

САНАТОРНО-КУРОРТНЫЙ ПЕРЕВОД НАСЕЛЕНИЯ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Е.Г. Брындин, И.Е. Брындина

*Технологическая платформа «Медицина будущего», Россия
И.Ц. «Естествоинформатика», Новосибирск.*

Всемирная Организация Здравоохранения считает, что продолжительность жизни человека и состояние его здоровья на 75% определяет его образ жизни и система питания, на 10% — наследственность, еще 10% — условия внешней среды, и лишь на 5% услуги здравоохранения. Здоровье человека больше всего зависит от образа жизни. Здоровым образом жизни человек достигает и сохраняет здоровое состояние. 7 мая 2012 года вышел Указ Президента Российской Федерации № 598 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики по формированию здорового образа жизни граждан Российской Федерации». Санаторно-курортные учреждения являются эффективной просветительской средой для перевода населения на здоровый образ жизни в течение времени пребывания отдыхающих.

Ключевые слова: здоровье творческое мировоззрение, щелочной стиль жизни, оздоровительные способности, навыки ежедневного здоровья сбережения, здоровый образ жизни.

ВВЕДЕНИЕ

В санаторно-курортных учреждениях можно создать условия, чтобы практически освоить и перейти на здоровый образ жизни. Во-первых, нужно повысить качество диагностики состояния организма для выявления причины заболевания. Устранение причины заболевания избавит пациентов от болезни на 100%. Во-вторых, подготовить специалистов по переводу населения на здоровый образ жизни, которые будут проводить ежедневные беседы, консультации и практические занятия с пациентами по целостной настройке организма на здоровое состояние, по здоровью сбережению и по здоровому образу жизни. Здоровым образом жизни человек достигает и сохраняет здоровое состояние.

1. ДИАГНОСТИКА ОРГАНИЗМА

Здоровое состояние организма, причину заболевания и патологии система здравоохранения может определить на основе медицинских данных, полученных путем полной диагностики и анализов. Частотно-резонансной диагностики, магнитной резонансной томографии, методом Кирлиан, по акупунктурным и акупрессурным точкам на коже,

по пульсу, УЗИ, рентгену. Кислотно-щелочному балансу урины, внутриклеточной жидкости и крови. Составу крови. По содержанию углекислоты в организме. Спектральному анализу продуктов выделения на содержание кремния. И другими видами современной диагностики и анализов.

2. МЕТОДИЧЕСКОЕ И КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В рамках технологической платформы «Медицина Будущего» можно обеспечить методиками и кадрами санаторно-курортные здравницы по сохранению здоровья населения за счет страховой медицины. В санаторно-курортных учреждениях можно создать условия, чтобы практически освоить и перейти на здоровый образ жизни. Для этого нужно обучить медицинский персонал. В санаторно-курортные здравницы приезжают граждане со всех городов России и СНГ почти на месяц. За этот срок можно проводить курортно-санаторное оздоровление и обучение здоровому образу жизни. Это освободит экономику России от вливания финансовых средств в лечебную медицину и повысят эффективность системы здравоохранения.

Электронный научно-образовательный Вестник

Здоровье и образование в XXI веке

2014, том 16 [7]

Оздоровительные способности, навыки сохранения здоровья, здоровый образ жизни будут утверждаться населением как семейная и культурная традиция общества. Она будет передаваться из поколения в поколение.

Оказание профессиональных услуг по обучению населения достижению и сохранению здорового состояния требует подготовки специалистов по развитию оздоровительных способностей, формированию навыков сохранения здоровья и опыта здорового образа жизни и обучению диагностики здорового состояния. Подготовка специалистов по этапному переводу населения на здоровый образ жизни может осуществляться на базе Института повышения квалификации медицинских работников и в медицинских университетах.

Этап 1. Освоение щелочного стиля жизни. Освоение щелочного стиля жизни нужно для восстановления и сохранения кислотно-щелочного баланса биологических сред организма. Поддержание кислотно-щелочного баланса биологических сред организма обеспечивает человеку нормальное самочувствие. Освоение щелочного стиля жизни включает следующие полезные действия:

1. Сохранение кислотно-щелочного баланса на духовном уровне жизнедеятельностью по закону совести, который Бог прописывает в сердце (Горнице духа) при рождении.

2. Освоение этического лексикона общения и воспитание сердца любовью к людям.

3. Нормализацию самочувствия и кислотно-щелочного баланса биологических сред организма общением с экологически чистой природой на энергетическом уровне, поглощением энзимами (ферментами) световой энергии, вибрациями растительного мира, уравниванием психики спокойствием природы, эмоциональным позитивным настроением от красоты природы, воздушными, солнечными и водными моциями, дыханием чистым воздухом, согласованием внутренней среды организма с природной, нормализацией гомеостаза, зарядкой и физкультурой.

4. Поддержание кислотно-щелочного баланса биологических сред организма и поддержание са-

мочувствия освобождением от негативной энергии водными процедурами в душе или ванной перед употреблением пищи и один раз в неделю в бане.

5. Сохранение кислотно-щелочного баланса классической, священной, гармоничной музыкой на энергетическом генетико-волновом уровне.

6. Освоение щелочного питания: 80% щелочной пищи, на переваривание которой вырабатывается поджелудочный сок, и 20% кислотной пищи, на переваривание которой вырабатывается желудочный сок.

7. Сохранение кислотно-щелочного баланса через водный обмен на физиологическом уровне употреблением чистой воды.

8. Освоение гигиены.

9. Диагностику кислотно-щелочного баланса биологических сред организма.

Этап 2. Развитие оздоровительных способностей. Развитие оздоровительных способностей на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях нужно для достижения здорового состояния. Оно включает следующие полезные действия:

1. Развитие способностей совершать духовные действия, такие как, чтение духовной литературы, посещение духовных мероприятий, выработка духовного сознания и духовно-нравственных качеств, формирование духовных связей.

2. Формирование праведных мирных добрых мыслей и желаний.

3. Развитие способностей смирения, прощения, милосердия, формирования мирных добрых отношений для уравнивания психики в различных социальных условиях и семье.

4. Развитие способностей формирования мирных добрых отношений этическим лексиконом общения и проявлением духовно-нравственных качеств — благоволениями и благодеяниями, милосердием и справедливостью.

5. Развитие способностей настройки жизненных систем организма и его целостного нормального функционирования физическими упражнениями:

Электронный научно-образовательный Вестник

Здоровье и образование в XXI веке

2014, том 16 [7]



зарядкой энергетической системы, физкультурой тонуса организма и гимнастикой ритмов.

6. Освоение здорового питания — щелочного питания по правилам здорового питания.

7. Развитие способностей достижения здорового состояния на основе системы клеточного самовосстановления организма улучшением качественного состояния клеток на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях [15].

8. Частотно-резонансную диагностику состояния человека: здорового, донозологического (предболезни) или больного.

Этап 3. Приобретение навыков здоровьесбережения. Приобретение навыков здоровьесбережения нужно для сохранения здорового состояния. Оно включает следующие полезные действия:

1. Освоение правил ежедневного сохранения здорового состояния.

2. Сохранение уравновешенной психики в различных социальных условиях в течение дня смирением, прощением, милосердием и мирными добрыми отношениями по правилу: делай добро, уклоняйся зла, ищи мира и стремись к нему.

3. Сохранение целостного здорового функционирования организма в течение дня на основе системы клеточного самовосстановления [15] с контрольной частотно-резонансной диагностикой.

4. Согласование здоровой жизнедеятельности с суточным природным циклом в различных социальных, природных и домашних условиях [15].

5. Комплексное ежедневное сохранение здорового состояния на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях в различных домашних, природных и социальных условиях на основе системы клеточного самовосстановления [15].

6. Диагностика состояния.

Этап 4. Накопление опыта здорового образа жизни. Накопление опыта здорового образа жизни навыками здоровьесбережения в различных до-

машних, социальных и природных сезонных условиях (весной, летом, осенью и зимой) нужно для сохранения здорового состояния в течение года.

Накопление опыта здоровой жизнедеятельности в течение года и формирование здорового образа жизни каждым человеком в конкретных домашних, природных и социальных условиях включает следующие полезные действия:

1. Сезонное сохранение уравновешенной психики и обеспечение целостного здорового функционирования организма летом, осенью, зимой, весной на основе системы клеточного самовосстановления.

2. Здоровое сезонное питание.

3. Выбор сезонной натуральной одежды.

4. Комплексное согласование социальной здоровой жизнедеятельности с годовым природным циклом на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях в различных домашних, природных и социальных условиях.

5. Формирование семейной традиции здорового образа жизни.

6. Формирование культурной общественной традиции здорового образа жизни.

7. Периодическая диагностика состояния.

3. ПОДДЕРЖАНИЕ ЗДОРОВОГО СОСТОЯНИЯ

Достижение и сохранение здорового состояния осуществляется системой клеточного самовосстановления организма путем качественного регулирования состояния клеток. Изменение качественного состояния клеток происходит на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях. Поддержание здорового состояния клеток нужно осуществлять на всех уровнях.

1.1. Духовный уровень. Разум и дух, порождая эмоциональную мысль, формируют волну психической энергии. Она через волновой геном, запускает генетический механизм и трансформирует через него качественное состояние клеток. Негативная эмоциональная несправедливая мысль ухудшает качественное состояние клеток. Позитивная

