

С. В. АЛЁШИН

ГИПЕРТОНΙΑ: ОТВЕТНЫЙ УДАР

Москва
Издательство КВОРУМ
2012

УДК 616.12–008.331.1

ББК 54.10

М74

С. В. Алешин

Гипертония: ответный удар. Немедикаментозная программа, основанная на доказательствах. — М.: Издательство КВОРУМ, 2012. — с. 274

В книге получили обобщение современные взгляды на природу артериальной гипертонии — наиболее опасного и самого распространенного в популяции заболевания сердечно–сосудистой системы. Патогенез гемодинамических расстройств автор рассматривает с точки зрения нарушений клеточного метаболизма. Глубокий анализ тонких механизмов патологического процесса и убедительные выводы, приводят автора к созданию и обоснованию немедикаментозной программы, позволяющей большинству пациентов, страдающих артериальной гипертонией, добиться нормализации давления без использования лекарств.

Издание ориентировано на широкий круг заинтересованных читателей, будет интересно практическим врачам и преподавателям медицинских ВУЗов.

Сведения об авторе:

Алешин Сергей Валентинович

Профессиональный ученый, кандидат медицинских наук. Окончил Военно-медицинскую академию в 1980 г. Возглавлял психофизиологический отдел Института авиационной и космической медицины. Директор по науке компании ОРТО.

©Алешин С. В., 2012

©Издательство КВОРУМ, 2012

ISBN 978–5-904750–07-7

Предисловие к третьему изданию

С момента первого издания книги «Гипертония: ответный удар» в 2004 году прошло 7 лет. Тысячи пациентов, страдающих артериальной гипертонией, воспользовались информацией, полученной со страниц этого издания. Многочисленные положительные отзывы врачей и больных убедительно свидетельствовали о пользе предложенной программы лечения. Книга пользовалась популярностью у читателей не только в России. Она успешно продавалась в книжных магазинах Европы, США, Израиля и других стран. Основные положения программы перепечатывались в журнале «Будь здоров» и целом ряде других изданий, посвященных здоровому образу жизни. По материалам книги автор выступал на радио Европейского Сообщества «Панорама» и радио «Говорит Москва». В 2007 году книга издана повторно в издательстве «Вече» и тираж был распродан уже в 2009 году. Возможно, самым высоким критерием объективной оценки книги «Гипертония: ответный удар» является тот факт, что в 2008 г. она была переведена на немецкий язык и издана в Германии издательством «Elbe-Dnjepr-Verlag». Сегодня сложилась удивительная ситуация: книгу российского автора можно купить на немецком языке в Германии, Швейцарии, Великобритании, США и даже в Японии — но нельзя приобрести в России. Чтобы устранить эту несправедливость и удовлетворить многочисленные просьбы — «где приобрести эту книгу» — было принято решение о ее третьем издании на русском языке.

Время, прошедшее с момента первых двух изданий, не только подтвердило, но и подчеркнуло фундаментальность и практическую значимость изложенных в книге сведений. Появилась масса новых научных доказательств в пользу предлагаемой немедикаментозной программы коррекции гипертонии. Научные положения, которые казались несколько лет

назад откровением, сегодня принимаются и используются на практике все большим количеством специалистов. С другой стороны, лавинообразно возросло число интернет-источников, предлагающих различные способы немедикаментозного лечения гипертонии. Это положительное, на первый взгляд, явление, на самом деле часто запутывает и сбивает с толку: истина рассыпается и девальвируется.

Книга «Гипертония: ответный удар» предлагает ясную, убедительную и целостную программу борьбы с гипертонией. Издание содержит 28 рисунков, 67 таблиц и более 700 ссылок на самые авторитетные источники. Эта книга, которую читаешь и перечитываешь. Несмотря на фундаментальность, обилие фактов и ссылок на научные работы, книга написана доступным и понятным языком. Есть все основания надеяться, что и третье издание книги «Гипертония: ответный удар» будет с благодарностью принято читателями: пациентами и их родными, практическими врачами, исследователями и преподавателями.