

В поисках идеальной диеты

ДЮКАН И МОНТИНЬЯК НЕ ПОМОГУТ. ПОДОБРАТЬ ДИЕТУ МОЖНО, ТОЛЬКО СДЕЛАВ ТОЧНЫЙ ИММУНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕСТ, СЧИТАЕТ ДОКТОР МЕДИЦИНСКИХ НАУК НАТАЛЬЯ ЧЕРЕВКО.

Каждый день появляется какая-то новая диета. Но ни одна из них до сих пор не признана идеальной. То, что отлично работает для одних, никак не помогает другим, а иногда даже вредит. Открытия последних лет в области генетики и иммунологии позволяют сделать вывод о том, что точно подобрать эффективную программу питания можно только с учетом индивидуальных, генетически предопределенных белков-ферментов.

СРЕДА ОБИТАНИЯ

У каждого из нас свой набор генов. Ими, в частности, определяются и передаются по наследству индивидуальные пищеварительные механизмы и уникальный набор ферментов. Во многом это результат длительной адаптации к среде обитания, к пищевой среде. На доступных продуктах тысячелетиями формировались пищевые традиции тех или иных этнических групп и пищевая культура целых народов.

Рацион наших не столь далеких предков был не слишком разнообразен. Пища делилась на сезонную, повседневную и праздничную, строго соблюдались религиозные запреты и ограничения. И такая ситуация не способствовала резкому изменению рациона. Естественный отбор сформировал группы, идеально приспособленные к своей пищевой среде и способные взять из доступного набора все необходимое для жизни и воспроизводства. Вписаться в пищевую среду было совсем несложно, это происходило само собой. Вот почему иммунная система у людей прежних поколений еще со-

всем недавно работала намного надежнее, хотя и стрессов было не меньше, и с инфекциями еще не научились бороться так эффективно, как сегодня.

БОЛЕЗнь ЭВОЛЮЦИИ

Что же происходит сейчас? Бурное развитие цивилизации, глобальная миграция и смешанные браки, появление новых продуктов, пищевых и аграрных технологий привели к тяжелейшему кризису адаптации человека к его пищевой среде. В результате выросло число людей, страдающих различными хроническими заболеваниями. Среди них особое место занимает ожирение – в развитых странах им страдает до 60% населения. Причину ищут в нездоровой пище, полной жиров и сахаров, но выясняется, что здоровье человека может быть подорвано, даже если он выбирает высококачественную, экологически чистую пищу. В основе этого явления – скрытая пищевая непереносимость, или, более конкретно, скрыто



Наталья Черевко,
доктор медицинских наук,
Сибирский государственный
медицинский университет
(Томск)

протекающая, замедленная реакция иммунной системы на пищевые продукты. Специалисты, занимающиеся этой проблемой, утверждают, что ею могут страдать от 60 до 80% населения развитых стран. Масштаб огромный!

КАК ПЕРЕВАРИТЬ ИЗОБИЛИЕ

Современный человек оказался просто не способен переварить весь этот объем высокотехнологичного производственного

изобилия. И наша иммунная система, которая защищает организм от вторжения чужеродных, незнакомых ему веществ, начала давать сбой. С заболеваниями кожных покровов, легких, почек, суставов мы бежим к врачу, обвиняем в них стрессы, инфекции и паразитов. Но нам и в голову не приходит, что все это последствия скрытого пищевого иммунологического конфликта.

Полуфабрикаты, джанкфуд, в составе которых масса опасных компонентов (красителей, отвердителей, консервантов и прочего), перегружают иммунную систему и в конечном итоге приводят к многочисленным хроническим заболеваниям. Мы называем их болезнями цивилизации, но по сути это болезни дезадаптации. В иммунной диетологии еще много белых пятен.

Но опыт индивидуального подбора продуктов на основе анализа иммунных реакций, полученных в иммунологическом тесте, уже дает беспорочные результаты. ■



КОМПАНИЯ
ООО «ИММУНОХЕЛС РУС» – мировой лидер в диагностике заболеваний, связанных с пищевой непереносимостью, предлагает врачам и медицинским центрам РФ самый современный и точный тест на **ПИЩЕВУЮ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ**.

Тел.: 8 (495) 280 33 70
www.immunohealth.ru

Рейтинг

Если Ваши пациенты страдают хроническими заболеваниями или ожирением и лекарства не помогают – обратитесь к нам.

Мы предлагаем тест, позволяющий с максимальной точностью определить продукты в рационе, вызывающие избыточную нагрузку на иммунную систему, приводящую к развитию хронических заболеваний.

Для тестирования на **111** продуктов питания достаточно одной капли крови из пальца.

NB! Памятка для врачей

Эффективность лечения ряда неинфекционных хронических заболеваний индивидуальной «ЭЛИМИНАЦИОННОЙ ДИЕТЫ», построенной по результатам теста, превышает **85%**.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.