

доктор медицины Бен Файнголд, констатировал, что «антигистаминные препараты ни предотвращают, ни лечат «обычную простуду». . . Антигистаминные препараты в некоторых случаях могут повлиять на серьезность симптомов «обычной простуды», но сам вирус останется не затронутым, и время течения болезни не сократится».

## ГРИПП

Грипп выдает себя такими симптомами как озноб и высокая температура, головная боль и различные боли во всем теле и отдельных его частях и органах. Если все обошлось без осложнений, то болезнь обычно продолжается не долго.

**Если вы имеете дело с гриппом, обратите внимание на следующие лекарства.**

*Arsenicum album.* Больной ведет себя беспокойно, переполнен страхами, страдает от болей и раздражителен. Он испытывает жажду, пьет мелкими глотками; лучше от теплого питья, хуже — от холодного. Не выносит запаха пищи. В разных частях тела испытывает жгучие боли. Состояние обычно ухудшается после полуночи.

*Bryonia alba.* У больного кашель, причиняющий боль, а также боль в горле и груди. Все симптомы ухудшаются от малейшего движения. Больной раздражителен, неподвижен и тих, хочет остаться один. Обычно он испытывает сильную жажду, на что указывают пересохший рот и сухие губы.

*Eupatorium perfoliatum.* Больной испытывает ломящие боли, проникающие вглубь костей. Боль пронизывает даже глазные яблоки. Может чувствовать полный упадок сил и неспособность сделать малейшее движение. Как правило, он испытывает жажду, особенно если начинается озноб.

*Gelsemium.* Постепенно возникают озноб, ломящие и ноющие боли, усталость с апатией и высокая температура. Жажда отсутствует. Не испытывает никаких чувств, кроме полного безразличия к жизни. Лежит спокойно, не двигаясь, с трудом открывает глаза.

*Nux vomica.* Иногда это лекарство назначают при переходе обычной простуды в грипп. Пациент раздражителен, чувствителен к звукам и запахам, его знобит, от холодного или открытого воздуха состояние ухудшается. Лучше чувствует себя лежа и тепло укрывшись.

*Phosphorus.* Часто по внешнему виду пациента невозможно догадаться, насколько серьезно его состояние. Например, ребенок с

температурой 40°C может с увлечением заниматься своими играми. Простуда, проникающая глубоко в грудную полость и сопровождающаяся сухим, жестким кашлем, часто хорошо излечивается *Phosphorus*. Больной может испытывать большую слабость. Чтобы утолить жажду, пьет ледяное питье, которое, нагревшись в желудке, немедленно извергается с рвотой наружу. Не исключено возникновение ларингита, который может быть как болезненным, так и безболезненным, а голос — полностью пропадать.

Многие люди по всему миру избегают гриппа, принимая гомеопатические таблетки «при гриппе и простуде». Дозировка: одна таблетка через каждые две-четыре недели в течение сезона эпидемии гриппа. Эти таблетки представляют собой объединенные штаммы вируса гриппа, взятые во время всех основных эпидемий гриппа, начиная с 1918 года. Затем эти штаммы были гомеопатически обработаны и потенцированы. Никаких побочных эффектов от использования этих средств никогда не наблюдалось, и степень защиты от гриппа при их приеме очень высока. В эпидемию гриппа 1918–1920 годов гомеопаты потеряли всего один процент своих пациентов, в то время как врачи-аллопаты — порядка 30–40 процентов. К счастью, аллопатическое лечение сегодня намного эффективнее, чем в 20-е годы.

Антибиотики не излечивают вирусных заболеваний, таких, как грипп, и обычная медицина мало что может предложить при лечении гриппа.

**После оказания скорой помощи.** Вирус гриппа ослабляет защитные силы организма, предотвращающие возникновение бактериальных инфекций, и возникает опасность развития воспаления легких. Зная об этом, переболевший гриппом должен тщательно избегать переохлаждения и переутомления. Если симптомы недомогания не проходят или наблюдается ухудшение общего состояния, обратитесь за помощью к врачу.

## КАШЕЛЬ

Кашель представляет собой эффективный способ удаления посторонних объектов из легко уязвимых дыхательных путей. Присутствие раздражающего агента вроде бактерий, пыли или пыльцы в глубоких областях дыхательной системы стимулирует производство слизи, обволакивающей и выводящей наружу посторонние