... Шея у человека выдвигается вперед, как у гуся, плечи подтягиваются, все пережато — сбоку на человека с таким горбом становится просто страшно смотреть! Собственно, по одному только виду уже можно диагноз ставить: гипертония.

И теперь вы сами можете ответить на вопрос, почему человеку плохо во время гипертонического криза. Вовсе не из-за чисел на тонометре! Плохо ему оттого, что в шее резко сместился один из позвонков, зажал кровоток и резко нарушил поступление кислорода в мозг. Именно вот это вот резкое нарушение снабжения мозга кислородом как раз и сопровождается ухудшением самочувствия.

Итак, вам плохо не от повышенного давления, а от резкого прекращения подачи кислорода в головной мозг, результатом чего и является гипертонический криз.