

Д-р Атанас Михайлов

**КАКВО ЗАБРАВЯТ ЛЕКАРИТЕ  
МОЯТА ПРАКТИКА II**

София, 2017

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на „Изток-Запад“.

© д-р Атанас Михайлов, автор, 2017  
© Издателство „Изток-Запад“, 2017

ISBN 978-619-01-0135-2

**Д-р Атанас Михайлов**

**КАКВО  
ЗАБРАВЯТ  
ЛЕКАРИТЕ**

**МОЯТА ПРАКТИКА II**





# СЪДЪРЖАНИЕ

Увод / 11

Част 1

МЕДИКАМЕНТИ ЗА МАСОВА УПОТРЕБА / 15

<b>Глава 1. Противотемпературни и болкоуспокояващи средства</b> .....	<b>15</b>
Парацетамол .....	17
Повишената телесна температура и нейното значение .....	24
Защитно-приспособително значение на треската.....	25
Отрицателно действие на треската.....	27
Принципи на антипиретичното лечение .....	27
Немедикаментозни противотемпературни средства .....	28
<b>Моята практика</b> .....	30
Грип и простуди.....	34
Токсоинфекционен синдром .....	36
Растения с противовирусна активност .....	37
Противогрипна профилактика .....	41
<b>Моята практика: кратка базова програма при грип</b> .....	43
Болка .....	44
<b>Думата на лекаря</b> .....	49
<b>Глава 2. Ваксини</b> .....	<b>51</b>
<b>Моята практика: лечение на папиломавирусна инфекция</b> .....	<b>55</b>
<b>Глава 3. Антибиотици</b> .....	<b>62</b>
Антибиотиците в началото и днес .....	62
Принципи на лечението с антибиотици .....	65
Кога е допустимо назначаването на антибиотик .....	65
Странични ефекти и усложнения .....	67
Антибиотична профилактика? .....	73

<b>ГЛАВА 4. СФЕРИ НА ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	
<b>НА АНТИБИОТИЦИТЕ.....</b>	<b>76</b>
ЗАБОЛЯВАНИЯ НА УШИТЕ, НОСА И ГЪРАЛОТО .....	76
<b>Моята практика</b>	
<b>Седем антибиотика за месец и половина.....</b>	<b>86</b>
БЪБРЕЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ .....	97
Уроинфекции.....	97
ЕСТЕСТВЕНИ БАКТЕРИЦИДНИ СРЕДСТВА ПРИ УРОИНФЕКЦИИ .....	101
<b>Моята практика .....</b>	<b>104</b>
Бъбречни камъни.....	109
ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ.....	115
<b>Моята практика .....</b>	<b>119</b>
СТОМАШНО-ЧРЕВНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ .....	123
<b>Моята практика .....</b>	<b>126</b>
При криза .....	127
ЗАБОЛЯВАНИЯ НА ПОЛОВАТА СИСТЕМА .....	127
Хламидийни урогенитални инфекции .....	128
Микоплазма .....	130
Уреаплазма .....	131
<b>Моята практика .....</b>	<b>132</b>
КОЖНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ .....	133
Акне вулгарис .....	134
<b>Моята практика .....</b>	<b>138</b>
ОБОБЩЕНИЕ .....	138

## ЧАСТ 2

### ИМУНИТЕТ /149

<b>ГЛАВА 1. ФАКТОРИ, УВРЕЖДАЩИ ИМУННАТА СИСТЕМА .....</b>	<b>150</b>
НЕДОСТИГ НА ДВИЖЕНИЕ И НА ДНЕВНА СВЕТИЛНА .....	150
ТОКСИНИ ОТ ОКОЛНАТА СРЕДА .....	151
СТРЕС .....	154
Синдром на професионалното изчерпване.....	159
Терорът на големия град .....	161
Проблеми в конвенционалното лечение на стреса .....	163
Нефармакологично лечение на стреса.....	165
НЕДОИМЪЧНО ХРАНЕНЕ .....	175

<b>ГЛАВА 2. ВЪЗПАЛЕНИЕТО – В ОСНОВАТА НА ВСИЧКИ БОЛЕСТИ.....</b>	<b>182</b>
ВИДОВЕ ВЪЗПАЛЕНИЕ.....	184
Еволюция на възпалението. Простагландини.....	185
ОКСИДАТИВЕН СТРЕС .....	188
<b>ГЛАВА 3. КЪДЕ Е ЛОКАЛИЗИРАНА ИМУННАТА СИСТЕМА?.....</b>	<b>193</b>
ЩО Е ТО ДИСБАКТЕРИОЗА? .....	195
ФЕКАЛНА ТРАНСПЛАНТАЦИЯ .....	198
<b>ГЛАВА 4. ЛЕКУВА ЛИ СЕ ИМУННАТА СИСТЕМА?.....</b>	<b>200</b>
ЛЕЧЕНИЕТО .....	201

### ЧАСТ 3

## СОЦИАЛНОЗНАЧИМИ ЗАБОЛЯВАНИЯ /211

<b>ГЛАВА 1. АЛЕРГИИ.....</b>	<b>211</b>
КОНВЕНЦИОНАЛНИ СРЕДСТВА И ПОДХОДИ.....	213
<b>Моята практика: случаи с тромбоцитопения.....</b>	<b>216</b>
УРТИКАРИЯ.....	220
<b>Моята практика .....</b>	<b>221</b>
АТОПИЧЕН ДЕРМАТИТ.....	224
<b>Моята практика .....</b>	<b>225</b>
АСТМА.....	228
<b>Моята практика .....</b>	<b>229</b>
<b>ГЛАВА 2. АВТОИМУННИ ЗАБОЛЯВАНИЯ .....</b>	<b>234</b>
ПСОРИАЗИС .....	236
КОНВЕНЦИОНАЛНО ЛЕЧЕНИЕ .....	237
<b>Моята практика .....</b>	<b>242</b>
ЛУПУС.....	250
КОНВЕНЦИОНАЛНО ЛЕЧЕНИЕ .....	251
<b>Моята практика .....</b>	<b>252</b>
БОЛЕСТ НА БЕХТЕРЕВ.....	256
КОНВЕНЦИОНАЛНО ЛЕЧЕНИЕ .....	257
<b>Моята практика .....</b>	<b>262</b>

Тиреоидит на Хашимото .....	266
Конвенционално лечение .....	267
Фактори, влияещи на щитовидната жлеза .....	267
Селен.....	267
Йод.....	268
Връзката между чревните бактерии и щитовидната жлеза.....	273
Естрогени и щитовидна жлеза.....	274
<b>Моята практика</b> .....	275
<b>Глава 3. Хормонални дисфункции .....</b>	<b>283</b>
Мозъкът и жлезите с вътрешна секреция .....	284
Хипоталамус и хипофиза .....	284
Епифиза.....	287
Панкреас .....	289
Как действат хормоните.....	291
Естрогени .....	292
Прогестерон.....	293
Немедикаментозни средства за възстановяване на хормоналния баланс.....	295
Конвенционално лечение .....	298
<b>Моята практика</b> .....	300
<b>Глава 4. Инфертилитет .....</b>	<b>305</b>
Диагностика .....	306
Немедикаментозни хормонабалансиращи средства при мъжете .....	312
Причини за безплодие .....	314
<b>Моята практика</b> .....	318
<b>Глава 5. Сърдечно-съдови заболявания.....</b>	<b>328</b>
Основни лечебни фактори.....	328
Конвенционално лечение при ИБС и хипертония.....	336
Забравяните лекарства .....	349
<b>Моята практика</b> .....	361
<b>Глава 6. Остеопороза .....</b>	<b>372</b>
Конвенционално лечение и профилактика .....	377
<b>Моята практика</b> .....	391



**ЧАСТ 4****В ТЪРСЕНЕ НА ЦЯЛОСТНИЯ ПОДХОД / 399**

<b>ГЛАВА 1. ВРЪЗКАТА МЕЖДУ БОЛЕСТИТЕ И ОСНОВИТЕ НА ЛЕЧЕНИЕТО .....</b>	<b>399</b>
Връзката между болестите .....	399
<b>Моята практика</b>	
Шест години лечение на инсулт, който не е инсулт .....	404
<b>ОСНОВИТЕ НА ЛЕЧЕНИЕТО.....</b>	<b>405</b>
<b>Моята практика .....</b>	<b>408</b>
Токсичен хепатит с предложение за трансплантация на черен дроб .....	408
Неоперабилен тумор в мозъка .....	412
<b>ГЛАВА 2. МЕДИЦИНАТА НА ДОКАЗАТЕЛСТВОТА И ВСИЧКО ОСТАНАЛО.....</b>	<b>415</b>
Медицина на доказателствата.....	415
<b>НАУКАТА СРЕЩУ ТРАДИЦИЯТА?.....</b>	<b>419</b>
Науката.....	419
Традицията.....	423
Фитотерапия.....	424
Хомеопатия.....	426
<b>Пазарът.....</b>	<b>429</b>
Хранителните добавки.....	430

**ПОСЛЕСЛОВ / 434****ПРИЛОЖЕНИЯ****МОЯТА ПРАКТИКА – ОСНОВНИ ПРЕПОРЪКИ / 437****ПОКАЗАЛЕЦ / 456**

*Sapere aude.*  
*Мисли самостоятельно.*

Хораций

# УВОД

**П**ървата ми книга („Въведение в природолечението. Моята практика“<sup>A</sup>) беше посветена на това какво да се прави при най-масовите здравословни проблеми, като се използват естествени средства.

В настоящата книга акцентът е върху това какво би могло да не се прави или поне да се ограничи, когато се прилагат конвенционални фармацевтични средства. Свръхмедикализацията на обществото е неоспорим факт. Последствията от този едностранчив подход в здравеопазването засягат все по-големи маси от хора и ако нещо не се промени, рано или късно ще се стигне до сериозен конфликт, което не е полезно за никого.

Последица от едностранчивия подход е например драстичната разлика в ефективността на лекарската намеса при остри и хронични състояния. Медицината чудесно се справя с животозастрашаващите хипертонични кризи, но не може да лекува хипертония, справя се с диабетната кома, без да лекува диабета. Няма ефективни средства за възстановяване на хормоналния баланс, но успешно се оперират кисти и миоми. Спасяват се пациентите при астматични пристъпи, без да се лекува астмата, и т.н.

Няма да съм единственият, който твърди, че основното правило в медицината „Първо – да не се вреди!“<sup>1</sup> се е трансформирало в „Ползата от лечението да е по-голяма от вредата“. В доболничната помощ границата между двете нерядко е твърде условна и лесно се прескача. Изпитали са го на гърба се повечето мои пациенти преди се обърнат към мен.

Очевидно не е едно и също да се приложи антибиотик при пациент със сепсис и при пациент със зачервено гърло и температура 37,5 градуса. В първия случай е грешка да не се приложи,

---

<sup>A</sup> Д-р Атанас Михайлов. Въведение в природолечението. Моята практика, изд. „Изток-Запад“. С., 2009.

във втория грешка е предписването му, особено ако пациентът е алергично дете, току-що приключило с поредната антибиотична терапия. Къде е разликата между двете грешки? В последствията: в първия случай те са и за лекаря, и за пациента, във втория – само за пациента. Вероятно това е една от причините да се забравят многобройните алтернативни решения, които предлага медицинската наука. До такава степен се забравят, че дори ги смятат за „алтернативна“ медицина. И така трудът на много сериозни учени и цели екипи остава неоползотворен. Що се отнася до тази част от медицината, която така несклопосано са нарекли „алтернативна“<sup>2</sup>, да – тя наистина прилага и подобни решения и ги е прилагала много преди науката да успее да ги обоснове.

Но сега основното внимание ще бъде насочено към естествените лечебни средства и подходи, които са били обект на научни изследвания и могат смело да се приложат вместо паралелно или след обичайните медикаменти в доболничната помощ. В тази книга споделям личния си опит и решенията, до които съм стигнал за повече от тридесет години лекарска практика. Почти през цялото това време основният ми контингент пациенти са хора, при които вече е била приложена конвенционална терапия и не се е получило очакваното подобрене. Така че непрекъснато ми се налага да издирвам и да си припомням безвредни и същевременно медицински обосновани алтернативи. Разбирам, че за колегите е трудно да правят същото. В условията на свръхмедиализация вниманието им упорито и целенасочено се тласка само към поредните творения на фармацевтичните лаборатории. И като че ли това не е достатъчно, та медиите с колективни усилия предлагат на пациента, превърнат в потребител, сам да вземе решение – от избора на ваксина до избора на хапче за остеопороза.

Фармацевтиката, както е известно, е бизнес. А всеки бизнесмен и дистрибутор се стреми да убеди потребителите, че неговият продукт е най-добър и няма алтернатива. Стреми се също към контрол на пазара, за да запази печалбата. И защо да се лъжем – и към контрол върху лекарствената политика.

За всички нас е важен свободният, неконтролираният избор, за което е нужна информация. Но в обилието от факти често се губят причинно-следствените връзки. Оттам нататък е лесно информираността да замени мисленето. Затова в тази

книга съм се постарал да дам базови познания за причините и следствията, а оттам нататък всеки сам би могъл да си направи необходимите изводи.

### **Към тези, които са чели „Въведение в природолечението. Моята практика“**

**С**къпи читатели, много от вас не само са чели първата ми книга, но и използват препоръчаното в нея. Когато обаче посетят личния си лекар или специализиран кабинет им се струва, че получената оттам рецепта и моят подход са несъвместими. Струва им се, че трябва да избират между „алтернативно“ и „официално“ лечение, което нерядко ги плаши. Целта ми в тази книга е да покажа, че това не е вярно и да дам повече кураж на тези, които не са мои пациенти. Подходите не само са съвместими, но основното предложено от мен е част от медицинската наука, която по ред причини е потънала в забравата. Грешното усещане се дължи на факта, че в конвенционалната практика обичайно се стартира с високо технологично лечение, като се пренебрегват ред медицински оправдани по-меки варианти, пренебрегват се страничните ефекти на медикаментите, често се забравя и връзката между болестите. За съжаление, в условията на масовото здравеопазване това трудно ще се преодолее.

Вие обаче имате право на активно участие в лечебния процес, това дори се поощрява (или поне така се твърди) от здравните организации. Затова можете смело да обсъждате с колегите прочетеното в тази книга (освен обособената част „Моята практика“). Редно е да получите аргументирани отговори за странични ефекти, прогнози и взаимодействия. В медицината всичко е свързано, въпреки че близо сто години се налага пазарният подход: „за всяка болка – точното хапче“. Затова сега разглеждам по-подробно именно причинно-следствените връзки. Съобразяването с тях, постигнато с вашето активно участие, е гаранция за успешно лечение.

Що се отнася до даденото в частта „Моята практика“, разбира се, можете да го прилагате и като профилактика, и паралелно с друго назначено лечение, както прилагате и препоръките от първата ми книга. Нещо повече, ще забележите, че немалка част

от тях се препокриват с това, което биха могли да Ви предложат (но засега не го правят) и колегите. А средствата, попадащи под определението „алтернативни“, са категорично безвредни и ограничени до минимум, съвместим с целите на книгата.

Бъдете здрави!

Съдържанието на книгата е ориентирано спрямо най-често изписваните медикаменти. Включил съм групи препарати, които отговарят на всеки един от следните критерии:

1. Използват се масово в доболничната помощ за всички групи от населението, както и при някои социално значими хронични заболявания.
2. Прилагането им невинаги е целесъобразно поради страничните им ефекти.
3. Които могат да се заменят с медицински обосновани средства и подходи без странични ефекти, както и да се съчетаят с такива с цел минимизирането на неблагоприятното въздействие.
4. Лекарства, в замяната или съчетаването на които имам многогодишен опит и документирани резултати.

От това следва, че основната ми цел (без претенции за изчерпателност) е да привлече вниманието върху факта, че в масовото здравеопазване не се използват оптимално възможностите на медицинската наука.

Повечето от темите в книгата са условно разделени на две части.

Първата включва кратко представяне на най-често употребяваните лекарства, както и на лекарства, използвани при някои масови или актуални (поради тревожния им ръст) заболявания. Включва също научно обосновани заменителни или паралелни подходи, които е редно да познава и прилага всеки колега.

Втората част, отделена с подзаглавие „Моята практика“, е илюстрация с примери на моя лечебен подход. Наред с изброените в първата част средства, използвам и такива, които са обявени за „ненаучни“. Доказването на тяхната ефективност по друг начин, освен чрез моята практика, не е цел на настоящата книга.