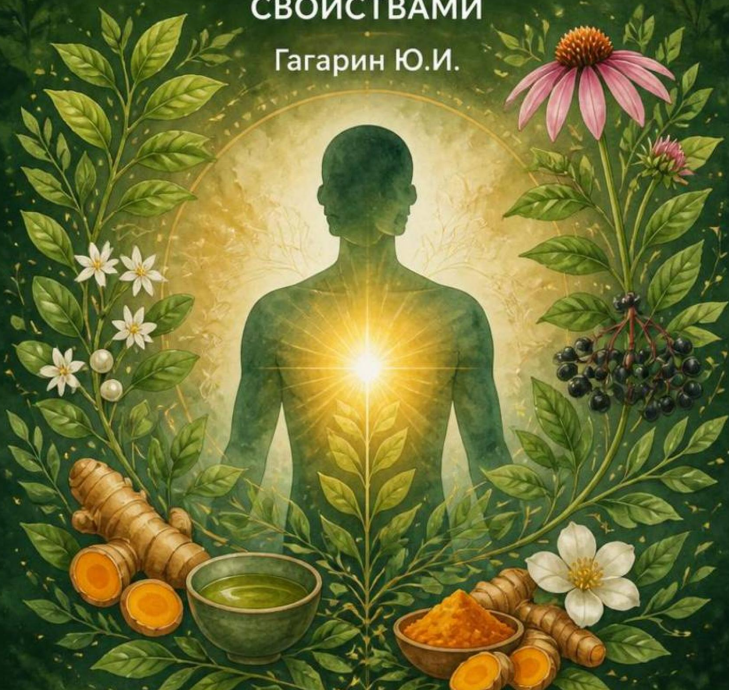


# Большая книга против рака

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ПРИРОДНЫХ  
И АЛЬТЕРНАТИВНЫХ МЕТОДОВ

150 НАТУРАЛЬНЫХ СРЕДСТВ  
С ДОКАЗАННЫМИ ПРОТИВОРАКОВЫМИ  
СВОЙСТВАМИ

Гагарин Ю.И.



# **Юрий Гагарин**

## **Большая книга против рака: энциклопедия природных и альтернативных методов**

*<https://litres.ru/73912718>*

*SelfPub; 2026*

### **Аннотация**

Диагноз «рак» меняет всё. В поисках надежды и дополнительных инструментов для борьбы с болезнью люди все чаще обращаются к методам, которые предлагает природа. «Большая книга против рака» — это не просто сборник рецептов, а системная энциклопедия натуральных и альтернативных подходов, собранная под одной обложкой.

На этих страницах вы найдете подробный обзор сотен методов, от доказательной фитотерапии и нутрицевтиков до практик восточной медицины, дыхательных гимнастик и психосоматических техник. Каждая глава структурирована как справочный материал: механизм действия, история применения, научные данные (или их отсутствие), схемы использования.

Книга не является руководством к самолечению. Автор и издательство не несут ответственности за любые последствия, возникшие в результате использования описанных методов без

консультации с квалифицированным онкологом. Любые решения о применении натуральных препаратов или изменении терапии должны приниматься **ТОЛЬКО** под контролем лечащего врача.

# Содержание

|                                                                                                       |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 150 натуральных средств с научно доказанными<br>противораковыми свойствами                            | 7  |
| Благодарности                                                                                         | 8  |
| Введение                                                                                              | 9  |
| Как пользоваться данной книгой                                                                        | 11 |
| Немного истории и интересные факты                                                                    | 14 |
| Что же такое рак                                                                                      | 20 |
| Статистика и региональные различия в уровне<br>онкологических заболеваний в России                    | 21 |
| Глобальная статистика и региональные различия<br>в уровне онкологических заболеваний в мире<br>(2024) | 24 |
| Ведущие типы рака и структура смертности                                                              | 26 |
| Противораковые средства и методы                                                                      | 28 |
| Алкилглицеролы                                                                                        | 29 |
| Алоэ                                                                                                  | 34 |
| Антинеопластоны                                                                                       | 37 |
| Акулий хрящ                                                                                           | 40 |
| Аспирин                                                                                               | 45 |
| Астрагал                                                                                              | 50 |
| Амигдалин (лаэтрил, витамин B17)                                                                      | 54 |
| Антиоксиданты.                                                                                        | 62 |
| Аминокислоты                                                                                          | 68 |

|                                                      |     |
|------------------------------------------------------|-----|
| Арабиногалактан из лиственницы (ларикс, ARA-6)       | 75  |
| Ацидофилюс                                           | 80  |
| Аюрведическая медицина                               | 85  |
| Бета-каротин                                         | 89  |
| Бетулиновая кислота                                  | 93  |
| Биологическая стоматология                           | 97  |
| Бутуриновая кислота (Масляная или бутановая кислота) | 110 |
| Бромелайн                                            | 114 |
| Бычий хрящ                                           | 118 |
| Вакцина антимикоплазменная (аутовакцина)             | 123 |
| Вакцина аутогенная бактериальная                     | 128 |
| Вакцина БЦЖ (Calmette-Guerin)                        | 132 |
| Вакцина от рака молочной железы из Т/Тп-антигенов    | 137 |
| Витамин А                                            | 146 |
| Витамин В3 (ниацин, никотиновая кислота)             | 150 |
| Витамин В6                                           | 154 |
| Витамин С                                            | 157 |
| Витамин Д                                            | 167 |
| Витамин Е                                            | 173 |
| Витамины группы В                                    | 177 |
| Витамин К                                            | 181 |
| Вода                                                 | 185 |
| Водолечение                                          | 190 |



**Юрий Гагарин**  
**Большая книга против**  
**рака: энциклопедия**  
**природных и**  
**альтернативных методов**

**150 натуральных средств**  
**с научно доказанными**  
**противораковыми свойствами**

# Благодарности

Я хочу выразить глубокую благодарность всем тем, кто помогал мне на пути создания этой книги.

Спасибо моим друзьям — за искреннюю поддержку и веру, за разговоры и советы, которые давали силы продолжать работу даже в самые трудные моменты. Благодарю моих сокурсников и коллег, чьи знания, опыт и обсуждения позволили расширить горизонты и обогатили текст этой книги новыми идеями и фактами.

Особое спасибо моим пациентам. Каждый из вас стал учителем: ваши истории, ваша смелость и терпение вдохновляли меня искать новые ответы и делать всё возможное, чтобы помочь вам. Вы — главный источник этой книги, её живая основа.

И наконец, самая глубокая и личная благодарность — моей маме. Её жизнь и её уход от рака стали для меня не только великой потерей, но и источником стремления понять, как можно облегчить путь другим. Именно её память стала импульсом, благодаря которому появилась эта работа. Эта книга — в каком-то смысле её продолжение.

Соединив всё это воедино, я вижу: книга выросла не только из моих усилий, но и из множества сердец и судеб, оставивших в ней свой след. Пусть она станет данью уважения каждому из вас.

# Введение

Рак — это одно из самых серьёзных испытаний, с которым сталкивается современное человечество. Несмотря на огромные достижения науки и медицины, миллионы людей во всём мире продолжают искать новые пути, чтобы защитить себя и близких от этого заболевания и справиться с ним. Часто традиционная медицина оказывается лишь частью ответа, и всё больше пациентов стремятся дополнить её методами, которые помогают не только справиться с заболеванием, но и укрепить организм, усилить иммунитет и восстановить внутреннее равновесие.

Эта книга посвящена именно этим альтернативным подходам. Она не отрицает ценности научной медицины, но предлагает взглянуть шире — в сторону природы, опыта поколений и новых открытий, рождающихся на стыке науки и традиций. Здесь собраны сведения о профилактических мерах и методах поддержки организма, которые могут стать надёжными союзниками в борьбе с болезнью: питание, растения, образ жизни, психологические практики.

Моя цель — не дать готовый рецепт, а показать возможности. Каждый человек уникален, и то, что помогает одному, может быть менее эффективно для другого. Поэтому я стремлюсь вооружить читателя знаниями, которые помогут делать осознанный выбор, обсуждать его с врачами и нахо-

дить свой путь к здоровью.

Я верю, что сила человека кроется в его ответственности за себя и в стремлении к гармонии. Пусть эта книга станет для вас проводником, поддержкой и источником надежды на пути профилактики и лечения рака.

# Как пользоваться данной книгой

В данной книге собраны, пожалуй, самые эффективные, безопасные и проверенные временем нетрадиционные методы лечения рака. Некоторые из описанных методов, возможно, уже устарели, но еще представляют не только исторический, но и научный интерес. Многие методы имеют корни в народной медицине разных стран, другие же появились, например, в результате наблюдения за побочными эффектами различных непротивораковых препаратов, некоторые же были давно открыты врачами и с тех пор продолжают успешно использоваться. Автор попытался собрать в одной книге как можно больше полезной информации и изложить её простым и понятным не только для врачей, но и для простой публики языком. Автор искренне надеется, что множество жизней может быть спасено благодаря дальнейшему изучению и правильному использованию описанных в книге методов. Одной из задач данной книги является пробуждение интереса как у врачей, так и у населения к данной проблеме.

Я помню, как много лет назад, ещё в студенческие годы, когда я учился в Первом Ленинградском Медицинском Институте, на изучение онкологии отводилось всего несколько дней. Большая часть обучения была посвящена заучиванию так называемых схем приема химиотерапевтических лекарств. Лекарства в онкологии, как правило, назначают по

схемам, и здесь нет и речи о каком-либо индивидуальном подходе к больному. Схемы ориентированы на диагноз, а не на больного. О побочных эффектах нам тоже очень мало рассказывали. И до сих пор в большинстве вузов будущий врач получает очень поверхностную подготовку по онкологии. И, конечно, ни в одном вузе нашей страны нет ещё кафедры нетрадиционного лечения онкологических заболеваний.

Поэтому как больными, так и врачами ощущается острая нехватка информации по этой теме. Подобная ситуация явилась одной из причин появления данной книги, целью которой как раз и является попытка восполнения дефицита в правильной и полезной информации по данному вопросу.

Любознательному читателю будет интересно просто прочесть эту книгу от корки до корки и узнать очень много интересного о нетрадиционном лечении рака. Также можно начать с той или иной программы лечения и затем уже читать про те или иные компоненты программы, изложенные в алфавитном порядке. И наконец, книгой, конечно же, можно пользоваться как справочником и обращаться к соответствующим разделам по мере появления необходимости в получении данной информации.

Хотя эффективность большинства средств и методов, описанных в данной книге, подтверждается многолетним практическим опытом и научными исследованиями, данное издание не следует рассматривать как полноценное руководство по лечению онкологических заболеваний или как заме-

ну профессиональной медицинской помощи. Представленная информация носит ознакомительный и научно-популярный характер и предназначена прежде всего для расширения представлений читателя о возможных подходах к поддержке организма.

Онкологические заболевания относятся к числу сложных и серьёзных медицинских состояний, требующих тщательной диагностики, наблюдения и лечения под руководством квалифицированных специалистов. Поэтому любые изменения в терапии, использовании биологически активных веществ, диете или дополнительных методах оздоровления должны обязательно обсуждаться с лечащим врачом. Только специалист может объективно оценить состояние пациента, стадию заболевания, возможные риски и совместимость различных методов лечения.

Автор настоятельно рекомендует рассматривать изложенные в книге материалы лишь как дополнительный источник информации. Ответственное отношение к здоровью предполагает регулярные консультации с врачом, соблюдение медицинских рекомендаций и использование любых вспомогательных методов исключительно в рамках согласованного с медицинским специалистом комплексного подхода к лечению.

С наилучшими пожеланиями здоровья и свободы как от раковых, так и любых других заболеваний!

Автор Гагарин Ю.И.

# Немного истории и интересные факты

## Первые упоминания и последующий рост заболеваемости

О раке врачи впервые заговорили ещё в далёком XVI столетии, однако встречался он тогда столь редко, что казался диковинной прихотью природы, сродни редкому, случайно найденному, камню. Лишь со второй половины XIX века начался его стремительный рост, и к восьмидесятым годам XX века заболеваемость приобрела уже такие масштабы, что многие называют это эпидемией. Сегодня почти не сыщется семьи, которой не коснулась бы эта беда. Эта болезнь часто входит без стука, разлучает близких и, словно холодный ветер, приносит с собой страх, растерянность и горечь. И хотя медицина шагнула далеко вперёд в изучении природы недуга, смертность и число новых больных продолжают неумолимо возрастать.

## Цифры и тревожные тенденции

В середине XX века в Советском Союзе число инвалидов вследствие онкологических заболеваний едва достигало одного процента. К 2015 году эта доля выросла до двенадцати процентов. Учёные всё чаще склоняются к мысли, что

причина кроется в самом человеке: в его стремлении пере-страивать мир без оглядки на последствия, в загрязнённой окружающей среде, в постоянной спешке и стрессах, в химических веществах — красителях, удобрениях, пестицидах, синтетике. Всё это стало частью повседневности. Дополняют картину отзвуки ядерных испытаний прошлого века и излучение современных приборов и сетей. Не случайно именно жители крупных городов чаще сталкиваются с этим заболеванием.

## **Парадоксы прогресса**

И всё же возникает парадокс: несмотря на миллиарды, вложенные в медицину, строительство новых центров, разработку лекарств и методик, число заболевших не уменьшается. Половина пациентов по-прежнему не переживает свой диагноз. И невольно приходит сомнение: не скрывается ли за сияющим фасадом науки с её громкими обещаниями не истинная победа, а хорошо скрываемое бессилие?

## **Взгляд в сторону традиций**

Не настал ли час внимательнее взглянуть на иные пути — проверенные веками, мягкие, поддерживающие, не осложняющие жизнь пациентов обилием побочных эффектов? Народная и нетрадиционная медицина, которую официальная наука долго встречала с насмешкой, уже давно обрела признание в других странах. В Германии, например, ещё в 1990-

х годах альтернативные практики вошли в университетское образование, а их применение покрывается страховкой. Подобное наблюдается и в других странах Европы, в Канаде, в США.

Ирония судьбы в том, что до шестидесяти процентов больных прибегают к народным средствам тайно, скрывая это от врачей. Но ведь куда честнее было бы доктору вести откровенный разговор с пациентом, нежели притворяться, будто этих методов не существует.

## **Мудрость прошлого и уроки настоящего**

История человечества — это всегда история борьбы с болезнями. В разных культурах веками копился бесценный опыт. В Китае письменность удержала знания тысячелетий; в других странах традиции передавались устно и постепенно угасали. Но даже обрывки народной мудрости, возрождённые усилием энтузиастов, и сегодня помогают множеству людей.

Нетрадиционная медицина, словно река, соединяет истоки древности с притоками новейших открытий. Пусть не всё укладывается в рамки строгой доказательности, но многие методы приносят облегчение больным, возвышая ценность не цифр и отчётов, а самой человеческой жизни. Иглоукалывание, остеопатия, гомеопатия, традиционная китайская медицина, аюрведа, ортомолекулярная медицина — эти практики существуют веками и, несмотря на скепсис, нередко

оказываются полезнее строгих научных лечебных схем.

## **Разница интересов: человек и корпорации**

Официальная медицина сосредоточена на создании всё новых и дорогих средств — химиотерапии, облучения, методов генной инженерии. Но интересы больных и интересы корпораций порой расходятся. Для пациента главное — облегчение боли, возвращение к нормальной жизни, доступность лечения и надежда. Для корпорации же во главу угла нередко ставится прибыль: разработка новых препаратов означает патенты, многомиллиардные доходы, искусственное продление эксклюзивности. Пациент ищет простые и человеческие решения, корпорация — сложные и дорогие технологии, позволяющие удерживать рынок.

Здесь и рождается противоречие: человек ждёт заботы и доступности, а система здравоохранения, пронизанная коммерческими интересами, нередко вынуждает его становиться заложником финансовых схем. Высокая стоимость лекарств делает лечение недоступным для многих, а исследования, не обещающие крупной прибыли, остаются без должного внимания. Так разрыв между человеческой нуждой и корпоративными интересами лишь углубляется.

Народная же медицина хранит богатство иное: опыт поколений, мудрость простого человека, свободную от жажды наживы.

## **К синтезу прошлого и будущего**

Надежда остаётся: многие методы уже вошли в практику, некоторые активно внедряются, исследования продолжают-ся, а в некоторых странах альтернативные средства не только разрешены, но и поддерживаются государством. В старых народных методах перед нами раскрывается огромный пласт человеческого опыта — от простых домашних снадобий до целых систем исцеления, проверенных веками. Многие методы ещё предстоит глубже изучить и систематизировать. Но ясно одно: отказ от этого наследия стал бы непростительной потерей. Ведь каждое знание, каждое средство, способное подарить надежду и продлить жизнь, достойно быть услышанным и понятым.

## **Человечность как основа исцеления**

Истинный путь лежит в соединении: старинные способы врачевания должны встретиться с мудростью современности, с её открытиями и достижениями. Быть может, именно этот синтез — союз опыта прошлого и дерзновения настоящего — даст человеку долгожданный ключ к победе над болезнью, веками внушавшей ужас. Тогда борьба с раком перестанет быть бесконечным состязанием в создании средств подавления, а обратится в путь созидания — где разум и сердце, знание и сострадание идут рука об руку.

Ибо только там, где соединяются мысль и человечность, наука и милосердие, можно ожидать настоящего исцеления

— не только тела, но и духа, не только отдельного человека, но и всего рода человеческого

## **Уроки и надежда**

Возможно, когда-нибудь потомки наши, оглянувшись назад, будут удивляться: как могли их предки так долго жить в страхе перед болезнью, если ключ к избавлению лежал не только в холодном свете лабораторий, но и в тепле человеческой души, в её способности хранить мудрость прошлого и смело устремляться вперёд. В этом соединении разума и сердца заключено обещание будущего, в котором человек не только побеждает болезнь, но и постигает самого себя, своё предназначение и высший смысл существования.

И потому история борьбы с раком — это не только история науки и медицины, но и история духовная: история о том, как человечество, оступаясь и страдая, учится великому смирению перед тайной жизни и великому дерзновению в поиске истины. И, быть может, именно в этом соединении смирения и дерзновения рождается подлинная надежда: надежда не на безусловную победу, но на то, что каждый шаг, каждая искра знания и каждый акт милосердия делают нас ближе к свету, где болезнь перестанет быть царством страха, а обратится в урок и напоминание о величии человеческого духа.

# Что же такое рак

Вопреки распространенному мнению, рак – это не одно заболевание, а группа из почти ста заболеваний. Их главными характеристиками являются неконтролируемый рост клеток и неконтролируемое распространение этих клеток из места происхождения по всему организму в различные ткани и органы. Это неконтролируемое рассеивание измененных клеток по организму обычно и является причиной смерти при онкологических заболеваниях. Наука о раковых заболеваниях называется онкологией (от греч. *ónkos* – «нарост, опухоль» и *lógos* – «слово, учение»).

Примерно каждая четвертая смерть в развитых странах – это смерть от онкологических заболеваний. Выше только смертность от заболеваний сердечно-сосудистой системы.

# Статистика и региональные различия в уровне онкологических заболеваний в России

Онкологические заболевания остаются одной из основных причин смертности в России, а заболеваемость существенно варьируется по регионам страны. По последним данным, в 2024 году в России выявлено почти 700 тысяч новых случаев рака, при этом более 60% опухолей диагностируются на ранних стадиях, что крайне важно для успешного лечения.

## *Региональные особенности заболеваемости:*

**Краснодарский край:** В 2024 году выявлено более 23 000 новых случаев рака только за 9 месяцев, и рост заболеваемости составляет около 4% ежегодно. По итогам нескольких лет, Краснодарский край входит в число регионов с высочайшей онкологической настороженностью, однако корректные официальные показатели составляют около 800–1000 случаев на 100 000 населения, а под диспансерным наблюдением состоит около 3000 на 100 000 жителей, с учётом хронических пациентов.

**Московская область:** В 2024 году выявлено более 24 000 новых случаев рака, под наблюдением — более 213 тысяч па-

циентов. Показатель заболеваемости также превышает среднероссийский и составляет примерно 500–600 на 100 000 населения.

Новгородская область: Этот регион традиционно показывает одни из наиболее высоких показателей — в 2022 году заболеваемость составила 531,8 случая на 100 000 населения, а в 2023 году — 568,1 на 100 000. Исторически Новгородская область входит в число регионов-лидеров по заболеваемости раком.

Ленинградская область: В 2023 году смертность от злокачественных опухолей составила 196,4 на 100 000 населения, а около 62% всех злокачественных новообразований выявляют на ранних стадиях. Показатель заболеваемости также превышает средний по стране.

Тверская область: В 2022 году уровень заболеваемости составил 509,4 на 100 000 населения. За последние 10 лет отмечается прирост на 20%, что связывают со старением населения. В 2023 году зафиксировано 6648 новых случаев рака в области.

Регионы с низкой заболеваемостью (Чечня, Ингушетия, Чукотка): По официальной статистике Чечня уже многие годы входит в число "наиболее благополучных" регионов, зарегистрировано около 1000 случаев на 100 000 населения и ниже (такая же ситуация и в Дагестане, Тыве). Однако эксперты и правозащитники указывают, что такие цифры могут быть связаны с низким уровнем выявляемости, углублённы-

ми социальными и организационными причинами.

Почему наблюдается столь высокая региональная разница:

Диагностические возможности: В более развитых регионах диагностируются больше случаев из-за доступности и регулярности обследований.

Структура и возраст населения: Старение населения — основной фактор роста заболеваемости, что отмечено в Тверской и других областях.

Экологические, социальные и экономические условия: В регионах с высокой урбанизацией, промышленной нагрузкой, неблагоприятной экологией показатели заболеваемости часто бывают выше.

Уровень медицинского учета: В некоторых регионах (например, Чечня) низкая официальная заболеваемость может быть связана с трудностями выявления и статистического учета болезней, а не с их реальным отсутствием.

# **Глобальная статистика и региональные различия в уровне онкологических заболеваний в мире (2024)**

В 2022 году на планете было выявлено около 20 миллионов новых случаев рака, а число смертей от онкологии превысило 9,7 миллионов. Ожидается, что к 2050 году число новых случаев может увеличиться до 35 миллионов из-за старения и роста населения.

Для сравнения: в странах Африки показатели в 2–6 раз ниже, чем в развитых государствах, однако эти значения во многом обусловлены низкими возможностями выявления заболеваний и плохой регистрацией случаев, а не реальным отсутствием болезней.

Глобальные тенденции по регионам:

Самые высокие показатели рака — в Австралии, Северной Америке, Западной и Северной Европе, где стандартизированные показатели часто превышают 300–400 случаев на 100 000.

Наименьшая выявляемость — в странах Африки (до 50 случаев на 100 000) и части Юго-Восточной Азии, но экс-

перты связывают такие низкие показатели с низкой доступностью диагностики и отсутствием скрининговых программ.

Азия — на долю континента приходится почти половина всех новых случаев и более половины смертей от рака, в первую очередь из-за численности населения и быстрых темпов его старения. В Китае, Японии и Южной Корее выявляется более миллиона новых случаев ежегодно.

# Ведущие типы рака и структура смертности

Наиболее распространённые виды рака (2022):

Рак лёгких — 2,5 млн новых случаев (12,4% всех диагнозов)

Рак молочной железы — 2,3 млн случаев (11,6%)

Колоректальный рак — 1,9 млн (9,6%)

Основные причины смертности:

Рак лёгких лидирует по количеству смертей (1,8 млн, 18,7% всех смертей)

Колоректальный рак — 900 тысяч

Рак печени — 760 тысяч

Рак молочной железы — 670 тысяч.

Среди женщин молочная железа остаётся самой частой локализацией и причиной смерти, особенно в развитых странах. У мужчин чаще диагностируются рак лёгких, простаты и желудка.

Прогноз и вызовы будущего:

Эксперты Всемирной организации здравоохранения и Международного агентства по изучению рака отмечают, что удельный вес рака продолжит расти: старение населения,

распространение вредных привычек и урбанизация будут способствовать увеличению количества новых случаев, особенно в развивающихся странах, где возможности диагностики и лечения пока ограничены.

Около 40% случаев рака можно предотвратить за счёт контроля факторов риска: отказ от курения, сбалансированная диета, физическая активность, вакцинация и скрининг.

# **Противораковые средства и методы**

# Алкилглицеролы

Это группа жирорастворимых веществ, необходимых для построения мембран как иммунных клеток, так и клеток крови и клеток костного мозга.

Вещества из данной группы способны усиливать системы противораковой защиты организма и защищать организм от вредного эффекта радиационного лечения.

Богатейшим источником подобных веществ (также называемых эфирными липидами) является жир из печени акул (содержит около 10% алкилглицеролов). В меньшем количестве эти жиры обнаружены в материнском молоке (0,1% алкилглицеролов), которое в тоже время содержит в 10 раз больше алкилглицеролов, чем коровье молоко.

Исследования на животных показали, что алкилглицеролы обладают противоопухолевыми свойствами. Эти свойства проявляются при посредничестве определенных иммунных клеток (например макрофагов), которые целенаправленно и выборочно разрушают раковые клетки. Интересно, что алкилглицеролы убивают раковые клетки тем быстрее, чем ниже в этих клетках уровень холестерина.

Экстракт из печени акул помогает бороться с побочными эффектами химиотерапии и радиации. Применение алкилглицеролов перед радиолечением приводило к уменьшению размеров раковой опухоли и приостанавливало её рост. Про-

тивораковые действия алкилглицеролов объясняются тем, что они могут подавлять различные опухолестимулирующие субстанции, включая «плохие» эйкозамыны и фактор активации тромбоцитов. К сожалению, жир акульей печени может быть загрязнен вредными химическими веществами, которые в настоящее время нередко обнаруживаются в океанической воде и в морепродуктах. Однако потенциальная токсичность данных веществ в морепродуктах серьёзно не изучалась.

Ученые из Университета Джона Хопкинса обнаружили, что синтетическая форма скваламина (первоначально выделенного из печени акулы) эффективно останавливает рост опухолей мозга у крыс и продлевает их жизнь. Данная субстанция подавляет образование новых кровяных сосудов в опухоли, а без кровеносных сосудов опухоль не может вырасти в размерах больше спичечной головки.

## **Современные научные данные, биологические свойства и механизмы действия**

Алкилглицеролы (АКГ) — это группа жирорастворимых эфирных липидов, которые играют важную роль в поддержании структуры клеточных мембран, особенно клеток иммунной системы, крови и костного мозга.

### **Иммуномодулирующее действие**

Алкилглицеролы усиливают активность макрофагов и

стимулируют выработку иммунных цитокинов, таких как интерлейкин-12 (IL-12) и интерферон-гамма (IFN- $\gamma$ ). Это приводит к активации натуральных киллеров (NK-клеток), цитотоксических Т-лимфоцитов и других элементов противоопухолевой защиты организма.

## **Противоопухолевый эффект**

АКГ проявляют антипролиферативное и антиангиогенное действие — подавляют рост опухолевых клеток и препятствуют образованию новых кровеносных сосудов в опухоли, что ограничивает её рост и метастазирование. Особенно выраженный эффект отмечен у ненасыщенных форм алкилглицеролов (например, 16:1 и 18:1), которые в экспериментах на животных значительно снижали количество метастазов и массу опухоли.

## **Защита при радиотерапии**

Применение алкилглицеролов может снижать побочные эффекты лучевой терапии, в частности, уменьшать выраженность лейкопении и способствовать восстановлению клеток костного мозга после облучения. АКГ способствуют сохранению количества мегакариоцитов и других кроветворных клеток, а также ускоряют восстановление после радиационного повреждения.

## **Поддержка при химиотерапии**

АКГ могут использоваться как поддерживающая терапия для снижения токсичности и улучшения переносимости противоопухолевого лечения.

## **Источники и безопасность**

Печень акул является основным промышленным источником алкилглицеролов и может содержать до 10–20 % АКГ в составе липидной фракции жира.

Материнское молоко содержит алкилглицеролы в значительно меньших количествах, однако их биологическая роль в развитии и иммунной защите новорождённых подтверждена исследованиями.

## **Экологическая безопасность**

Современные производители уделяют внимание очистке и контролю качества жира акулей печени, чтобы минимизировать содержание тяжелых металлов и других загрязнителей. Рекомендуется выбирать продукты с подтверждённой очисткой и сертификацией.

## **Клинические данные и ограничения**

### **Доказательная база**

Исследования на животных подтверждают противоопухолевое и иммуномодулирующее действие АКГ, однако крупные клинические исследования на людях пока ограничены.

## **Побочные эффекты**

В целом алкилглицеролы считаются безопасными при соблюдении рекомендуемых дозировок, однако при беременности, лактации и наличии хронических заболеваний перед применением необходима консультация врача.

Потенциальные риски связаны с загрязнением морских продуктов тяжёлыми металлами и органическими токсинами, поэтому важно выбирать продукты проверенных производителей.

# Алоэ

Алоэ является одним из самых древних и эффективных лекарственных растений, которое традиционно используется в медицине для широкого спектра заболеваний. Это растение особенно эффективно для облегчения симптомов и ускорения заживления порезов, ожогов различной степени тяжести, а также для восстановления кожных покровов и при варикозном расширении вен.

Кроме того, алоэ успешно применяется при различных инфекционных заболеваниях и проблемах с пищеварением, включая хронические запоры. В ходе научных исследований в составе алоэ была обнаружена уникальная субстанция под названием **эмодин**, которая продемонстрировала исключительно высокую эффективность в борьбе с лейкемией.

Многочисленные исследования подтверждают способность алоэ значительно усиливать активность макрофагов - клеток иммунной системы, направленно действующих на уничтожение опухолевых клеток. Особенно важными стали исследования, проведенные российскими учеными в 1986 году, которые убедительно доказали способность алоэ существенно уменьшать объем раковых опухолей и значительно снижать частоту метастазирования на различных стадиях развития онкологических заболеваний.

В составе этого удивительного растения также был об-

наружен водорастворимый компонент **ацеманнан**, обладающий мощными иммуностимулирующими свойствами, что было неоднократно подтверждено в ходе экспериментов на лабораторных животных. Алоэ эффективно подавляет процесс образования новых кровеносных сосудов в раковой опухоли (что критически важно, так как без доступа к кровоснабжению опухоль не может вырасти больше размера спичечной головки), препятствует склеиванию тромбоцитов (тем самым значительно снижая риск метастазирования), а также блокирует образование вредных эйкозаноидов и предотвращает развитие воспалительных реакций в организме

## **Способ применения**

Для максимального эффекта рекомендуется использовать свежий гель алоэ вера или сертифицированные препараты на его основе. Вот правильный способ применения:

Для кожи: наносите свежий гель алоэ на пораженные участки 2–3 раза в день. При ожогах, порезах и язвах кожа должна быть чистой.

Для пищеварения: Принимать 1–2 чайные ложки сока алоэ вера за 30 минут до еды, не превышая рекомендуемую дозу (чрезмерное употребление может вызвать диарею).

Для иммунитета: Используйте препараты с ацеманнаном согласно инструкции производителя.

Важно: перед применением алоэ внутрь проконсульти-

руйтесь с врачом, особенно при хронических заболеваниях или беременности.

# Антинеопластоны

В 1960-х годах американский врач Станислав Бурзинский изолировал несколько пептидов (представляющих собой цепи аминокислот, которые, в свою очередь, являются основными строительными кирпичиками белков) из человеческой мочи. Далее он обнаружил, что с их помощью можно контролировать развитие некоторых видов рака. Эти пептиды были названы антинеопластами.

Первоначально идея использовать пептиды для лечения раковых больных возникла из наблюдений за больными хроническими почечными заболеваниями, которые, по наблюдениям Бурзинского, существенно меньше болеют раком, что, видимо, связано с наличием в их крови большого количества определенных пептидов. В крови здоровых людей этих же пептидов содержится значительно меньше.

Сначала были выделены пять различных неопластонов. Эти молекулы имеют сильные противораковые свойства, проявляющиеся на генетическом уровне. Они стимулируют активность определенных генов, препятствующих развитию опухоли путем подавления различных онкогенов (генов, стимулирующих развитие опухоли).

Антинеопластоны активно использовались в США. Наилучшие результаты при использовании антинеопластонов получены при раке головного мозга, раке молочных желез с

метастазами и при неходжкинской лимфоме. В одном исследовании антинеопластами было пролечено 20 больных с астроцитомой (быстрорастущей опухолью головного мозга, встречающейся преимущественно у детей), и у 80% процентов из них был достигнут хороший результат. В Японии были применены низкие дозы синтетического антинеопласта A10 у животных. Было показано, что он может предотвратить развитие рака молочной железы, легких и печени.

Антинеопластон AS2-1 явно подавлял активность онкогенов и развитие раковых клеток без каких-либо признаков токсичности для обычных клеток. Антинеопластоны являются натуральными веществами, и поэтому их применение может считаться безопасным и эффективным методом лечения рака. Ещё в 1995 году применение антинеопластонов д-ра Бурзинского было единственным методом, приводящим к активизации подавляющих опухоль генов.

## **Современное научное мнение**

На сегодняшний день нет опубликованных в рецензируемых научных журналах крупных рандомизированных контролируемых исследований, подтверждающих эффективность антинеопластонов при лечении рака. Последние обзоры (2022–2024 гг.) подчёркивают, что заявления о высокой эффективности антинеопластонов основаны на низкокачественных данных, а их безопасность вызывает вопросы из-за возможных побочных эффектов, включая гипернатриемию

и нейротоксичность.

Международные онкологические сообщества не рекомендуют использование антинеопластонов вне рамок клинических испытаний. В настоящее время антинеопластоны не одобрены к применению ни в одной стране мира как стандартное средство лечения рака.

# Акулий хрящ

Исследования, проведенные в Массачусетском Технологическом Институте ещё в середине 1970-х, показали поразительные результаты в эффективности данного средства в области онкологии. Было установлено, что инъекции акульего хряща эффективно останавливают рост опухоли уже через 20 дней после начала лечения и существенно уменьшают среднюю протяженность кровеносных сосудов в опухоли (на 75%). Этот антиангиогенный эффект стал важным открытием в теме борьбы с раковыми заболеваниями.

В масштабных исследованиях, проведенных на Кубе, были получены обнадеживающие результаты в лечении пациентов с терминальными стадиями рака. Из 29 больных раком в последних стадиях благодаря систематическому приему акульего хряща выжило 14 человек, которые смогли прожить ещё более 3 лет после начала терапии. Среди тех пациентов, которые не дожили до окончания исследования, только девять человек скончались непосредственно от онкологического заболевания, а шесть человек умерло по другим, не связанным с раком причинам. Эти данные подтверждают значительный терапевтический потенциал акульего хряща.

**Наиболее впечатляющих результатов удавалось добиться при лечении рака яичников, где наблюдалась наивысшая эффективность терапии. Также весьма обнаде-**

живающие результаты были получены при лечении рака шейки матки и опухолей центральной нервной системы. Особенно важно отметить, что регулярный прием акульего хряща существенно препятствовал рецидивам опухолей ЦНС после их хирургического удаления, что значительно повышало шансы пациентов на долгосрочную ремиссию.

При лечении **рака предстательной железы** в последних стадиях применение акульего хряща демонстрировало положительные результаты в 67% случаев, что является весьма высоким показателем для данного типа рака. У пациентов существенно снижался уровень специфического маркера рака предстательной железы – PSA, что служило объективным показателем эффективности терапии.

Клинические наблюдения показали, что лучше всего акулий хрящ работает при плотных опухолях различной локализации. Особенно обнадеживающие положительные результаты отмечались при лечении **рака поджелудочной железы**, который традиционно считается одним из наиболее сложно поддающихся терапии онкологических заболеваний.

Главным действующим веществом в акульем хряще, как установили современные исследования, является специфический белковый компонент, обладающий уникальной способностью избирательно подавлять образование сосудов в раковой опухоли. Этот механизм действия схож с действием других природных соединений, таких как изофлавоноиды, в

частности генистеин, который также демонстрирует антиангиогенные свойства.

Акулий хрящ примечателен тем, что в его структуре полностью отсутствуют кровеносные сосуды. Это объясняется наличием в его составе специальных белков-ингибиторов, которые эффективно блокируют процесс васкуляризации. Препараты на основе акульего хряща могут применяться различными способами: как перорально в виде капсул или порошка, так и ректально посредством клизмы, что обеспечивает более быстрое всасывание активных компонентов.

Одним из наиболее удивительных свойств акульего хряща является его селективное действие на кровеносные сосуды. Он **целенаправленно подавляет ангиогенез только в раковых образованиях**, не оказывая негативного влияния на васкуляризацию здоровых тканей. Более того, исследования показали парадоксальный эффект: препарат способен стимулировать формирование новых сосудов в неповрежденных тканях организма. Это важное открытие было документально подтверждено в ходе масштабного кубинского исследования, где с помощью современных методов визуализации было наглядно продемонстрировано значительное сокращение количества сосудов в опухолевой ткани при **одновременном увеличении васкуляризации окружающих здоровых тканей**. Такая избирательность действия открывает новые терапевтические возможности для применения акульего хряща не только в онкологии, но и в других

областях медицины, где требуется стимуляция ангиогенеза – например, в послеоперационном периоде для ускорения заживления тканей или при сердечно-сосудистых заболеваниях для развития коллатерального кровообращения.

Для достижения оптимального терапевтического эффекта средняя рекомендуемая суточная доза акульего хряща довольно большая и составляет 70 грамм, что обеспечивает необходимую концентрацию активных компонентов хряща в организме.

Интересные данные были опубликованы в авторитетном научном журнале New Scientist 29 ноября 1997 года, которые существенно расширили понимание механизмов борьбы с раковыми заболеваниями. В ходе экспериментальных исследований ученые обнаружили поразительный эффект: при введении эндостатина, специфического белка, блокирующего образование новых кровеносных сосудов, наблюдалось значительное сморщивание опухоли. После прекращения введения препарата опухоль возобновляла свой рост. Этот цикл повторялся пять раз, и что особенно примечательно – после пятого цикла опухоль полностью утрачивала способность к возобновлению роста. Эти результаты были получены в серии тщательно контролируемых экспериментов на мышах, страдающих раком легкого.

## **Современные научные данные**

Последние исследования подтверждают, что главным ак-

тивным компонентом акульского хряща являются белковые ингибиторы ангиогенеза, которые препятствуют формированию новых кровеносных сосудов в различных опухолях. Этот механизм схож с действием таких природных соединений, как изофлавоноиды (например, генистеин), также обладающих антиангиогенными свойствами.

Однако современные рандомизированные контролируемые исследования не дают однозначных доказательств эффективности акульского хряща как самостоятельного противоопухолевого средства. Обзор 2023 года в журнале *Frontiers in Oncology* подчёркивает, что большинство существующих данных основаны на небольших клинических сериях и доклинических моделях, требующих дальнейшей валидации.

# Аспирин

Многочисленные предыдущие исследования уже убедительно демонстрировали, что регулярный ежедневный прием аспирина существенно снижает долговременный риск летального исхода от онкологических заболеваний. Однако только недавно ученым удалось сделать революционное открытие: аспирин не только снижает смертность, но также **обладает мощным профилактическим действием, способным предотвращать как первичное развитие раковых опухолей, так и их метастазирование**, причем эффективность этого действия достигает впечатляющих 40-50%.

Это открытие имеет колоссальное значение для современной онкологии, поскольку именно процесс метастазирования раковых клеток в подавляющем большинстве случаев является основной причиной, приводящей к летальному исходу у онкологических пациентов.

Аспирин, будучи давно известным и широко применяемым лекарственным препаратом, традиционно используется как эффективное средство для снижения риска образования тромбов в кровеносных сосудах у пациентов с различными сердечно-сосудистыми патологиями. Однако следует учитывать, что прием аспирина сопряжен с определенным риском: примерно у одного человека из тысячи он может спровоци-

ровать желудочное кровотечение. Эта статистика послужила основанием для того, что в 2011 году группа британских исследователей выступила с критическим анализом, поставив под сомнение целесообразность широкого применения аспирина для профилактики тромбообразования. По их экспертному мнению, потенциальный вред от возможного кровотечения в некоторых случаях может превышать ожидаемый положительный эффект от предотвращения образования тромбов.

Исследования Росвелла, проведенные в течение нескольких лет (2007, 2010 и 2011), представили убедительные доказательства того, что даже минимальные дозы аспирина – всего 75 миллиграмм в сутки – обладают значительным противораковым потенциалом. **Особенно заметное влияние препарат оказывает на снижение риска развития злокачественных новообразований кишечника и пищевода.** Однако важно отметить, что положительный эффект проявляется не сразу – **требуется длительный период регулярного приема, составляющий от 8 до 10 лет.** Профессор Росвелл выдвинул гипотезу, объясняющую такую существенную временную задержку: аспирин воздействует преимущественно на самые ранние этапы канцерогенеза, предотвращая трансформацию здоровых клеток в злокачественные. При этом временной промежуток между начальными стадиями развития опухоли и появлением явных клинических признаков заболевания может быть весьма зна-

чительным.

Научное сообщество особо подчеркивает уникальность аспирина в контексте противоопухолевой терапии. На сегодняшний день это единственный известный медицине препарат, демонстрирующий способность эффективно предотвращать формирование отдаленных метастазов. Данное свойство требует дальнейшего углубленного изучения, поскольку может открыть новые перспективы в лечении онкологических заболеваний.

## **Современные открытия и подтверждения**

Многочисленные исследования, включая крупные метаанализы и рандомизированные клинические испытания, подтвердили, что регулярный приём низких доз аспирина (обычно 75–100 мг в сутки) снижает риск смерти от онкологических заболеваний примерно на 20–40%, а в некоторых случаях — до 50%. Особенно выражен этот эффект в отношении колоректального рака, рака пищевода, желудка и некоторых других видов опухолей.

## **Механизмы действия**

Ингибирование циклооксигеназы-1 (ЦОГ-1): снижает агрегацию тромбоцитов. Это важно, поскольку тромбоциты способствуют выживанию циркулирующих раковых клеток и их прикреплению к стенкам сосудов, способствуя метастазированию.

Противовоспалительное действие за счёт ингибирования ЦОГ-2: уменьшает хроническое воспаление — один из факторов канцерогенеза.

Прямое влияние на опухолевые клетки: аспирин может индуцировать апоптоз и подавлять пролиферацию раковых клеток.

### **Последние исследования (2020–2025 гг.):**

В 2023 году крупное исследование, опубликованное в журнале *The Lancet Oncology*, подтвердило, что длительный приём низких доз аспирина снижает риск развития метастатического рака на 40%, особенно у пациентов с колоректальным раком.

Исследование 2024 года в *Journal of Clinical Oncology* показало, что аспирин улучшает выживаемость пациентов с ранними стадиями рака молочной железы и снижает вероятность рецидива.

Новые данные свидетельствуют о том, что аспирин может усиливать эффективность иммунотерапии и химиотерапии за счёт модуляции микросреды опухоли и снижения иммунного подавления.

### **Риски и противопоказания :**

Несмотря на очевидные преимущества, аспирин связан с риском желудочно-кишечных кровотечений — примерно у 1 из 1000 пациентов при длительном приёме. В связи с этим

в 2011 году британские эксперты рекомендовали осторожность в назначении аспирина для профилактики у здоровых людей без факторов риска.

Современные рекомендации подчёркивают необходимость индивидуального подхода и консультации с врачом перед началом длительной терапии аспирином.

### **Практические рекомендации:**

Для профилактики онкологических заболеваний и метастазирования обычно рекомендуются низкие дозы аспирина (75–100 мг в сутки).

Эффект развивается постепенно и требует регулярного приёма в течение 8–10 лет.

Аспирин не заменяет стандартные методы лечения рака, но может служить эффективным дополнением в комплексной терапии.

# Астрагал

В современной онкологической практике все больше внимания уделяется препаратам на основе астрагала, который демонстрирует впечатляющие результаты в снижении токсического воздействия химио- и радиотерапии на организм пациента. Особенно значимым является его гепатопротекторное действие – **астрагал эффективно защищает клетки печени от повреждающего влияния химиотерапевтических препаратов**. Более того, исследования показывают перспективность его применения даже при терминальных стадиях гепатоцеллюлярной карциномы, когда возможности традиционной терапии существенно ограничены. **Препараты на основе астрагала способствуют улучшению качества жизни пациентов и могут увеличивать продолжительность жизни при запущенных формах рака печени.**

Клинические исследования, проведенные ведущими научными центрами Японии, предоставили убедительные доказательства уникального двухфазного воздействия комбинации астрагала и женьшеня на функциональную активность натуральных киллеров (НК-клеток). Этот феномен заключается в способности данного сочетания осуществлять биологическую регуляцию: при сниженной активности НК-клеток происходит её стимуляция, а при повышенной – нормализа-

ция до оптимального уровня.

Аналогичный механизм действия был обнаружен в отношении регуляции уровня кортизола – ключевого гормона стресса. У пациентов с язвенной болезнью желудка, характеризующейся повышенной концентрацией кортизола, наблюдалось его снижение, тогда как при вегетососудистой дистонии, сопровождающейся хронически низким уровнем гормона, отмечалось его повышение до нормальных значений.

В традиционной китайской медицине широко практикуется комбинированное применение астрагала с лигустром, что подкреплено серьезной научной базой. Современные исследования демонстрируют синергетический эффект этих двух растений в отношении иммуномодулирующего действия. Лигуструм способствует количественному увеличению и качественной активации различных компонентов иммунной системы, в то время как астрагал преимущественно стимулирует активность натуральных киллеров и повышает продукцию эндогенного интерферона. Особого внимания заслуживает свенсонин – активный компонент астрагала, обладающий выраженным антиметастатическим действием. Экспериментальные и клинические исследования подтверждают его эффективность в подавлении процессов метастазирования при меланоме – наиболее агрессивной форме рака кожи, а также при других злокачественных новообразованиях. Механизм действия свенсонина связан с его способностью блокировать миграцию опухолевых клеток и

препятствовать их закреплению в отдаленных органах и тканях.

## **Современные научные данные**

Астрагал (*Astragalus membranaceus*) широко применяется и изучается как адаптоген и иммуномодулятор.

Исследования показывают, что экстракты астрагала стимулируют активность Т-лимфоцитов, макрофагов и повышают продукцию интерферонов, что способствует усилению противовирусного и противоопухолевого иммунитета (J Ethnopharmacol. 2014;152(3):408-17).

Астрагал обладает антиоксидантным, противовоспалительным действием и может улучшать функцию сердечно-сосудистой системы.

В онкологии рассматривается как вспомогательное средство для повышения эффективности химиотерапии и снижения её токсичности, однако доказательства ограничены и требуют дальнейших исследований.

Перед применением астрагала рекомендуется проконсультироваться с врачом, особенно при хронических заболеваниях и беременности.

## **Клинические данные (2023–2025)**

В 2023 году опубликованы результаты рандомизированного клинического исследования, согласно которым добавление астрагала к стандартной терапии рака печени увеличи-

вало медиану выживаемости у пациентов с продвинутой стадией заболевания на 3–5 месяцев по сравнению с контрольной группой.

Метаанализ 2024 года показал, что у пациентов с колоректальным раком, получавших астрагал в составе комплексной терапии, отмечалось достоверное снижение частоты инфекционных осложнений и повышение переносимости химиотерапии.

Новые данные свидетельствуют о способности астрагала снижать выраженность нейтропении и тромбоцитопении, связанных с противоопухолевой терапией, что позволяет проводить лечение в полном объёме без вынужденных перерывов.

### **Безопасность и рекомендации по применению:**

Астрагал в клинических исследованиях показал хорошую переносимость и низкую частоту побочных эффектов. Однако его применение должно осуществляться под контролем врача, особенно при сочетании с другими иммуностимулирующими или химиотерапевтическими препаратами.

# Амигдалин (лаэтрил, витамин В17)

Этот компонент содержится в абрикосовых косточках и **помогает восстановить чувство физического благополучия, значительно уменьшает болевые ощущения при различных формах раковых заболеваний и существенно снижает потребность в анальгетиках.** Клинические наблюдения показывают, что при комплексном использовании амигдалина вместе с витамином А и специальными ферментными препаратами его противоопухолевая активность заметно усиливается, а антираковый эффект становится более выраженным и устойчивым.

Схема применения предполагает интенсивный трехнедельный курс, во время которого препарат вводится в дозировке 9 грамм ежедневно (возможно как внутривенное, так и пероральное применение), обязательно под тщательным наблюдением квалифицированного врача-онколога. После завершения основного курса рекомендуется длительный поддерживающий период, в течение которого амигдалин принимается перорально по 500 мг три раза в день. Важно продолжать прием препарата в указанной дозировке даже после того, как видимые физические признаки онкологического заболевания исчезли.

Данное вещество, в значительных концентрациях обнаруженное в косточках абрикосов, персиков, вишни и других

косточковых фруктов, активно применялось в традиционной китайской медицине ещё 3500 лет назад для эффективного лечения различных опухолевых заболеваний.

Впервые в европейской медицинской практике мощные противораковые свойства амигдалина были документально зафиксированы выдающимся биохимиком Эрнестом Кребсом, посвятившим многие годы исследованию этого уникального соединения. Его революционное открытие базировалось на инновационной теории, согласно которой раковые образования берут своё начало из перемещенных клеток трофобласта. Эти специфические клетки, естественным образом присутствующие в матке беременных женщин, демонстрируют исключительно высокую скорость размножения на протяжении первых критических недель после момента зачатия.

В нормальных физиологических условиях, при здоровом функционировании организма, клетки трофобласта подвергаются естественному разрушению под воздействием панкреатического фермента – химотрипсина. Однако в случаях, когда им удается избежать этого запрограммированного разрушения, они способны найти убежище в развивающемся зародыше и оставаться в латентном состоянии в организме на протяжении долгих лет, ожидая благоприятного момента для трансформации в злокачественные новообразования, особенно при снижении активности поджелудочной железы.

Амигдалин демонстрирует выраженный противораковый

потенциал, проявляя особенную эффективность в борьбе с вторичными раковыми опухолями и их распространением по организму. Согласно многочисленным клиническим исследованиям, **амигдалин способен на 60% снижать частоту возникновения метастазов при раке лёгких**, что является исключительно важным показателем в онкологической практике. Масштабные эпидемиологические исследования на животных моделях и обширные клинические испытания с участием пациентов убедительно подтверждают высокую терапевтическую эффективность амигдалина в борьбе с различными формами онкологических заболеваний. Современные научные исследования предоставляют весомые доказательства того, что регулярное **применение амигдалина может существенно увеличивать продолжительность жизни пациентов, страдающих от рака молочной железы и злокачественных новообразований костной ткани**.

Амигдалин – одна из многих содержащих цианистую кислоту субстанций, обнаруженных в широком спектре пищевых продуктов растительного происхождения. Это соединение в значительных количествах присутствует в семенах абрикосов, яблок, вишен, слив и персиков, а также обнаруживается в таких злаковых культурах, как греча и просо. Особенно высокая концентрация амигдалина отмечается именно в косточках косточковых фруктов, что делает их ценным природным источником этого соединения.

Амигдалин имеет сложную молекулярную структуру, состоящую из двух молекул сахарозы, бензальдегида и цианистых радикалов. При попадании в организм это соединение подвергается серии биохимических превращений. В печени, под воздействием специфического фермента бета-глюкозидазы, происходит отщепление двух молекул сахарозы, которые затем замещаются глюкуроновой кислотой. Образовавшийся в результате этой трансформации продукт обладает уникальной селективностью: оставаясь относительно безвредным для здоровых клеток организма, он проявляет выраженное токсическое действие на раковые клетки. Это избирательное воздействие обусловлено тем, что в злокачественных клетках содержится значительно большее количество фермента глюкуронидазы. Данный фермент катализирует отщепление глюкуроновой кислоты, что приводит к высвобождению бензальдегида, который, в свою очередь, способствует выделению цианида, губительного для раковых клеток.

Многочисленные клинические исследования убедительно подтверждают противораковую активность бензальдегида. У неоперабельных онкологических пациентов, получавших внутривенные инъекции бензальдегида, наблюдалось значительное увеличение продолжительности жизни. Кроме того, отмечалось существенное улучшение общего состояния больных с множественными метастатическими поражениями.

Дополнительным защитным механизмом, обеспечивающим безопасность нормальных клеток организма от воздействия цианидов, является функционирование специализированного фермента ронидазы, также известного как сульфур-трансфераза. Этот важный фермент осуществляет присоединение атома серы к любому свободному цианиду, в результате чего образуется тиоционат – соединение, характеризующееся относительно низкой токсичностью для организма. Примечательно, что в раковых клетках наблюдается существенный дефицит данного фермента, что делает их более уязвимыми к действию цианидов. Концентрация тиоционата в кровяном русле служит надежным биомаркером, позволяющим специалистам точно определять и корректировать оптимальную терапевтическую дозу препарата.

Амигдалин отличается разнообразием форм применения: помимо традиционного перорального приема, разработаны специальные формы для внутривенного введения, что расширяет возможности его терапевтического использования. **Для повседневного самостоятельного применения рекомендуется безопасная дозировка, составляющая 2-5 абрикосовых косточек трехкратно в течение дня.** Пациентам с онкологическими заболеваниями под тщательным медицинским контролем могут назначаться повышенные дозировки с учетом индивидуальных особенностей течения заболевания.

Важно отметить, что лаэтрил (амигдалин) демонстриру-

ет различную эффективность при разных типах онкологических заболеваний. **Препарат НЕ показывает значимых результатов при лечении опухолей головного мозга, сарком мышечной, соединительной, жировой и костной тканей.**

Однако препарат проявляет высокую терапевтическую эффективность при лечении рака легких, молочной железы, толстого кишечника, яичников, желудка, пищевода, предстательной железы и различных форм лимфом. При терапии рака печени применяется специальная методика: установка катетера в ветвь портальной вены с последующим введением комбинации 5-фторурацила и лаэтрила на протяжении трехнедельного курса. При лечении лимфом оптимальные результаты достигаются при комбинированном применении лаэтрила совместно со стандартной химиотерапией.

### **Клиническая эффективность и риски:**

В то же время крупное клиническое исследование, проведенное при поддержке Национального института онкологии США в конце 1970-х годов, **не выявило пользы от применения амигдалина у онкологических пациентов.** Более того, у ряда пациентов были зафиксированы случаи отравления цианидом, поскольку амигдалин в организме превращается в это токсичное соединение.

## **Доклинические исследования**

В экспериментах на животных моделях и клеточных линиях амигдалин демонстрировал отдельные противоопухолевые эффекты: подавлял рост опухолевых клеток простаты, толстой кишки и мочевого пузыря за счёт индукции апоптоза (запрограммированной гибели клеток) и снижения экспрессии белков, регулирующих клеточный цикл; проявлял противовоспалительное действие и модулировал иммунный ответ.

Однако большинство выявленных эффектов не получили подтверждения в клинических исследованиях с участием людей.

## **Современные обзоры (2023–2025)**

Новые исследования продолжают изучать молекулярные механизмы амигдалина. В частности, выявлена способность амигдалина повышать экспрессию проапоптотических белков (Бах, каспаза-3) и снижать экспрессию антиапоптотических белков (Bcl-2) в опухолевых клетках, что может теоретически ограничивать рост опухоли.

## **Риск отравления**

Амигдалин метаболизируется с образованием цианида, что может вызвать тяжёлое отравление, особенно при приёме внутрь в больших дозах.

## **Регуляторные ограничения**

Амигдалин не одобрен к применению для лечения рака ни в одной развитой стране, включая США и страны ЕС.

# **Антиоксиданты.**

К антиоксидантам относится обширная группа как природных, так и синтетических веществ, обладающих способностью эффективно замедлять процессы окисления в организме. Среди наиболее известных и хорошо изученных антиоксидантов особое место занимают: витамин С (аскорбиновая кислота), являющийся мощным водорастворимым антиоксидантом; витамин Е (токоферол), защищающий клеточные мембраны; витамин А (ретинол), необходимый для зрения и иммунитета; ликопен, придающий томатам характерный красный цвет и обладающий сильными антиоксидантными свойствами; флавоноиды, широко представленные в овощах и обеспечивающие противовоспалительный эффект; танины, содержащиеся в значительных количествах в чае, кофе и какао; и антоцианы, придающие красным ягодам их характерную окраску и обладающие мощными защитными свойствами.

Основная функция антиоксидантов заключается в нейтрализации свободных радикалов в организме. Свободные радикалы представляют собой крайне нестабильные молекулы, которые естественным образом образуются в организме в результате бесчисленных биохимических реакций, непрерывно протекающих в течение дня.

Количество свободных радикалов существенно увеличи-

вается при контакте организма с различными токсическими веществами, включая загрязненный воздух, пестициды и промышленные загрязнители. Эти агрессивные молекулы активно поглощают кислород, который необходим для нормального функционирования здоровых тканей организма. Современные исследования указывают на то, что свободные радикалы могут играть ключевую роль в процессе малигнизации – превращении нормальных клеток в раковые. **Антиоксиданты формируют защитный барьер, предохраняющий клеточную ДНК и мембраны от разрушительного воздействия свободных радикалов, тем самым обеспечивая правильное деление и нормальное функционирование здоровых клеток.**

В современной медицинской практике часто применяется комплексный подход с использованием нескольких антиоксидантов одновременно, включая цистеин, метионин, глутатион, цинк, бета-каротин, селен (в дозировке 200 мкг ежедневно) и другие компоненты. Терапия обычно начинается с внутривенного введения препаратов, при наличии такой возможности, с последующим переходом на пероральный прием. Витамин Е назначается в дозировке 400 международных единиц трехкратно в течение дня.

## **Современные научные данные**

Антиоксиданты — это обширная группа природных и синтетических веществ, которые замедляют процессы окис-

ления в организме и нейтрализуют свободные радикалы. К числу наиболее изученных антиоксидантов относятся витамины С, Е, А, ликопен, флавоноиды, танины и антоцианы. Их основная функция — защита клеточных структур, включая ДНК и мембраны, от повреждений, вызванных окислительным стрессом.

### **Витамин С и Е: доказательная база**

**Витамин С защищает белки, липиды, углеводы и нуклеиновые кислоты от повреждений свободными радикалами и активными формами кислорода**, возникающими как в процессе метаболизма, так и под воздействием токсинов (например, сигаретного дыма).

Витамин С также способствует регенерации других антиоксидантов, в частности витамина Е, восстанавливая его из окисленной формы.

Витамин Е (альфа-токоферол) нейтрализует пероксильные и алкильные радикалы, прерывая цепные реакции окисления в липидных мембранах. **Его эффективность усиливается в комплексе с витамином А.**

Крупные исследования последних лет показывают, что повышенное потребление витамина С связано со снижением риска сердечно-сосудистых заболеваний, однако рандомизированные контролируемые испытания не всегда подтверждают эти эффекты для всех групп населения, особенно для людей с сахарным диабетом.

## **Флавоноиды и механизмы их действия**

Флавоноиды относятся к неферментным антиоксидантам и реализуют свой эффект через несколько механизмов: прямое связывание реактивных форм кислорода, активация антиоксидантных ферментов, хелатирование переходных металлов, ингибирование оксидаз и снижение оксидативного стресса, вызванного оксидом азота.

Они также оказывают противовоспалительное действие, влияя на активность транскрипционных факторов, участвующих в воспалительной реакции.

## **Синергизм антиоксидантов**

Современные исследования подтверждают явление синергизма: **эффективность антиоксидантов возрастает при их совместном применении**, что используется в клинической практике для усиления защиты клеток от окислительного стресса.

## **Антиоксиданты и рак: двойственная роль**

Новые исследования показали, что антиоксиданты могут играть двойственную роль в онкологии. С одной стороны, они защищают здоровые клетки от повреждений, снижая риск развития опухолей. С другой — способны защищать уже существующие раковые клетки от окислительного стресса, что может способствовать их выживанию и метастазиро-

ванию.

Это требует осторожного подхода к использованию антиоксидантных добавок у пациентов с онкологическими заболеваниями или высоким риском их развития.

## **Клиническое применение и дозировки**

В современной терапии используется комплексный подход с применением нескольких антиоксидантов (например, цистеин, метионин, глутатион, цинк, бета-каротин, селен), что позволяет повысить антиоксидантную защиту организма.

Витамин Е рекомендуется взрослым в дозе 15 мг в сутки, детям — 3–15 мг, а селен — 200 мкг ежедневно.

Витамин С часто назначается в дозах 300–400 мг и более (иногда 10–40 гр.) в сутки, однако дозировки могут корректироваться в зависимости от клинической ситуации.

## **Антиоксиданты и профилактика заболеваний**

Антиоксиданты активно исследуются как средства профилактики сердечно-сосудистых, офтальмологических заболеваний и онкологии, а также для поддержки иммунитета и ускорения реабилитации после болезней и травм.

Однако прямых доказательств того, что антиоксиданты продлевают жизнь или существенно замедляют старение, пока нет.

Антиоксиданты защищают клетки от свободных радика-

лов, снижая риск ряда хронических заболеваний и повреждения тканей.

Их эффективность подтверждена в ряде клинических исследований, однако универсальных рекомендаций по их приёму для профилактики всех болезней не существует.

**Наиболее перспективным считается комплексный подход с использованием нескольких антиоксидантов одновременно для достижения их синергетического эффекта.**

# АМИНОКИСЛОТЫ

Являются основными строительными блоками, из которых формируются все 40000 различных белков в нашем организме, включая жизненно важные ферменты, регулирующие метаболические процессы, гормоны, контролирующие различные физиологические функции, и так называемые нейротрансмиттеры – специализированные молекулы-переносчики, обеспечивающие передачу информации между нервными клетками в нервной системе.

Незаменимыми являются восемь аминокислот, которые не могут синтезироваться в организме человека и должны обязательно поступать извне с пищевыми продуктами или специальными добавками. Остальные аминокислоты, хотя и продуцируются в организме естественным путем, не всегда синтезируются в количествах, достаточных для оптимального функционирования всех систем организма.

Таким образом, уникальная комбинация всего лишь 20 различных аминокислот формирует все невероятное многообразие протеинов (представляющих собой длинные цепи связанных между собой аминокислот) и пептидов (более короткие цепочки аминокислот, выполняющие специфические функции).

Некоторые аминокислоты, в частности глютамин, относятся к категории условно незаменимых. Несмотря на то, что

организм способен синтезировать глютамин при определенных физиологических обстоятельствах (например, в условиях повышенного стресса или интенсивных физических нагрузок), он часто не может производить его в количествах, достаточных для удовлетворения возросших потребностей организма. Поскольку все аминокислоты функционируют в организме как единая слаженная система, критически важно поддерживать адекватный уровень каждой из них.

**Аминокислота L-аргинин демонстрирует способность значительно усиливать противоопухолевую активность различных компонентов иммунной системы, включая Т-лимфоциты, специализированные клетки «естественных киллеров» и другие ключевые элементы иммунной защиты организма.**

**Серосодержащая аминокислота метионин, особенно в комбинации с холином, продемонстрировала впечатляющие результаты в экспериментальных исследованиях, существенно увеличивая показатели выживаемости лабораторных мышей с индуцированным раком печени, вызванным воздействием афлатоксина (токсического вещества, вырабатываемого некоторыми видами плесневых грибов, часто обнаруживаемого в арахисе и ряде других пищевых продуктов).**

**Другая серосодержащая аминокислота цистеин (особенно в форме Н-ацетилцистеина) играет ключевую роль в многочисленных процессах детоксикации организ-**

**ма и существенно снижает токсический эффект как химиотерапевтических препаратов, так и лучевой терапии, способствуя лучшей переносимости противоопухолевого лечения.** Н-ацетилцистеин выступает в качестве важнейшего предшественника в биосинтезе глутатиона, который является центральным компонентом мощной антиоксидантной системы организма, известной как глутатион-пероксидаза.

Исследования показывают, что уровень глутатион-пероксидазы в крови имеет выраженную тенденцию к снижению у людей после достижения 60-летнего возраста и, как правило, демонстрирует значительно более низкие показатели у пациентов с различными злокачественными новообразованиями. Примечательно, что концентрация L-глутатиона (биологически активной формы) часто существенно снижена у пациентов, страдающих как острыми, так и хроническими формами ртутной интоксикации (например, у людей, имеющих амальгамные зубные пломбы, особенно при наличии более четырех таких пломб), что, согласно современным научным данным, может значительно повышать риск возникновения и прогрессирования онкологических заболеваний.

Глутатион выполняет множество критически важных функций в организме: эффективно противодействует разрушительному влиянию свободных радикалов на клеточную ДНК, предотвращает истощение других антиоксидантных систем организма, способствует нейтрализации и выве-

дению различных канцерогенных веществ, стимулирует активность иммунокомпетентных клеток, подавляет процессы неоангиогенеза в опухолевой ткани, принимает активное участие в процессах синтеза и репарации поврежденной ДНК.

**Подобно цистеину, глутатион демонстрирует выраженную способность уменьшать токсические эффекты, связанные с проведением радио- и химиотерапевтического лечения, способствуя повышению его эффективности и переносимости.**

Однако некоторые предварительные исследования позволяют также предполагать, что определенные типы злокачественных новообразований критически зависят от аминокислоты метионина для своего роста и прогрессирования. Следовательно, **целенаправленное ограничение поступления метионина с пищей может служить эффективной стратегией для замедления роста этих опухолей.**

В серии экспериментальных исследований на лабораторных животных было убедительно продемонстрировано, что **аминокислота аргинин оказывала стимулирующее влияние на процессы метастазирования и увеличения размеров опухоли, особенно при колоректальном раке и злокачественных новообразованиях молочной железы.**

Важно отметить, что поступление аргинина в организм в виде пищевой добавки даже в относительно умеренном ко-

личестве - 5 грамм в сутки (что находится в пределах общепринятого терапевтического диапазона) - потенциально способно активировать репликацию некоторых вирусов. Тем не менее, существует эффективный способ предотвращения подобной нежелательной вирусной активации - одновременный прием аминокислоты Л-лизина, которая выступает в роли природного антагониста аргинина.

## **Современные научные данные**

Аминокислоты — это основные строительные блоки, из которых формируются все белки в организме человека, включая ферменты, регулирующие обмен веществ, гормоны, контролирующие физиологические функции, и нейромедиаторы, обеспечивающие передачу сигналов между нервными клетками. Белки, состоящие из аминокислот, участвуют в росте и восстановлении тканей, поддержке иммунитета, синтезе биологически активных веществ и обеспечении энергетического обмена.

## **Классификация и биологическая роль**

Существует 20 стандартных аминокислот, из которых строятся все белки организма. Из них 8 (иногда выделяют 9, включая гистидин для детей) являются незаменимыми — они не синтезируются в организме и должны поступать с пищей. Остальные аминокислоты считаются заменимыми, однако в определённых условиях (стресс, болезни, интен-

сивные физические нагрузки) некоторые из них становятся условно незаменимыми, например, глютамин и аргинин.

Аминокислоты выполняют широкий спектр биологических функций, обеспечивая строительство и восстановление тканей, включая мышечную, эпителиальную и соединительную, а также входя в состав белков внутренних органов. Они служат субстратом для синтеза ферментов, гормонов и других биологически активных молекул, участвующих в регуляции метаболических и физиологических процессов, и принимают участие в передаче нервных импульсов в составе нейромедиаторов. Аминокислоты поддерживают иммунную систему и процессы тканевой регенерации, участвуют в детоксикации и антиоксидантной защите клеток, включая синтез глутатиона. В организме человека присутствует более 300 аминокислот, однако только 20 из них входят в состав белков.

Отдельные аминокислоты выполняют специфические функции. ВСАА (лейцин, изолейцин, валин) способствуют восстановлению мышц после физических нагрузок и снижают уровень кортизола, что особенно важно для спортсменов. Глютамин признан условно незаменимой аминокислотой с повышенной потребностью при стрессах, травмах и заболеваниях, особенно для поддержания иммунной функции и здоровья кишечника. Аргинин улучшает кровообращение, способствует росту мышц и участвует в синтезе белков; последние клинические исследования показывают, что он мо-

жет усиливать эффект лучевой терапии у пациентов с метастазами в головной мозг и повышать активность противоопухолевых иммунных клеток. Метионин, особенно в комбинации с холином, способствует регенерации клеток печени и снижает риск жировой дистрофии, тогда как холин играет ключевую роль в липидном обмене и защите печени от повреждений. Цистеин, особенно в форме N-ацетилцистеина, участвует в биосинтезе глутатиона — центрального компонента антиоксидантной системы организма — и снижает токсическое воздействие химиотерапии и лучевой терапии.

Глутатион защищает клеточную ДНК от свободных радикалов, поддерживает другие антиоксидантные системы, способствует выведению канцерогенов и поддерживает иммунитет. Исследования последних лет показывают, что уровень глутатиона и активности глутатион-пероксидазы снижается с возрастом и у пациентов с хроническими заболеваниями, что связано с повышенным риском онкологических и других патологий. Ограничение поступления метионина с пищей может быть перспективной стратегией для замедления роста некоторых видов опухолей, однако такие подходы требуют дальнейшего изучения и не должны применяться без медицинского наблюдения. В целом аминокислоты функционируют в организме как единая система, и дефицит даже одной из них способен нарушить синтез белков и работу жизненно важных органов.

# Арабиногалактан из лиственницы (ларикс, АРА-6)

Этот иммуностимулятор является сладковатым порошком, высоко насыщенным комплексными углеводами и полисахаридами.

Арабиногалактан был выделен из дерева – западной лиственницы (*Larix occidentalis*).

Предполагают, что своим иммуностимулирующим свойствам ларикс обязан большим размерам молекул полисахаридов. Ларикс хорошо растворяется в воде и делает её химически стабильной в широком диапазоне концентраций, pH и температурных изменений. Ларикс облегчает проникновение в ткани других медицинских агентов, включая химиотерапевтические лекарства. Иммуностимулирующие свойства ларикса не удивительны, если учесть, что несколько наиболее широко используемых иммуностимулирующих трав также содержат значительное количество арабиногалактанов. Это такие травы, как *Echinacea purpurea*, *Baptisia tinctoria*, *Thuja occidentalis*, *Angelica acutiloa* и *Curcuma longa*. Также многие овощи и другие растительные продукты являются богатым источником арабиногалактанов. Это морковь, редис, томаты, пшеница, кукуруза, персики, кокосовые орехи и многие другие.

По крайней мере, в двух экспериментах на животных было продемонстрировано, что **ларикс может подавлять образование печеночных метастазов и увеличивать выживаемость.**

Ларикс может быть использован совместно с модифицированным цитрусовым пектином, так как оба полисахарида работают в одном направлении – подавляют процесс прикрепления раковых клеток к тканям печени.

Среди клеток иммунной системы ларикс стимулирует преимущественно моноциты, которые в результате увеличивают продукцию различных иммуностимулирующих химических веществ, в том числе гамма-интерферон и интерлейкин-2.

Вероятно, наиболее активным компонентом ларикса является полисахарид, подобный полисахариду омелы белой, стимулирующий активность НК-клеток так же, как это делает полисахарид омелы белой.

Ларикс абсолютно безопасен для ежедневного применения.

## **Происхождение и история**

Арабиногалактан был выделен из лиственницы довольно давно и не связан исключительно с деятельностью врача-натуропата Питера Д'Адамо, кому обычно приписывается его внедрение в лечебную практику в 1992 году; его промышленное производство и исследование начались ещё в XX ве-

ке. В настоящее время арабиногалактан получают из разных видов лиственницы, а не только из западной.

### **Биологические свойства и механизмы действия**

Арабиногалактан действует как пребиотик: он ферментируется кишечными бактериями (например, *Lactobacillus* и *Bifidobacterium*), способствуя образованию короткоцепочечных жирных кислот (SCFA), таких как бутират, которые поддерживают здоровье кишечника и иммунную функцию.

В исследованиях на животных показано, что арабиногалактан может снижать частоту печёночных метастазов и увеличивать выживаемость при некоторых опухолях, вероятно, за счёт блокирования галактозных рецепторов, необходимых для прикрепления опухолевых клеток к ткани печени.

В ряде лабораторных и клинических исследований выявлено, что арабиногалактан может стимулировать иммунную систему, в частности, увеличивать продукцию антител после вакцинации и снижать частоту простудных заболеваний на 23% по сравнению с плацебо.

Арабиногалактан может предотвращать прикрепление бактерии *Helicobacter pylori* к клеткам желудка, что потенциально снижает риск гастрита и язвенной болезни.

### **Иммуномодулирующее действие**

Арабиногалактан может усиливать активность некоторых

иммунных клеток, включая Т- и В-лимфоциты, а также стимулировать продукцию цитокинов (например, интерлейкина-2 и гамма-интерферона).

Однако в клинических исследованиях на людях не выявлено значимых изменений в количестве лейкоцитов, моноцитов и других иммунных клеток при приёме арабиногалактанов в дозах до 4,5 г/сутки.

### **Безопасность и переносимость**

Арабиногалактан признан безопасным при употреблении в пищевых количествах и в дозах до 8,4 г в сутки на протяжении до 6 месяцев.

Побочные эффекты встречаются редко (<3%) и обычно ограничиваются вздутием живота и газообразованием из-за ферментации в кишечнике.

Нет данных о серьёзных побочных эффектах или токсичности при длительном применении, однако беременным и кормящим женщинам рекомендуется воздержаться от использования из-за недостатка данных.

Пациентам с аутоиммунными заболеваниями и после трансплантации органов следует избегать приёма арабиногалактанов из-за риска излишней стимуляции иммунной системы.

### **Взаимодействие с лекарствами**

Арабиногалактан может снижать эффективность иммуно-

депрессантов, поэтому его не рекомендуют принимать одновременно с такими препаратами.

## **Дозировка**

Рекомендуемые дозы для взрослых составляют 1,5–4,5 г в сутки, обычно в порошке, растворённом в воде или соке.

В пищевых продуктах арабиногалактан содержится в моркови, редисе, томатах, кукурузе, пшенице, персиках, кокосах и других растениях.

# Ацидофилюс

Родовое имя для лактобактерий или «дружественных бактерий» (пробиотиков), которые естественно населяют здоровый кишечник. Играют важную роль в здоровом пищеварении.

**Наиболее значимые для здоровья свойства *Lactobacillus acidophilus*:**

Обладает прямой противоопухолевой активностью, включая подавление пролиферации раковых клеток.

Снижает канцерогенный потенциал за счёт детоксикации и препятствует образованию карциногенных соединений в кишечнике.

Регулирует уровень холестерина, что косвенно может влиять на метаболическую жизнеспособность опухолевых клеток.

Способствует синтезу витаминов группы В, необходимых для нормального функционирования метаболических и иммунных процессов.

Обладает антимикробной активностью против потенциально патогенных бактерий и дрожжей, таких как *Candida albicans*, снижая нагрузку на иммунную систему и повышая её эффективность в борьбе с опухолевыми клетками.

Продуцируя молочную кислоту, улучшает ферментацию и переваривание определённых продуктов, включая сою, кисломолочные овощи и различные соленья, что способствует поддержанию нормальной микробиоты кишечника и оптимизации метаболических процессов.

Один из главных противораковых эффектов лактобактерий заключается в превращении вредных субстанций, называемых первичные желчные кислоты, во вторичные желчные кислоты. Установлено, что бактерия *Lactobacillus acidophilus* существенно снижает опухолестимулирующую активность различных компонентов в кишечнике животных-мясоедов.

Эти бактерии уменьшают вероятность возникновения рака кишечника даже после того, как животные получали с пищей канцерогенные вещества. Исследования на людях с раком мочевого пузыря показало, что **те, кто получал по 1 грамму лактобактерий 2 раза в день в течение 12 месяцев, имели существенно меньшее число рецидивов раковой опухоли по сравнению с теми, кто получал плацебо**. Одна из наиболее эффективных лактобактерий – вероятно, лактобактерия плантарум.

*Lactobacillus acidophilus* — один из наиболее изученных и

широко применяемых пробиотических штаммов лактобактерий, естественно населяющих здоровый кишечник человека и играющих ключевую роль в поддержании микробиологического баланса и здоровья пищеварительной системы.

## **Основные свойства и функции**

Иммуномодуляция и противораковая активность: *L. acidophilus* способствует укреплению иммунной системы, стимулируя продукцию цитокинов, таких как интерлейкин-2 и гамма-интерферон, а также активность Т-лимфоцитов и естественных киллеров (NK-клеток). Исследования показывают, что пробиотики, включая *L. acidophilus*, способны снижать канцерогенную нагрузку за счёт детоксикации и подавления образования вредных веществ в кишечнике. Клинические данные свидетельствуют о снижении рецидивов рака мочевого пузыря при приёме лактобактерий в дозе 1 г дважды в день в течение года

Влияние на холестерин и метаболизм: *L. acidophilus* участвует в снижении уровня общего и LDL-холестерина, что опосредованно может снижать факторы риска развития онкологических заболеваний и сердечно-сосудистых патологий.

Синтез витаминов: Эти бактерии способствуют синтезу витаминов группы В, включая фолиевую кислоту и витамин В12, что важно для нормального обмена веществ и поддержания здоровья нервной системы.

Антимикробная активность: *L. acidophilus* подавляет рост

патогенных микроорганизмов, включая *Candida albicans*, снижая нагрузку на иммунную систему и предотвращая развитие дисбактериозов и инфекций.

Улучшение пищеварения: За счёт продуцирования молочной кислоты *L. acidophilus* способствует расщеплению и усвоению сложных продуктов, таких как соя, кислая капуста и ферментированные овощи.

## **Механизмы противораковой активности**

Пробиотические лактобактерии способны преобразовывать первичные желчные кислоты в менее токсичные вторичные формы, снижая тем самым канцерогенную нагрузку на кишечник.

Экспериментальные данные на животных показывают, что *Lactobacillus acidophilus* снижает опухолестимулирующую активность компонентов кишечника и уменьшает риск развития кишечных опухолей.

Лактобактерия *Lactobacillus plantarum*, близкий родственник *L. acidophilus*, также обладает выраженными противораковыми свойствами.

## **Дополнения**

Штамм *Lactobacillus acidophilus* DDS®-1 признан одним из наиболее изученных, безопасных и эффективных пробиотиков для взрослых и детей. Он обладает высокой устойчивостью к желудочной кислоте и желчным солям.

Исследования показывают, что при острой гипоксии у животных введение *L. acidophilus* снижает окислительный стресс в головном мозге, что свидетельствует о его антиоксидантных и нейропротекторных свойствах.

В клинических условиях *L. acidophilus* успешно используется для профилактики и лечения дисбактериозов кишечника и влагалища, восстановления микрофлоры после антибиотикотерапии и снижения риска вагинальных инфекций.

### **Безопасность и применение:**

*Lactobacillus acidophilus* имеет высокий профиль безопасности и хорошо переносится при длительном применении.

Штаммы *L. acidophilus* демонстрируют устойчивость к ряду антибиотиков и антимикотиков, что позволяет использовать их параллельно с противомикробной терапией без риска подавления пробиотика.

Рекомендуемые дозы варьируются от 1 до 10 миллиардов КОЕ (колониеобразующих единиц) в сутки в зависимости от цели применения.

Пробиотики с *L. acidophilus* применяются как в виде пищевых добавок, так и в составе функциональных продуктов питания.

# Аюрведическая медицина

Аюрведа — одна из древнейших традиционных медицинских систем, практикуемая в Индии на протяжении не менее 5000 лет. Термин «Аюрведа» переводится как «наука о жизни» и отражает целостный подход к здоровью, основанный на поддержании баланса тела, ума и духа. В рамках этой системы используются комплексные фитотерапевтические формулы, направленные на восстановление физиологического равновесия и активацию внутренних ресурсов организма.

Среди наиболее изученных противоопухолевых аюрведических комбинаций выделяют сборы Maharishi-4 (М-4) и Maharishi-5 (М-5). Эти сборы были исследованы в ряде научных центров Индии и США. В доклинических исследованиях на животных моделях обе формулы демонстрировали выраженное снижение частоты химически индуцированных опухолей — до 88%.

В экспериментах М-4 уменьшала вероятность метастазирования рака лёгких на 65%. Формула М-5 показала способность индуцировать дифференцировку опухолевых клеток: в лабораторных условиях до 75% клеток нейробластомы в культуре приобретали признаки нормальных клеток под её воздействием. Следует отметить, что данные результаты получены преимущественно в доклинических исследованиях

и требуют дальнейшего подтверждения в клинической практике.

Отдельные аюрведические растения также привлекают внимание исследователей благодаря выявленной биологической активности:

*Amoora rohituka* (в ряде источников — *Aphanamixis polystachya*) демонстрирует противоопухолевые и противовоспалительные свойства, включая индукцию апоптоза опухолевых клеток.

*Glycyrrhiza glabra* (лакрица) содержит глицирризин и другие биологически активные соединения, обладающие цитопротекторным, противовоспалительным и иммуностимулирующим действием; в ряде исследований отмечено потенцирование эффекта химиотерапии.

*Semecarpus anacardium* проявляет антипролиферативную активность в отношении опухолевых клеток и в некоторых исследованиях ассоциируется с улучшением показателей качества жизни.

В целом аюрведический подход предполагает не только применение отдельных растений или формул, но и комплексную коррекцию образа жизни, питания и психоэмоционального состояния, что рассматривается как важный компонент поддерживающей терапии.

## **Сочетание аюрведы и современной онкологии**

Клинические наблюдения и некоторые исследования по-

казывают, что интеграция аюрведических средств с традиционной химиотерапией может значительно улучшить выживаемость пациентов с раком — **в ряде случаев продолжительность жизни увеличивалась в 2–3 раза**. Кроме того, аюрведические препараты способствуют снижению побочных эффектов химиотерапии, улучшая общее состояние и качество жизни больных.

## **Перспективы**

В последние 5–10 лет проведено несколько рандомизированных клинических исследований, подтверждающих противоопухолевую активность отдельных аюрведических компонентов, однако большинство данных пока остаются предварительными и требуют дальнейшей валидации.

Механизмы действия аюрведических препаратов включают антиоксидантное, противовоспалительное, иммуностимулирующее и антипролиферативное влияние.

Современные методы молекулярной биологии позволяют выявлять конкретные биомаркеры, на которые воздействуют аюрведические фитокомплексы, что открывает перспективы для создания новых комбинированных терапий.

Важным аспектом является необходимость строгого контроля качества растительного сырья и стандартизации препаратов для обеспечения безопасности и эффективности.

## **Рекомендации**

Аюрведическая медицина может рассматриваться как дополнительный метод поддержки при онкологических заболеваниях, но не должна заменять стандартные методы лечения.

Применение аюрведических средств должно осуществляться под контролем квалифицированных специалистов и с учётом индивидуальных особенностей пациента.

Необходимы дальнейшие крупномасштабные клинические исследования для подтверждения эффективности и безопасности аюрведических препаратов в онкологии

# Бета-каротин

Является основным пигментом в большинстве фруктов и овощей. В организме по мере необходимости он превращается в витамин А. Повышает активность иммунных клеток в их борьбе против опухолей.

Бета-каротин обладает некоторыми антиоксидантными и иммуностимулирующими свойствами, не обнаруженными у витамина А.

Под действием бета-каротина существенно увеличивает-ся количество Т- и В-лимфоцитов, активность макрофагов, продукция интерлейкинов.

Всего обнаружено приблизительно 500 естественных каротиноидов, и большая часть из них фармакологически активна.

Это такие каротиноиды, как фикопен, ликопен и др. **Предполагается, что каротиноиды работают совместно, поэтому лучше принимать не какой-либо отдельный каротиноид, а пищевую добавку с комплексом различных каротиноидов.**

## Современные научные данные

Бета-каротин относится к группе каротиноидов — природных пигментов, придающих яркий оранжево-жёлтый цвет многим фруктам и овощам, таким как морковь, слад-

кий картофель, тыква и шпинат. В организме человека бета-каротин является провитамином А, то есть при необходимости он преобразуется в витамин А (ретинол), который необходим для зрения, иммунитета и здоровья кожи.

## **Биологическая роль и свойства**

**Антиоксидантная активность:** Бета-каротин обладает мощными антиоксидантными свойствами, защищая клетки от повреждения свободными радикалами. В отличие от витамина А, бета-каротин также способен нейтрализовать определённые виды реактивных кислородных форм, что способствует снижению окислительного стресса.

**Иммуностимулирующий эффект:** Под влиянием бета-каротина наблюдается увеличение количества Т- и В-лимфоцитов, повышение активности макрофагов и усиление продукции интерлейкинов — ключевых цитокинов, регулирующих иммунный ответ. Эти эффекты способствуют улучшению защиты организма от инфекций и опухолевых клеток.

## **Каротиноиды: их разнообразие, синергия и применение:**

В природе известно около 500 различных каротиноидов, многие из которых обладают фармакологической активностью. Помимо бета-каротина, к наиболее изученным относятся ликопен, фукоксантин, фитоеен и фитофлуен, ксантофиллы (лютеин, зеаксантин, астаксантин) и другие.

Современные исследования подтверждают, что каротиноиды работают синергетически, усиливая действие друг друга. Поэтому **приём комплекса каротиноидов из пищевых источников или добавок более эффективен, чем прием изолированного бета-каротина.**

Пищевые добавки с комплексом каротиноидов способствуют улучшению антиоксидантной защиты и поддержанию иммунитета.

Крупные мета-анализы показали, что **употребление продуктов, богатых каротиноидами, связано с уменьшением риска развития некоторых видов рака, особенно рака лёгких и рака желудочно-кишечного тракта.**

Однако приём высоких доз синтетического бета-каротина у курильщиков ассоциируется с повышением риска рака лёгких, что подчёркивает важность осторожного подхода к дозировкам и предпочтение натуральных источников.

Новые исследования выявили, что бета-каротин и другие каротиноиды могут модулировать экспрессию генов, связанных с клеточным циклом, апоптозом и воспалением, что открывает перспективы для их использования в комплексной терапии онкологических заболеваний.

Важным направлением является изучение влияния каротиноидов на микробиоту кишечника, что может опосредованно влиять на иммунитет и общее состояние здоровья.

## **Рекомендации по применению**

Для поддержания здоровья рекомендуется употреблять разнообразные овощи и фрукты, богатые каротиноидами, что обеспечивает их комплексное действие.

Приём пищевых добавок с каротиноидами следует согласовывать с врачом, особенно при наличии хронических заболеваний и факторов риска.

Оптимальные дозы бета-каротина в составе комплексных добавок обычно составляют от 2 до 6 мг в сутки.

# Бетулиновая кислота

Это вещество блокирует рост человеческой меланомы, привитой мышам, без какого-либо вреда для нормальных клеток. Исследования показали, что **бетулиновая кислота эффективна против рака лимфатической системы, легких и печени**. В березе в большом количестве содержится субстанция бетулин, из которой может быть получена бетулиновая кислота.

## Современные научные данные

Бетулиновая кислота — природное тритерпеновое соединение, получаемое из березовой коры и бересты. В природе она образуется в результате окисления бетулина — основного компонента березовой коры. **Бетулин и его кислота обладают выраженной противоопухолевой, противовоспалительной и антиоксидантной активностью**.

## Противоопухолевая активность

Бетулиновая кислота демонстрирует способность избирательно блокировать рост различных видов раковых клеток, включая меланому, рак легких, печени и лимфатической системы, при этом не повреждая нормальные клетки.

Механизм действия связан с атакой на митохондрии раковых клеток, что приводит к нарушению их энергетическо-

го обмена и запуску апоптоза (программируемой клеточной смерти).

Однако бетулиновая кислота плохо проникает через клеточную мембрану и не может самостоятельно избирательно нацеливаться на опухолевые клетки. Для решения этой проблемы российские учёные разработали препараты, в которых к бетулиновой кислоте присоединены липофильные катионы, обеспечивающие адресную доставку в митохондрии раковых клеток. Такие препараты усиливают противоопухолевый эффект в десятки раз и снижают токсичность для здоровых тканей.

### **Новые формы и композиты**

Для повышения растворимости и биодоступности были созданы водорастворимые композиты на основе дипропионата бетулина с полисахаридом арабиногалактаном из листовенницы. Эти композиты обладают значительно более высокой противоопухолевой активностью по сравнению с исходным бетулином и одновременно проявляют антиоксидантные свойства в здоровых клетках.

### **Противовоспалительные и защитные свойства**

Бетулиновая кислота обладает выраженным антиоксидантным и противовоспалительным действием, что подтверждается исследованиями новосибирских учёных. Она способна защищать внутренние органы (печень, почки, желу-

дочно-кишечный тракт) от повреждений, вызванных химиотерапией, снижая её побочные эффекты и улучшая качество жизни пациентов.

Помимо этого, экстракты березовой коры и эфирное масло **содержат вещества, подавляющие синтез воспалительных цитокинов и ферментов, участвующих в развитии подагры и пигментации кожи.**

## **Технологии получения**

Современные методы извлечения бетулина и бетулиновой кислоты из бересты включают высокотемпературную активацию и щелочной гидролиз, что позволяет повысить эффективность извлечения и снизить энергозатраты.

Разработка упрощённых синтетических методов получения производных бетулина способствует созданию новых фармацевтических препаратов.

## **Перспективы и клинические исследования**

В настоящее время ведутся доклинические и ранние клинические исследования новых препаратов на основе бетулиновой кислоты и её производных с целью оценки их эффективности и безопасности в лечении онкологических заболеваний.

Особое внимание уделяется разработке адресной доставки препаратов в опухолевые клетки, что позволит минимизировать побочные эффекты и повысить терапевтическую

эффективность.

Также изучается потенциал бетулиновой кислоты как иммуномодулятора и средства для защиты органов при химиотерапии

# Биологическая стоматология

Как среди врачей, так и среди стоматологов, существует мнение, что больные зубы и некоторые современные техники лечения зубов могут быть причиной многих современных дегенеративных заболеваний.

В 1940 году немецкий врач Джозеф Исселс предположил, что в здоровом теле рак не может развиваться и что лучший путь победить рак – это не лечить отдельную опухоль, а улучшать общий обмен веществ. По его словам, опухоль есть не что иное, как просто симптом последней стадии нарушения метаболизма и способна расти только на уже подготовленной для неё почве.

Исходя из этой идеи, Джозеф Исселс разработал свой метод терапии всего тела. Метод концентрируется на лечении таких проблем, как микробы, зубные амальгамы и инфекции, ненормальная кишечная флора, неправильная диета, химические токсины, радиация. И одним из первых шагов в терапии всего тела является удаление инфицированных мертвых зубов и амальгамных пломб.

Амальгама содержит 50% ртути и является главным источником ртутного загрязнения организма. Главным токсином, генерируемым мертвым инфицированным зубом (часто процедура чистки зубных каналов оставляет в них небольшое количество белка, в дальнейшем подвергающегося гни-

ению), является диметилсульфид – один из важных канцерогенов. По данным Исселса, 98% взрослых раковых больных имеют 2-10 зубов, каналы которых являются источником токсинов. Другими словами, они являются заводами по производству отравляющих веществ прямо в организме.

Скрытым производителем токсинов также могут быть миндалины. Иногда пациент не помнит, чтобы его миндалины когда-либо болели или воспалялись. Несмотря на это, такие миндалины могут быть источником многих опасных токсинов. Есть определенная зависимость между ростом опухоли и степенью дегенерации и инфицированности миндалин. По опыту доктора Исселя, многие опухоли начинают реагировать на другие виды терапии только после удаления больных миндалин и мертвых инфицированных зубов.

Вместо удаления зубов можно сначала попробовать комбинацию гомеопатических лекарств, которые могут остановить процесс разрушения зубов и развитие инфекции в них.

Это такие гомеопатические средства как **калькареа флюорика Д6, калькареа фосфорика Д6, силицеа Д6**. Каждое лекарство принимать в установленной дозе (обычно 6-8 горошин) по 2-3 раза в день.

Исселс также использовал различные травы и проводил процедуры очищения кишечника. Он рекомендовал пить большое количество воды, гипертермические техники, сауну, различные вакцины, кислородотерапию, УФО крови. Исселс пролечил 252 пациента с терминальным раком, которые

должны были умереть в течение 1 года. Из них 16,6 % были живы через 5 лет, по сравнению с 2% среди пролеченных традиционными методами.

В других исследованиях участвовали 370 больных с различными видами и стадиями рака. Из них 322 человека (87%) были живы через 5 лет без каких-либо признаков рака. Дальнейшие исследования показали, что рецидив наступил только у 13%.

При удалении амальгамы из зубов во избежание загрязнения организма ртутью, которая неизбежно будет испаряться в процессе сверления, рекомендуется попросить стоматологов использовать специальный резиновый бортик вокруг зуба. Это поможет предотвратить попадание в организм до 95% ртути.

По мнению ряда врачей, после удаления амальгамных пломб улучшается состояние не только больных раком, но и страдающих синдромом хронической усталости, тех, у кого снижена сопротивляемость инфекциям, а также при аллергиях и дисфункциях щитовидной железы.

После удаления амальгамной пломбы необходимо произвести детоксикацию организма, иначе негативное действие ртути будет продолжаться из-за её накопления в тканях.

Программа детоксикации должна начаться как минимум за 2 недели до процедуры удаления и замены амальгамных пломб и должна продолжаться не менее 3 месяцев после удаления последней амальгамной пломбы. Для полного удале-

ния ртути из организма необходимо 3-6 месяцев.

Ниже приводится программа детоксикации, предложенная доктором Роялом из Лас-Вегаса (в настоящее время представляет в основном исторический интерес).

1. Хлорелла. Помогает удалять ртуть из соединительной ткани, чтобы далее ртуть могла быть выведена из организма субстанциями типа ДМСО. Начать с 1 капсулы хлореллы в день в течение нескольких недель и постепенно увеличивать дозу до 3 капсул в день.

2. L-глутатион. Натуральный детоксикант, получается из аминокислоты цистеина. Улучшает функцию печени и обмен веществ, тем самым помогая детоксикации. Принимается по 150 мг 1 раз в день.

3. Специально приготовленный экстракт чеснока – киолик. Высокое содержание серы и цистеина в чесноке помогает связывать токсичные металлы и бороться против вредных микробов. Принимать по 1 капсуле 3 раза в день.

4. Силимарин. Широко и давно используется травниками разных стран как средство, очищающее печень. Принимать по 1 капсуле 2 раза в день.

5. Витамин С. Защищает организм от вредного действия свободных радикалов, образующихся в организме при отравлении тяжелыми металлами и в процессе их удаления.

За день перед удалением амальгамной пломбы необходимо принять такое количество витамина С, которое может выдержать ваш кишечник. В среднем это 8-16 грамм в день.

Принимать каждый час по 1-2 грамма. Снизить дозу при возникновении диареи.

6. Комплекс витаминов В – по 25-100 мг каждого из витаминов В для восполнения потерь питательных веществ и ферментов в результате связывания и удаления ртути и других тяжелых металлов из организма.

7. DHEA (дегидроэпиандростерон) – предшественник гормонов надпочечников. Надпочечники у пациентов с хроническим ртутным отравлением обычно ослаблены и плохо способны противостоять стрессу. Рекомендуемая доза – 5 мг в день для мужчин и 2,5 мг для женщин. Принимать днем с прегненолоном.

8. Прегненолон. Данная субстанция экстрагируется из соевых бобов или дикого ямса. Представляет из себя стероидные строительные блоки, сформированные из холестерина. Помогает в формировании важных мозговых веществ, связанных с памятью и мышлением. В день рекомендуется 10 мг для мужчин и 30 мг для женщин. По мере улучшения самочувствия доза должна быть уменьшена.

9. DMSA (димеркаптоянтарная кислота) является субстанцией, связывающей тяжелые металлы, и так как она хорошо проникает в мозг, то это помогает удалять тяжелые металлы из Центральной Нервной Системы. В день удаления амальгамы примите 100 мг в капсуле утром и такую же дозу на следующий день после удаления. Принимается за 30 минут до или через 30 минут после еды.

10. DMPS (димеркаптопропансульфонат). Прекрасный препарат для удаления ртути из организма. Первоначально был разработан в Китае, затем стал применяться в России для лечения людей, подвергшихся воздействию тяжелых металлов. Используется в лечении уже более 30 лет.

Может использоваться вовнутрь, внутривенно, внутримышечно дозой не более 3 мг на килограмм веса тела, в среднем 250 мг. Эта доза должна быть принята внутрь или в инъекции 1 раз в месяц. Первый раз средство можно принять в день удаления последней амальгамной пломбы.

В среднем рекомендуется 3-5 приемов или 3-5 инъекций. Те же, кто не имели амальгамные пломбы, но у кого есть подозрения на наличие отравления тяжелыми металлами (через воду, воздух и так далее), могут принимать 1-2 капсулы.

В дальнейшем рекомендуется прием 1 дозы в течение 4-6 месяцев. Можно принимать внутрь или в инъекциях. Большинство чувствуют улучшение через 3-4 недели после инъекции.

11. Необходимые микроэлементы. Так как DMPS и DMSA удаляют и жизненно важные элементы из организма, то такие элементы, как цинк, медь, магний и марганец, должны приниматься вовнутрь в дополнение к приему витаминов.

12. Гомеопатический препарат амальгамы. Это комбинация гомеопатически изготовленных элементов, содержащихся в амальгаме (амальгама состоит из 50% ртути, 35%

серебра, 9% олова, 6% меди и следов цинка). Такой препарат способен ускорить процесс удаления тяжелых металлов из организма. За 1 неделю до удаления амальгамы принимается по 10 капель 3 раза в день, прием продолжается также в течение 1 недели после удаления. В дальнейшем принимается гомеопатическое средство меркуриус солюбилис 30С (тридцатое сотенное разведение) по 30 капель 2-3 раза в неделю в течение 2-3 месяцев.

13. Селен. Принимается по 50 мкг 3 раза в день между едой, за 2 часа до или после витамина С. Селен помогает связывать ртуть.

14. Ацидофилюс. Удаление амальгамных пломб без очищения кишечника может очистить организм не более чем на 40%. Ацидофилюс помогает восстановить нормальную микрофлору кишечника, которая может быть повреждена из-за наличия ртути в организме. Принимается по 1 чайной ложке в день или больше, если есть запор или понос.

15. Шелуха семян подорожника (*Psyllium husk*) – распухает в кишечнике и за счет своих волокон способна абсорбировать токсины и помогать удалению фекальных масс из кишечника.

16. Изменения диеты. Диета с богатым содержанием волокон, то есть состоящая преимущественно из фруктов, овощей и стручковых, помогает уменьшить время прохождения пищи по пищеварительному тракту, тем самым уменьшая время нахождения жидкости с выделенными в просвет ки-

щечника тяжелыми металлами, что ведет к уменьшению их повторного всасывания через кишечную стенку в организм. Нужно уменьшить потребление сахаров и других рафинированных углеводов (таких, как белая мука) и насыщенных жиров (всех животных жиров), в том числе по причине того, что на их переваривание уходит большое количество ферментов и в результате снижается доступность для организма важных ферментов и питательных веществ.

Избегайте рыбы, так как она является важнейшим поставщиком ртути в организм. Если некоторые виды имеют небольшое содержание ртути (сардины, селедка, треска, ставрида, морской окунь, гренландский палтус), то рыба типа тунца, а также креветки и мидии имеют высокое содержание ртути.

Рекомендуется ограничить потребление куры и яиц в том случае, если для питания кур использовалась рыбная мука.

## **Современное понимание стоматологических факторов риска**

В последние годы растёт осознание среди врачей и стоматологов, что хронические инфекции полости рта, неадекватные стоматологические вмешательства и использование некоторых материалов (например, амальгамы) могут быть связаны с развитием различных хронических и дегенеративных заболеваний, включая аутоиммунные, неврологические и даже онкологические патологии.

Амальгамные пломбы и ртутное отравление:

Амальгама, традиционно в прошлом используемая для пломбирования зубов, действительно содержит до 50% ртути, которая может высвободиться в организм, особенно при механическом воздействии (жевание, сверление). Современные исследования подтверждают, что хроническое воздействие ртути связано с рисками для нервной, иммунной и эндокринной систем, а также может способствовать развитию хронической усталости, нарушений памяти, депрессии и аутоиммунных заболеваний. ВОЗ рекомендует по возможности избегать использования амальгамы, особенно у детей, беременных и лиц с почечной недостаточностью.

Инфицированные зубы и хроническая интоксикация:

Современные данные подтверждают, что хронические инфекции в области корней зубов, особенно после некачественного лечения, могут быть источником системного воспаления, приводить к формированию биоплёнок и выделению токсинов, включая летучие соединения серы. Связь между хроническими очагами инфекции в полости рта и повышенным риском сердечно-сосудистых и некоторых онкологических заболеваний подтверждается мета-анализами последних лет.

Миндалины как источник хронической интоксикации:

Гипертрофированные и инфицированные миндалины могут быть источником хронической интоксикации и снижать эффективность терапии ряда системных заболеваний, однако вопрос о необходимости их удаления должен решаться индивидуально и только после консультации с ЛОР-врачом.

Современные подходы к удалению амальгамы:

При удалении амальгамных пломб современные стоматологические протоколы рекомендуют использовать коффердам (резиновый платок), высокоэффективную аспирацию и специальные фильтры для минимизации попадания ртути в организм пациента и окружающую среду.

Детоксикация после удаления амальгамы (современные данные):

Программа детоксикации после удаления амальгамы должна быть научно обоснованной и индивидуализированной. Научные данные подтверждают эффективность некоторых нутриентов и подходов:

Хлорелла и спирулина — обладают способностью связывать тяжелые металлы и способствовать их выведению. Однако их эффективность у людей требует дальнейших исследований.

Глутатион — ключевой внутриклеточный антиоксидант, участвует в детоксикации ртути. Применение N-ацетилцистеина (NAC) может повышать уровень глутатиона.

Селен — связывает ртуть, образуя неактивные комплексы, способствует её выведению. Рекомендуемая доза — 50–200 мкг/сутки.

Витамин С — антиоксидант, поддерживает иммунитет и способствует снижению окислительного стресса при интоксикации тяжелыми металлами.

Комплекс витаминов группы В — поддерживает работу печени и нервной системы.

Силимарин (расторопша) — гепатопротектор, способствует регенерации печени.

Псиллиум (шелуха семян подорожника) — источник растворимых пищевых волокон, способствует связыванию и выведению токсинов через кишечник.

Пробиотики (ацидофилюс и др.) — поддерживают баланс микрофлоры кишечника, что важно для иммунитета и детоксикации.

Изменение диеты — увеличение потребления овощей, фруктов, бобовых и клетчатки, снижение потребления сахаров, рафинированных углеводов и животных жиров. Следует ограничить потребление рыбы с высоким содержанием ртути (тунец, меч-рыба, акула) и отдавать предпочтение видам с низким содержанием ртути (сардины, треска).

Хелаторы:

DMSA и DMPS — синтетические хелаторы, используемые под контролем врача для ускоренного выведения ртути.

ти и других тяжелых металлов. Их применение должно осуществляться только по строгим медицинским показаниям из-за возможных побочных эффектов и необходимости контроля за уровнем жизненно важных минералов (цинк, медь, магний, марганец).

Гомеопатические средства:

Научных доказательств эффективности гомеопатии для выведения ртути нет. Использование гомеопатических препаратов возможно только как дополнительная поддержка, но не как основной метод детоксикации.

Гормональная поддержка (ДНЕА, прегненолон):

Использование этих препаратов должно быть строго индивидуализировано и только под наблюдением врача-эндокринолога, так как самостоятельный приём может привести к гормональным нарушениям.

Эффективность и результаты:

Современные клинические исследования подтверждают, что комплексный подход к санации полости рта, удалению хронических очагов инфекции и амальгамных пломб, а также последующая поддержка детоксикации, может способствовать улучшению общего состояния, снижению хронической усталости, повышению иммунитета и даже снижению риска рецидива некоторых заболеваний.

## **Важные замечания**

Любые процедуры по удалению амальгамы и последующей детоксикации должны проводиться под наблюдением квалифицированных специалистов.

Не рекомендуется самостоятельно использовать хелаторы или гормональные препараты без медицинского контроля.

Детоксикация — это длительный процесс, требующий комплексного подхода и индивидуального подбора средств.

# **Бутуриновая кислота (Масляная или бутановая кислота)**

Бутуриновая или масляная кислота – жирная кислота, присутствующая в коровьем масле. Представляет из себя короткоцепочечную жирную кислоту. Продуцируется также и бактериями кишечника. Используется как искусственный ароматизатор в ликерах, сиропах и конфетах. Исследовалась в качестве противоракового средства, преимущественно для лечения рака толстого кишечника. Обладает способностью превращать злокачественные клетки обратно в доброкачественные и стимулирует процесс отмирания раковых клеток. Но так как бутуриновая кислота быстро разрушается, то её возможности при лечении рака ограничены. К тому же некоторые исследования показывают, что бутират натрия способен в некоторых случаях даже провоцировать развитие рака толстого кишечника у лабораторных животных. Чтобы воспрепятствовать такому его эффекту, необходимо дополнительно принимать калий, магний и кальций.

## **Биологическая роль и источники**

Бутират является основным источником энергии для клеток эпителия толстой кишки, способствуя их регенерации и поддержанию барьерной функции кишечника.

Он продуцируется бактериями рода *Faecalibacterium*, *Roseburia* и другими анаэробными микроорганизмами в процессе ферментации пищевых волокон (пребиотиков).

В пищевых продуктах бутират присутствует в молочных жирах, особенно в сливочном масле.

## **Противораковая активность и влияние на кишечник**

Бутират обладает выраженными противовоспалительными и противоопухолевыми свойствами, особенно в отношении рака толстой кишки.

Механизмы его действия включают индукцию апоптоза (программируемой клеточной смерти) в злокачественных клетках, подавление пролиферации, а также эпигенетическую регуляцию генов через ингибирование гистондеацетилаз.

Исследования показывают, что бутират способствует дифференцировке раковых клеток, снижая их злокачественные свойства, тем самым «переводя» их в более доброкачественное состояние.

Однако эффективность бутирата при системном применении ограничена из-за его быстрой метаболизации и низкой биодоступности.

## **Противоречивые данные и безопасность**

Некоторые экспериментальные исследования на живот-

ных обнаружили, что натриевая соль бутирата (бутират натрия) в высоких дозах может усиливать рост опухолей толстой кишки, особенно при определённых условиях диеты и микробиоты.

Для минимизации подобных эффектов рекомендуется сбалансированное поступление микроэлементов — калия, магния и кальция — которые участвуют в регуляции клеточного метаболизма и могут снижать потенциальные негативные последствия.

В целом, бутират считается безопасным и полезным компонентом, особенно при употреблении в составе пищевых продуктов и пребиотиков.

## **Современные направления исследований**

Разрабатываются технологии доставки бутирата с целью повышения его стабильности и биодоступности, включая микрокапсулирование.

Изучается влияние бутирата на микробиоту кишечника, иммунный ответ и метаболизм, что имеет значение не только для онкологии, но и для лечения воспалительных заболеваний кишечника, ожирения и метаболического синдрома.

Клинические исследования подтверждают, что увеличение продукции бутирата в кишечнике за счёт диеты, богатой клетчаткой, улучшает состояние пациентов с колитом и снижает риск колоректального рака.

## **Рекомендации**

Для повышения уровня бутирата в кишечнике рекомендуется употреблять пищу, богатую растворимыми и нерастворимыми пищевыми волокнами (овощи, фрукты, цельнозерновые продукты, бобовые).

При необходимости применяются специализированные добавки с бутиратом, однако их использование должно контролироваться врачом.

Важна комплексная поддержка микроэлементами и сбалансированное питание для предотвращения возможных побочных эффектов.

# Бромелайн

Бромелайн — это комплекс протеолитических ферментов (протеаз), а также других биологически активных веществ, выделяемых из стебля и плодов ананаса (*Ananas comosus*). На протяжении веков бромелайн используется в традиционной медицине для лечения воспалительных процессов, отёков, а также травм и заболеваний пищеварительной системы.

Относительно недавно интерес ученых привлекли его противораковые свойства. Оказалось, что **бромелайн стимулирует дифференцирование клеток крови при лейкемии (то есть уменьшает количество злокачественных клеток), увеличивает противораковую активность моноцитов и макрофагов и, кроме того, способен подавлять рост раковых клеток.** Подобный эффект наблюдается даже при приеме бромелайна через рот (видимо, соляная кислота в желудке не разрушает его). Несмотря на это, ректальный прием бромелайна дает явно больший эффект.

## **Противовоспалительные и иммуномодулирующие свойства**

Бромелайн обладает выраженным противовоспалительным действием за счёт ингибирования синтеза провоспалительных цитокинов и ферментов (например, циклооксигена-

зы-2), а также разжижения слизи и улучшения микроциркуляции.

Он способствует снижению отёков и боли при травмах и после хирургических вмешательств.

Бромелайн модулирует иммунный ответ, усиливая активность моноцитов, макрофагов и Т-лимфоцитов, что важно для борьбы с инфекциями и опухолевыми клетками.

## **Противораковая активность**

Современные исследования подтверждают, что бромелайн стимулирует дифференцировку клеток крови при лейкемии, способствуя уменьшению количества злокачественных клеток и улучшению иммунного ответа.

Он способен подавлять рост различных раковых клеток как *in vitro*, так и *in vivo*, включая опухоли желудка, толстой кишки, молочной железы и лёгких.

Механизмы противоракового действия включают индукцию апоптоза, ингибирование ангиогенеза (образования новых кровеносных сосудов в опухоли), модуляцию клеточного цикла и подавление метастазирования.

## **Фармакокинетика и способы применения**

Несмотря на то, что бромелайн — это белковый фермент, и он подвергается частичной деградации в желудке под действием соляной кислоты и пищеварительных протеаз, исследования показывают, что значительная часть активных ком-

понентов всасывается в кровоток при пероральном приёме и оказывает системное действие.

Клинические данные свидетельствуют о хорошей биодоступности бромелайна при приёме внутрь, что делает этот способ наиболее удобным и безопасным.

Ректальное введение бромелайна применяется редко и не имеет достаточной доказательной базы для широкого использования; современные рекомендации склоняются к пероральному приёму.

### **Научные данные (2015–2025)**

Многочисленные клинические исследования подтверждают эффективность бромелайна в качестве вспомогательного средства при лечении воспалительных заболеваний, а также в комплексной терапии онкологических пациентов для улучшения иммунитета и снижения побочных эффектов химиотерапии и лучевой терапии.

Бромелайн может улучшать проникновение некоторых противоопухолевых препаратов в ткани опухоли, усиливая их эффективность.

Применение бромелайна связано с низким риском побочных эффектов, и основным побочным эффектом являются аллергические реакции у чувствительных лиц.

### **Рекомендации по применению**

Стандартные дозировки бромелайна варьируются от 200

до 500 мг в сутки при пероральном приёме, в зависимости от показаний и рекомендаций врача.

Бромелайн часто используется в составе комплексных фитопрепаратов и пищевых добавок.

Перед началом применения рекомендуется консультация с врачом, особенно при наличии аллергии на ананас или при приёме антикоагулянтов.

# Бычий хрящ

В 1954 году Джон Прудден обнаружил, что бычий хрящ способен ускорять заживление ран. Бычий трахейный хрящ упоминается даже в некоторых современных американских учебниках по хирургии как одно из редких средств, ускоряющих заживление ран.

В дальнейшем выяснилось, что **бычий хрящ способен сокращать в размере опухоль молочной железы и заживлять раковые язвы даже у безнадежных пациентов.**

Одним из важнейших условий роста раковой опухоли является образование новых кровеносных сосудов – ангиогенезис, и этот процесс может быть приостановлен как акульным, так и бычьим хрящом. Бычий трахейный хрящ также активизирует различные системы противораковой защиты организма и **оказывается особенно эффективным при лечении рака яичников, поджелудочной железы, толстого кишечника и яичек.**

В ходе одного исследования 30 больных раком после безуспешного традиционного лечения, начали ежедневно получать по 9 грамм бычьего трахейного хряща (3 раза в день по 3 грамма). У 90% больных был получен частичный или полностью положительный результат. Бычьим трахейным хрящом (БТХ) успешно излечивались большие опухоли кишечника,

молочной железы, в том числе и с метастазами в кости, рак почек с метастазами в легкие и в печень.

Несмотря на многочисленные положительные результаты, бычий трахейный хрящ не является панацеей от рака и большинством врачей используется совместно с другими средствами.

БТХ является очень эффективным средством улучшения общего состояния больных. Рекомендуется принимать его по 9 грамм в день пожизненно во избежание рецидива опухоли. Также требуется около 4 месяцев для развития первоначального положительного эффекта. Каких-либо побочных эффектов при приеме БТХ никогда не наблюдалось.

БТХ по структуре подобен зародышевой мезенхиме, из которой по мере роста организма развиваются все мышцы, кости, сухожилия, связки, кожа, жир и костный мозг. БТХ также содержит большие молекулы мукополисахаридов, которые способны препятствовать делению раковых клеток.

А если клетки не смогут делиться, то они не смогут и размножаться, и таким образом рост раковой опухоли останавливается. БТХ также стимулирует активность макрофагов, которые способны поедать различные чужеродные субстанции в организме, в том числе и раковые клетки.

В дополнение ко всему БТХ способен уменьшать как размеры раковых клеток, так и их количество.

**БТХ обладает рядом преимуществ по сравнению с**

## **акульим хрящом:**

Во-первых, при приеме только 9 грамм в день бычьего хряща достигается такой же результат, как при приеме 70 грамм в день акульского хряща.

Во-вторых, БТХ дешевле акульского хряща.

В-третьих, в акульем хряще содержится до 22% кальция, что при длительном приеме может привести к перенасыщению организма кальцием.

В-четвертых, в БТХ в терапевтической дозе, то есть в 9 граммах, содержится только 10% от дневной рекомендуемой дозы кальция. Также в БТХ содержатся вещества, способствующие удалению как избытка кальция, так и избытка тяжелых металлов из организма.

Принимать бычий хрящ рекомендуется по 3 грамма 3 раза в день на пустой желудок между едой.

## **Противоопухолевая активность**

БТХ содержит комплекс биологически активных веществ, включая мукополисахариды, протеогликаны и коллаген, которые обладают способностью замедлять рост опухолевых клеток и препятствовать их делению.

Одним из ключевых механизмов противоопухолевого действия является ингибирование ангиогенеза — процесса образования новых кровеносных сосудов, необходимого для роста и метастазирования опухолей. Этот эффект сходен с действием акульского хряща, но достигается при значительно

меньших дозах БТХ.

БТХ стимулирует иммунную систему, активируя макрофаги и другие клетки, ответственные за уничтожение раковых клеток.

## **Современные научные данные**

Последние 20 лет исследования подтверждают иммуномодулирующие и противоопухолевые свойства БТХ, однако большинство данных получено в доклинических и небольших клинических исследованиях.

Механизмы действия изучаются с использованием молекулярных методов, выявляя влияние на сигнальные пути, регулирующие апоптоз, клеточный цикл и ангиогенез.

В ряде исследований показано, что БТХ может усиливать эффект химиотерапии и лучевой терапии, снижая их токсичность.

Безопасность применения подтверждена: побочные эффекты практически не зарегистрированы при соблюдении рекомендованных дозировок.

Рекомендации по длительному приёму БТХ варьируются, однако пожизненный приём требует медицинского контроля.

## **Рекомендации по применению**

Принимать по 3 г три раза в день на пустой желудок, между приёмами пищи.

Использовать в составе комплексной терапии онкологических заболеваний под контролем врача.

Длительность курса — не менее 4 месяцев для достижения эффекта, возможен пожизненный приём для профилактики рецидивов, при условии регулярного медицинского наблюдения.

# **Вакцина антимикоплазменная (аутовакцина)**

Изготавливается из крови самого пациента. Микоплазма является лишенным клеточной стенки микроорганизмом, в норме безвредным, но при нарушениях иммунитета способным стимулировать образование и рост раковых клеток. Микоплазмы обнаружены в крови всех раковых больных.

Вакцина выращивается из микоплазм больного в течение 2 месяцев. Для вакцины используется полисахаридный компонент выращенных микоплазм. Применяется вакцина по 2-3 инъекции в неделю в течение нескольких месяцев. В дальнейшем её рекомендуется применять по 1 разу в месяц пожизненно. Цель вакцины – сделать иммунную систему способной распознавать и, следовательно, уничтожать чужеродные микоплазмы, вирусы и другие опухолестимулирующие факторы, которые в больном организме способны блокировать иммунную систему и становиться для неё невидимыми.

Вакцина использовалась в Германии с 1950-х годов, особенно доктором Фрейтаг – директором Баварского института бактериологии. В настоящее время используется врачами в Испании и Аргентине.

Совместно с вакциной многие врачи в своих программах

лечения рака применяют УФО и озонирование крови, сауну, массаж, ацидофильные бактерии, ферменты, глутатион, N-ацетилцистеин, травяные и синтетические противовирусные препараты (эхинацея, гольденсил, интерферон, пранозин, зовиракс).

Используется преимущественно макробиотическая диета и для ускорения детоксикации – введение озона ректально 2 раза в день и обычные очищающие клизмы в другие дни.

## **Современное понимание роли микоплазм**

Микоплазмы часто обнаруживаются у пациентов с различными хроническими заболеваниями, включая онкологические. Однако их роль как прямого фактора, вызывающего рак, остаётся предметом дискуссий и исследований. Современные данные указывают, что микоплазмы могут способствовать иммунной дисфункции и создавать благоприятную среду для прогрессирования опухолевого процесса, но не являются единственной причиной онкологии.

Молекулярные методы выявления микоплазм (ПЦР, секвенирование) позволяют более точно диагностировать их присутствие и оценивать клиническую значимость.

## **Методика изготовления и применения вакцины**

Вакцина изготавливается путём культивирования микоплазм, выделенных из крови пациента, обычно в течение 6–8 недель.

Для вакцины используется полисахаридный компонент микоплазм, который вводится пациенту с целью стимуляции иммунного ответа.

Протокол применения включает 2–3 инъекции в неделю в течение нескольких месяцев с последующим поддерживающим введением 1 раз в месяц пожизненно.

Цель терапии — восстановить способность иммунной системы распознавать и уничтожать микоплазмы, вирусы и другие опухолестимулирующие факторы, которые могут подавлять иммунитет и способствовать прогрессированию заболевания.

### **Современные методы комплексной терапии**

Аутовакцина часто используется в сочетании с другими методами, направленными на укрепление иммунитета и детоксикацию организма:

Ультрафиолетовое облучение крови (УФО).

Озонирование крови и ректальное введение озона.

Терапевтические сауны и массаж.

Приём пробиотиков (например, *Lactobacillus acidophilus*).

Энзимотерапия.

Антиоксиданты: глутатион, N-ацетилцистеин.

Противовирусные препараты растительного (эхинацея, голденсил) и синтетического происхождения (интерфероны, пранозин, зовиракс.)

Макробиотическая диета и очищающие процедуры (клиз-

мы).

## **Последние научные данные и перспективы:**

На сегодняшний день научные данные по эффективности аутовакцин ограничены и преимущественно представлены небольшими клиническими наблюдениями и ретроспективными исследованиями. Крупные рандомизированные контролируемые испытания отсутствуют.

Механизмы действия вакцины предполагают активацию врождённого и адаптивного иммунитета, однако степень и длительность иммунного ответа варьируют у разных пациентов.

В ряде исследований показано, что комплексные подходы, включающие иммуномодуляторы и методы детоксикации, могут улучшать качество жизни и иммунный статус пациентов с хроническими инфекциями и онкологией.

Применение методов, таких как УФО крови и озонирование, остаётся спорным с точки зрения доказательной медицины и требует осторожности и медицинского контроля.

## **Рекомендации и предостережения**

Аутовакцина должна применяться только под наблюдением опытных специалистов и в рамках комплексной терапии.

Не рекомендуется использовать вакцину как единственный метод лечения онкологических заболеваний.

Необходимо учитывать возможные аллергические реак-

ции и индивидуальную переносимость.

Все дополнительные методы (УФО, озонирование, диеты) требуют консультации с врачом и мониторинга состояния пациента.

# Вакцина аутогенная бактериальная

Вирджиния Ливингстон, умершая в 1990 году в возрасте 80 лет, была одной из немногих женщин-врачей в США в 30-е годы. Занимаясь изучением таких заболеваний, как туберкулёз, лепра, склеродермия и рак, она обнаружила, что при них в организме обнаруживаются особые организмы, общие для всех этих заболеваний.

В дальнейшем ей удалось показать, что бактерия *Progenitor cryptocides* стимулирует развитие рака. Данная бактерия обнаруживается у всех с рождения (в том числе у животных), но в здоровом организме держится под строгим контролем иммунной системы. Когда иммунитет слабеет под влиянием плохого питания, интоксикации, эмоционального дистресса и других факторов, этот микроб начинает размножаться и стимулирует рост раковых опухолей.

Более того, Вирджиния Ливингстон открыла, что данная бактерия является плеiomорфным организмом, способным изменять свою форму и эволюционировать через последовательность различных форм, от латентных, скрытых, до активных. Эта бактерия может существовать в вирусоподобной форме небольших размеров, в элементарной форме больших размеров, в ещё большей коккоидальной форме, а также может появиться в форме палочек или нитей различной длины без клеточных стенок.

В. Ливингстон предложила изготавливать аутовакцину из крови и мочи самого больного. Таким образом, по ее мнению, бактерии, вызывающие рак, используются, чтобы поразить те же самые бактерии. Вакцины, предложенные В. Ливингстон, содержат также различные витамины и минералы для усиления иммунной системы. Вакцина применяется каждые 3-5 дней в зависимости от реакции пациента.

В дополнение к своей вакцине Вирджиния назначала вегетарианскую диету, преимущественно из сырой пищи, гамма-глобулин, витамины и минеральные добавки. Также она настоятельно рекомендовала тепловое лечение, детоксикацию и обязательное лечение всех больных зубов.

Важно и соблюдение диеты. Исключаются птица и яйца, сахара, белая мука, фабрично обработанная пища, курение и алкоголь. Иногда применялись экстракты из тканей селезенки, БЦЖ-вакцина, соляная кислота (для подкисления крови и мочи).

И всё же, по словам самой В. Ливингстон, её вакцина эффективна не столько от рака, сколько от сопутствующих нарушений иммунной системы. К недостаткам вакцины В.Ливингстон можно отнести и дороговизну её производства.

## **Методика аутовакцинотерапии**

Вакцина изготавливается индивидуально из крови и мочи самого пациента, содержащих бактерии, вызывающие заболевание.

Вакцины содержат также добавленные витамины и минералы для поддержки иммунной системы.

Применение вакцины происходит каждые 3–5 дней в зависимости от реакции пациента.

Ливингстон рекомендовала вегетарианскую диету с преобладанием сырой пищи, приём гамма-глобулина, витаминов и минералов, а также тепловое лечение, детоксикацию и санацию полости рта.

### **Диетические и дополнительные рекомендации**

Исключение из рациона птицы, яиц, сахара, белой муки, фабрично обработанной пищи, курения и алкоголя.

Иногда применялись экстракты селезенки, БЦЖ-вакцина и соляная кислота для подкисления крови и мочи.

Основной целью терапии было не столько уничтожение рака, сколько восстановление и поддержка иммунной системы пациента.

### **Современные научные данные и критика**

Современная медицина рассматривает концепцию плеиоморфных бактерий и *Progenitor cryptocides* как спорную и недостаточно доказанную.

На сегодняшний день отсутствуют крупные рандомизированные контролируемые исследования, подтверждающие эффективность аутогенных бактериальных вакцин в лечении рака.

Некоторые клинические наблюдения указывают на возможное иммуностимулирующее действие подобных вакцин, однако их применение требует осторожности из-за риска побочных реакций, включая лихорадку и воспаление в месте инъекции.

Современные подходы к иммунотерапии рака основываются на более специфичных и проверенных методах, таких как моноклональные антитела, ингибиторы контрольных точек и клеточные терапии.

## **Рекомендации по применению**

Аутогенные бактериальные вакцины могут рассматриваться как дополнение в комплексной терапии, но не как основной метод лечения онкологических заболеваний.

Применение должно осуществляться под строгим медицинским контролем с мониторингом иммунного статуса и возможных побочных эффектов.

Важна индивидуализация терапии и сочетание с доказанными методами лечения.

# Вакцина БЦЖ (Calmette-Guerin)

Наиболее известная и широко применяемая противотуберкулёзная вакцина. Содержит в себе ослабленные микобактерии туберкулёза. Вакцина способна усиливать иммунную реакцию организма против рака. **При определенных видах рака эта вакцина демонстрирует результаты, превосходящие результаты химиотерапевтического лечения.** БЦЖ широко применяется против туберкулёза с 1921 года. В случае рака мочевого пузыря БЦЖ вводится через катетер в мочевой пузырь и вызывает местную воспалительную реакцию, на фоне которой раковые клетки гибнут. Обнаружено, что **при раке мочевого пузыря БЦЖ значительно превосходит химиотерапевтическое лечение.** Химиотерапия помогает только 50% больных и только 20% живут без рака более 5 лет. Применение БЦЖ имеет уровень положительных результатов около 87% и более 80% пациентов не имеют признаков рецидива рака и после 5 лет. Применяемая совместно со специфическими интерферонами и модуляторами биологического ответа, БЦЖ показывает ещё лучшие результаты.

Пожалуй, главным преимуществом применения БЦЖ и других видов иммунотерапии может быть их **способность предотвращать рецидив раковой опухоли.**

Доктор А. Вайсбрэн применял для лечения раковых боль-

ных комбинацию БЦЖ и других вакцин, таких как смешанная бактериальная вакцина (также называемая вакциной Коули), лимфобластные лимфоциты и фактор переноса, и получил хорошие результаты при лечении рака молочной железы. Средняя продолжительность жизни больных раком легкого увеличилась на 9 месяцев. Также был получен положительный результат при лечении рака толстого кишечника, лимфомах, лейкемии и меланоме.

Хотя хирургия может вылечить около 90% меланом, но при рецидиве заболевания и при метастазах хирургия оказывается бессильной, и больные обычно умирают в течение года.

Вакцина БЦЖ (*Bacillus Calmette-Guérin*) — это ослабленная живая вакцина, содержащая аттенуированные микобактерии *Mycobacterium bovis*. Вакцина широко применяется с 1921 года для профилактики туберкулёза. Помимо противотуберкулёзного действия, БЦЖ обладает мощным иммуностимулирующим эффектом и используется в онкологии, в частности для лечения рака мочевого пузыря.

## **Применение БЦЖ при раке мочевого пузыря**

При немышечно-инвазивном раке мочевого пузыря БЦЖ вводится инстилляционно (через катетер) непосредственно в мочевой пузырь.

**Вакцина вызывает локальную воспалительную реакцию, активируя иммунные клетки (макрофаги, Т-**

**лимфоциты, естественные киллеры), которые уничтожают опухолевые клетки.**

Клинические исследования и мета-анализы подтверждают, что эффективность БЦЖ в предотвращении рецидивов рака мочевого пузыря превышает эффективность традиционной химиотерапии.

При химиотерапии 5-летняя безрецидивная выживаемость составляет около 20–50%, тогда как при терапии БЦЖ этот показатель достигает 70–80% и выше.

Комбинация БЦЖ с интерферонами и другими модуляторами иммунного ответа еще больше улучшает клинические исходы.

## **Современные достижения в иммунотерапии рака**

В последние 20 лет развитие биотехнологий позволило создавать моноклональные антитела — высокоспецифичные белки, которые распознают уникальные антигены раковых клеток и уничтожают их, не повреждая здоровые ткани.

Современные иммунотерапевтические препараты, включая ингибиторы контрольных точек (например, анти-PD-1, анти-CTLA-4), значительно улучшили выживаемость пациентов с различными типами рака, включая меланому и рак легких.

В то же время вакцина БЦЖ остаётся одним из наиболее эффективных и проверенных методов локальной иммунотерапии рака мочевого пузыря и служит примером успешного

применения иммунотерапии в онкологии.

### **Механизмы действия БЦЖ:**

БЦЖ активирует врождённый и адаптивный иммунитет, стимулируя продукцию цитокинов (интерлейкинов, интерферонов) и привлекая иммунные клетки к опухолевой ткани.

В результате усиливается апоптоз (программируемая смерть) раковых клеток и подавляется рост опухоли.

Вакцина также способствует формированию иммунологической памяти, что снижает риск рецидива.

### **Безопасность и побочные эффекты:**

Инстилляции БЦЖ могут вызывать местные воспалительные реакции: дизурию, частые мочеиспускания, гематурию.

Редко наблюдаются системные реакции, включая лихорадку и аллергические реакции.

Противопоказаниями являются иммунодефицитные состояния и активные инфекции.

**Медицинские организации в России и мире, которые применяют вакцину БЦЖ, моноклональные антитела и ингибиторы контрольных точек (anti-PD-1, anti-CTLA-4):**

**Онкологический центр НАКФФ (Москва)** — современная моноклональная терапия при онкологии с индивиду-

альным подходом и международными протоколами.

**Biotherapy International** — применяют моноклональные антитела и комбинированную иммунотерапию при раке.

**Онкоцентр «СМ-Клиника» (Москва)** — лечение рака с помощью иммунотерапии, включая ингибиторы контрольных точек и моноклональные антитела.

**Онкологический центр Лапино** — CAR-T и иммунотерапия с применением моноклональных антител.

**Евроонко (Москва)** — иммунотерапия с использованием вакцины БЦЖ, моноклональных антител при различных видах рака.

**Клиника «Нордвест» (Германия)** — лечение рака моноклональными антителами с использованием передовых технологий.

**НИИ онкологии им. Н.Н. Петрова** — один из ведущих центров, где применяют вакцину БЦЖ и моноклональные антитела для лечения рака мочевого пузыря и других опухолей.

**Онкоцентр «СМ-Клиника»** — применяет вакцину БЦЖ в комплексном лечении рака мочевого пузыря.

Эти организации используют современные иммунотерапевтические методы, включая моноклональные антитела, ингибиторы контрольных точек и вакцину БЦЖ, что значительно улучшает прогноз и качество жизни пациентов с раком.

# **Вакцина от рака молочной железы из Т/Тп-антигенов**

Раковые клетки имеют в своём составе чужеродные для организма белки, или антигены, которые способны вызывать реакцию со стороны иммунной системы.

Немецкий врач Джордж Шпрингер определил, что 2 антигена, названные «Т» и «Тп», играют жизненно важную роль в ответе иммунной системы на присутствие рака. С начала 1980-х годов в исследованиях как на животных, так и на людях неоднократно было показано, что при применении этих антигенов существенно увеличивается активность иммунной системы в разрушении раковых клеток.

Раковые клетки экспрессируют на своей поверхности специфические чужеродные белки — антигены, которые могут вызывать иммунный ответ организма. Среди таких антигенов особое значение имеют Т и Тп — углеводные антигены, выявленные в 1980-х годах. Эти антигены играют ключевую роль в распознавании опухолевых клеток иммунной системой и стали основой для разработки противораковых вакцин.

## **Биологическая роль Т и Тп-антигенов**

Т- и Тп-антигены обнаруживаются более чем в 90% слу-

чаев рака, включая рак молочной железы.

Менее агрессивные, хорошо дифференцированные опухоли обычно экспрессируют больше Т-антигенов, тогда как более агрессивные и менее дифференцированные — преимущественно Тn-антигены.

Концентрация этих антигенов коррелирует с агрессивностью опухоли и может служить прогностическим маркером.

### **Клинические данные и эффективность вакцины**

В одном из исследований 26 женщин с раком молочной железы разной стадии после операции получали вакцину на основе Т/Тn-антигенов. Все пациенты выжили, а половина из них прожила более 18 лет после начала терапии — значительно выше ожидаемой статистики для подобных случаев.

Вакцина стимулирует иммунный ответ, усиливая активность Т-лимфоцитов и других иммунных клеток, направленных на уничтожение опухолевых клеток, экспрессирующих Т/Тn-антигены.

### **Роль питания и витаминов в терапии**

Доктор Шпрингер рекомендует комплекс витаминов и нутриентов для поддержки иммунной системы во время вакцинации.

Мультивитаминный комплекс — 1 раз в день.

Витамин С — 3–4 г в день.

Бета-каротин — 2000 международных единиц в день.

**Витамин Е** — 1600 международных единиц в день.

Исследования подтверждают, что приём витамина Е у больных раком молочной железы II стадии снижает риск рецидива в течение 5 лет после операции.

Диета с высоким содержанием клетчатки, рыбы и печени способствует поддержанию иммунной системы и общего состояния пациента.

## **Ограничения и показания**

Вакцина эффективна преимущественно при карциномах, так как Т и Тп-антигены не обнаружены в опухолях мозга и саркомах.

Для других типов опухолей требуются иные подходы, учитывающие их уникальный антигенный профиль.

## **Современные достижения и перспективы**

С момента открытия Т/Тп-антигенов в 1980-х годах иммунные вакцины прошли значительный путь развития. В настоящее время активно исследуются новые поколения вакцин, включая пептидные, ДНК-вакцины и вакцины на основе неоантигенов, которые более специфичны и эффективны.

Иммуноterapia, включая ингибиторы контрольных точек (например, пембролизумаб), стала стандартом лечения некоторых подтипов рака молочной железы, особенно трижды негативного рака (ТНРМЖ).

К 2025 году в клиническую практику входят биспецифи-

ческие антитела и конъюгаты антитело-лекарство (ADC), которые усиливают иммунный ответ и повышают специфичность терапии.

Разрабатываются селективные деградаторы эстрогеновых рецепторов, способные разрушать рецепторы и предотвращать рост опухоли, что особенно важно для гормонозависимых форм рака.

Новые методы лечения позволяют значительно повысить выживаемость и качество жизни пациентов с разными подтипами рака молочной железы.

Медицинские центры и организации, которые занимаются разработкой и применением современных иммунных вакцин для лечения рака, включая пептидные, ДНК-вакцины и вакцины на основе неоантигенов:

**ФГБУ НМИЦ онкологии им. Н.Н. Блохина** — ведущий российский центр, где разрабатывают персонализированные пептидные и РНК-вакцины на основе неоантигенов с использованием ИИ и секвенирования опухолевых образцов.

**Научно-исследовательский институт онкологии им. Н.Н. Петрова (НИИО)** — активно проводит клинические исследования пептидных, дендритных, ДНК- и мРНК-вакцин в лечении рака.

**Клиники Германии** — предлагают иммунотерапию с использованием пептидных вакцин, основанных на иденти-

фикации неоэпитопов опухолей с помощью секвенирования нового поколения.

**Научно-исследовательские коллективы Новосибирского государственного университета и СО РАН** — разрабатывают пептидные препараты и вакцины на основе антимикробных пептидов с противораковой активностью.

**Институт экологии человека СО РАН и Кемеровский госуниверситет** — исследования нанобиотехнологий для создания антиканцерогенных пептидных вакцин.

Эти центры и проекты представляют передовые направления в иммунной терапии рака с использованием пептидных, ДНК- и мРНК-вакцин, а также персонализированных неоантигенных подходов.

### **Вакцина Коули**

Интересный факт был обнаружен доктором Коули ещё в 20-е годы прошлого столетия. Оказалось, что **обычные, вызванные бактериями инфекционные заболевания способны усиливать защитные силы организма для борьбы с раком.**

Коули разработал специальную стерильную вакцину из бактерий (преимущественно стрептококков), которая даёт иммунной системе толчок, мобилизуя её для борьбы как с инфекционными заболеваниями, так и для борьбы с раковыми заболеваниями.

Однажды у больного раком развилось рожистое воспаление.

ние. И удивительным образом воспалительный процесс растворил опухоль.

Рожистое воспаление вызывается бактерией *Streptococcus Pyogenes*. Доктор Коули разработал смесь бактерий, состоящую преимущественно из *Streptococcus Pyogenes* и

*Serratia marcescens*. Вакцина содержит в себе ядовитые токсины, произведенные этими бактериями, и также содержит убитые при повышенной температуре бактерии.

Коули делал инъекции вакцины прямо в опухоль или около неё и отметил положительный результат в большом количестве случаев. При саркоме полное излечение было достигнуто в 40% случаев. Коули рекомендует продолжать лечение минимум в течение 5 месяцев. Лечение в течение лишь 4-5 недель часто было неудачным.

5-летний период выживания при применении вакцины Коули продемонстрировали 65% больных с неоперабельным раком молочной железы, 69% больных с неоперабельным раком яичника, 90% с раком кости. Исследования 1976 года в Мемориальном Центре Рака в Нью-Йорке показали 93% ремиссий при неходжкинской лимфоме по сравнению с 29% у больных на химиотерапии.

В исследованиях доктора Чарльза Старнса в Калифорнии 48% больных выжили более 5 лет и были практически излечены от саркомы мягких тканей. А 17 из 84 больных были живы и через 20 лет.

В другой группе 58% больных оказались живы и здоровы

через 5 лет и 8 человек из 33 были живы и через 20 лет.

Вакцина Коули может вызывать незначительные побочные эффекты. Прежде всего это озноб в течение 10-15 минут после введения и последующая лихорадка. Подобное повышение температуры является лечебным и помогает организму бороться с раком. К сожалению, вакцина Коули не используется в традиционном лечении рака и не потому, что имеются какие-либо данные о её неэффективности или опасности, а прежде всего по причине её дешевизны и незапатентованности что делает невыгодным её использование как для многих врачей, так и для фармацевтических компаний.

## **Состав вакцины**

Вакцина Коули представляет собой стерильный бактериальный лизат, содержащий убитые бактерии *Streptococcus pyogenes* и *Serratia marcescens*, а также их токсичные продукты (экзотоксины). Вакцина стимулирует иммунную систему, активируя защитные клетки и выработку интерферонов.

## **Механизм действия**

**Активация иммунитета:** Вакцина содержит патоген-ассоциированные молекулярные паттерны (ПАМП), которые распознаются Toll-подобными рецепторами (ТПР) иммунных клеток. Это приводит к активации защитных клеток и усилению продукции интерлейкинов и гамма-интерферона,

стимулирующих цитотоксические Т-лимфоциты и натуральные киллеры.

*Прямое воздействие на опухоль:* Экзотоксин В и стрептокиназа, вырабатываемые *S. pyogenes*, разрушают опухолевые клетки и способствуют фибринолизу, улучшая доступ иммунных клеток к опухоли и повышая чувствительность к химиотерапии.

## **Клинические результаты**

При саркоме полное излечение наблюдалось в 40% случаев при длительном курсе лечения (не менее 5 месяцев).

Пятилетняя выживаемость составила:

65% при неоперабельном раке молочной железы

69% при неоперабельном раке яичников

90% при раке кости

Исследования Мемориального центра рака в Нью-Йорке (1976) показали 93% ремиссии при неходжкинской лимфоме по сравнению с 29% при химиотерапии.

В Калифорнии доктор Чарльз Старнс сообщил о 48% пятилетней выживаемости и значительном числе пациентов, живущих более 20 лет после лечения саркомы мягких тканей с использованием вакцины Коули.

## **Побочные эффекты**

Кратковременный озноб и лихорадка после инъекции — признак активации иммунного ответа и положительный

симптом.

В целом вакцина считается безопасной, при условии правильного применения и медицинского контроля.

## **Современное состояние и перспективы**

Вакцина Коули не получила широкого признания в традиционной медицине, главным образом из-за отсутствия патентной защиты и экономической невыгодности для фармацевтических компаний.

В 2005 году канадская компания MBVax воссоздала вакцину Коули и проводит клинические испытания.

Аналогом является японский препарат пицибанил, используемый для лечения лимфом.

Современные исследования подтверждают потенциал бактериальных лизатов в иммунотерапии рака.

## **Рекомендации по применению**

Введение вакцины осуществляется внутритканевыми или интраопухолевыми инъекциями.

Курс лечения длительный — не менее 5 месяцев для достижения устойчивого эффекта.

Использование вакцины должно сопровождаться контролем врача и комплексной терапией.

Не рекомендуется самостоятельное применение без медицинского наблюдения.

# Витамин А

Этот популярный витамин существенно усиливает иммунитет, стимулируя активность иммунных клеток в борьбе против раковых клеток. Некоторые исследования продемонстрировали, что витамин А подавляет развитие рака, в то время как бета-каротин – предшественник витамина А – препятствует возникновению рака. **Витамин А более важен для лечения рака, чем бета-каротин.**

Витамин А – жирорастворимый витамин, в отличие, например, от витаминов группы В, которые являются водорастворимыми и, соответственно, хорошо выводятся из организма почками. Многочисленные исследования многократно показывали его способность усиливать активность иммунных клеток в борьбе против рака. **Особо эффективен витамин А в случаях рака эпителиальных поверхностей, например кожи и слизистых.**

Большинство исследований подтверждают эффективность витамина А как средства, препятствующего возникновению рака и предотвращающего его рецидивы.

## Роль витамина А в иммунитете и противораковой защите

Витамин А — жирорастворимый витамин, играющий ключевую роль в поддержании иммунной системы, особен-

но в их борьбе с раковыми клетками. Он стимулирует активность различных иммунных клеток, включая Т-лимфоциты и естественные киллеры (NK-клетки), что способствует эффективному распознаванию и уничтожению опухолевых клеток.

Многочисленные исследования подтверждают, что витамин А и его производные (ретиноиды) способны подавлять развитие рака, особенно опухолей эпителиальных тканей — кожи, легких, слизистых оболочек. Предшественник витамина А — бета-каротин — также обладает профилактическими свойствами, препятствуя возникновению рака, однако витамин А проявляет более выраженный терапевтический эффект при лечении.

## **Клинические исследования**

В исследовании с участием мужчин с неоперабельным раком легких и метастазами, пациенты получали витамин А-пальмитат или 13-цис-ретиноевую кислоту (форма витамина А). Через 15 месяцев приема наблюдалось значительное повышение активности иммунных клеток против опухоли, что свидетельствует о потенциале витамина А в поддержке иммунитета при онкологических заболеваниях.

Другое исследование показало, что витамин А эффективен при лечении меланомы 1-й и 2-й стадии, особенно в комбинации с вакциной БЦЖ. Витамин А усиливал противоопухолевый иммунный ответ и снижал риск рецидива.

**Обзор мета-анализов подтверждает, что адекватный уровень витамина А связан с уменьшением риска развития ряда видов рака, включая рак легких, кожи и желудочно-кишечного тракта.**

## **Биологические особенности**

Витамин А является жирорастворимым, что влияет на его метаболизм и накопление в организме. В отличие от водорастворимых витаминов группы В, он может накапливаться в печени, поэтому важно соблюдать рекомендованные дозировки, чтобы избежать гипervитаминоза.

## **Рекомендации по применению**

Рекомендуемая суточная доза витамина А для взрослых составляет 700–900 мкг ретинолового эквивалента (около 2300–3000 МЕ).

Для поддержки иммунитета и в комплексной терапии рака дозировки могут варьироваться и должны подбираться врачом.

Витамин А лучше усваивается в сочетании с жирами, поэтому рекомендуется принимать его во время еды.

## **Важные предупреждения**

Приём витамина А в высоких дозах без контроля врача может привести к токсическим эффектам: головной боли, тошноте, сухости кожи, нарушению работы печени.

**Беременным женщинам следует соблюдать осторожность, так как избыток витамина А может вызывать врожденные пороки развития.**

Перед началом приёма витамина А в терапевтических дозах рекомендуется консультация с врачом и контроль уровня витамина в крови.

# Витамин В3 (ниацин, никотиновая кислота)

Существует большое и постоянно растущее количество данных в пользу того, что этот витамин при совместном использовании с другими веществами увеличивает эффективность лечения рака. В природе он существует в виде двух разных коферментов (НАД и НАДФ), которые необходимы для нормального функционирования более 150 известных ферментов, также он участвует в процессе дыхания и в переносе электронов.

Без этих ферментных реакций производство энергии в теле мгновенно бы прекратилось.

Макс Герсон, создатель диеты Герсона и один из первых успешных целителей рака, назначал своим пациентам вместе со своей диетой также большую дозу ниацина много раз в день.

Хорошими **источниками витамина В3** являются **пивные дрожжи, рыба, спаржа и цельные зерна**. Зерна кофе содержат биологически неактивную форму витамина В3, которая в результате обычного обжаривания превращается в активную форму. Таким образом, любители кофе получают существенное количество витамина В3. Но, к сожалению, в кофе также содержится и кофеин, который обладает рядом

как положительных, так и отрицательных свойств и больным раком не всегда рекомендуется.

## **Биологическая роль витамина В3**

Витамин В3 (ниацин) — водорастворимый витамин, который в организме преобразуется в коферменты НАД (никотинамидадениндинуклеотид) и НАДФ (никотинамидадениндинуклеотид фосфат). Эти коферменты участвуют в более чем 150 ферментных реакциях, включая процессы клеточного дыхания, окислительно-восстановительные реакции и перенос электронов, что обеспечивает производство энергии в клетках. Без участия витамина В3 энергетический метаболизм был бы невозможен.

## **Витамин В3 и лечение рака**

Современные исследования подтверждают, что ниацин и его производные могут усиливать эффективность противораковой терапии, особенно в сочетании с другими нутриентами и лекарственными препаратами.

НАД и НАДФ играют важную роль в регуляции клеточного метаболизма, репарации ДНК и контроле апоптоза — процессов, критически важных для подавления роста опухолевых клеток.

Исследования показывают, что поддержание адекватного уровня ниацина способствует улучшению иммунного ответа и снижению воспаления, что важно для борьбы с раком.

## **Исторический аспект и диета Герсона**

Макс Герсон, разработавший известную диету Герсона для поддержки онкологических пациентов, рекомендовал приём ниацина в дозах 50 мг 8–10 раз в день в сочетании с диетой, направленной на детоксикацию и восстановление организма. Несмотря на отсутствие современных рандомизированных исследований, методика Герсона оказала влияние на развитие интегративной онкологии.

## **Современные научные данные**

Исследования последних лет выявили, что ниацин участвует в регуляции метаболизма опухолевых клеток, влияя на процессы гликолиза и окислительного фосфорилирования, что может замедлять рост опухоли.

В экспериментах *in vitro* ниацин и его производные способствовали активации апоптоза и подавлению миграции раковых клеток.

Клинические испытания показывают, что поддержание оптимального уровня витамина В3 улучшает качество жизни пациентов, снижает усталость и поддерживает функцию нервной системы во время химиотерапии.

Однако высокие дозы ниацина могут вызывать побочные эффекты, включая покраснение кожи, повышение уровня печёночных ферментов и гепатотоксичность, поэтому при применении в терапевтических дозах необходим контроль

врача.

## **Рекомендации по применению**

Суточная рекомендуемая доза ниацина для взрослых составляет 14–16 мг (около 20–25 мг ниацина в форме добавок).

В онкологической практике дозы могут быть значительно выше, но должны назначаться и контролироваться специалистом.

Приём ниацина рекомендуется совмещать с полноценным питанием, богатым витаминами группы В и антиоксидантами.

По мнению некоторых врачей, ограничение кофеина и других стимуляторов особенно важно для пациентов с онкологическими заболеваниями.

# Витамин В6

Как иммунная, так и нервная системы сильно зависят от постоянного поступления витамина В6 с пищей. Витамин В6 способствует синтезу ДНК и РНК, метаболизму жиров и белков, участвует в реакциях гемоглобина и метаболизме триптофана (аминокислоты, влияющей на наше настроение).

**Витамин В6 подавляет рост различных опухолей, в том числе рака печени.**

Больные раком мочевого пузыря, принимавшие витамин В6, имели существенно меньше рецидивов, по сравнению с контрольной группой. Есть данные, что **витамин В6 предотвращает побочные эффекты радиационной терапии рака.**

## Биологическая роль витамина В6

Витамин В6 (пиридоксин) — водорастворимый витамин, жизненно важный для нормального функционирования иммунной и нервной систем. Он участвует в более чем 100 ферментативных реакциях, включая:

Синтез ДНК и РНК, что необходимо для деления и восстановления клеток.

Метаболизм аминокислот, жиров и белков.

Образование гемоглобина.

Метаболизм триптофана — аминокислоты, влияющей на

настроение и нервную регуляцию.

Синтез нейротрансмиттеров (серотонина, дофамина, ГАМК), поддерживающих когнитивные функции и эмоциональное состояние.

## **Витамин В6 и иммунитет**

Витамин В6 участвует в синтезе простагландина Е1 — вещества, критически важного для функционирования тимуса и активации Т-лимфоцитов, ключевых клеток адаптивного иммунитета.

Его дефицит приводит к снижению качества иммунного ответа и повышает восприимчивость к инфекциям и опухолевым процессам.

## **Противораковая активность**

Исследования показывают, что витамин В6 способен подавлять рост различных опухолей, включая рак печени, за счёт регуляции клеточного цикла и апоптоза.

Клинические данные свидетельствуют, что больные раком мочевого пузыря, принимавшие витамин В6, имели значительно меньшую частоту рецидивов по сравнению с контрольной группой.

Витамин В6 также помогает снижать побочные эффекты радиационной терапии, улучшая общее состояние пациентов.

## **Современные научные данные**

Мета-анализы подтверждают связь адекватного уровня витамина В6 с уменьшением риска развития некоторых видов рака, включая рак печени, пищевода и молочной железы.

Витамин В6 снижает уровень провоспалительных цитокинов, что важно для профилактики и терапии онкологических заболеваний.

Исследования указывают на потенциал витамина В6 в комплексной терапии рака для поддержки иммунитета и уменьшения токсичности лечения.

## **Рекомендации по применению**

Суточная норма витамина В6 для взрослых составляет 1,3–2 мг, при онкологических заболеваниях дозы могут быть увеличены по назначению врача.

Витамин В6 лучше усваивается при приёме с пищей.

Богатые источники: мясо, рыба, бананы, орехи, цельнозерновые продукты, картофель.

# Витамин С

Все, кто чем-то болен или даже просто испытывают стресс, нуждаются в поступлении значительно большего количества витамина С.

Витамин С подавляет способность раковых клеток проникать в здоровые органы и ткани. Он нейтрализует токсины, производимые раковыми клетками. Этот витамин **может избирательно убивать раковые клетки**, как это делают химиотерапевтические препараты, используемые онкологами. Однако в отличие от химиотерапии витамин С усиливает ту часть иммунной системы, которая наиболее активна против рака, в особенности клетки натуральные киллеры. Обычно в альтернативной терапии рака применяется 15-25 грамм (иногда до 50 г) витамина С внутривенно, плюс 5-10 грамм внутрь перорально на ночь. Затем переходят только на пероральный прием витамина С.

Некоторые врачи дают 150 грамм витамина С внутривенно в капельнице медленно в течение четырех с половиной часов.

Начинать прием витамина С внутрь можно сразу с 10-12 грамм в день.

Описан случай, когда прием 10 грамм витамина С внутривенно 3 раза в неделю в течение 3 месяцев полностью излечил рак кости.

Витамин С наиболее активен в период от 8 до 24 часов после введения.

Витамин С содержится в цитрусовых, брокколи, зеленом перце и во многих других фруктах и овощах. Витамин С поддерживает нормальное функционирование иммунной системы и защищает организм от различных видов рака и других болезней.

Наиболее важные для борьбы с раком клетки иммунной системы – натуральные киллеры – активно работают только в присутствии относительно большого количества витамина С.

Витамин С способствует производству в организме интерферона, также обладающего антираковым действием, и усиливает внутриклеточные пероксидазы – ферменты, защищающие клетки от опасных свободных радикалов.

Витамин С обладает рядом свойств, которые, по данным различных исследований и наблюдений, могут быть важны для пациентов с онкологическими заболеваниями. Отмечается, что он может быть в 20–30 раз более токсичным для раковых клеток, чем для нормальных клеток. Многие пациенты, принимающие витамин С, сообщали об улучшении аппетита и настроения, уменьшении болевого синдрома и снижении потребности в обезболивающих препаратах.

Витамин С способен усиливать противоопухолевую активность некоторых химиотерапевтических препаратов, в

том числе адриамицина. Кроме того, он может повышать эффективность лучевой терапии и одновременно защищать здоровые ткани, такие как кожа и костный мозг, во время облучения.

При использовании в высоких дозах витамин С может оказывать цитотоксическое действие на опухолевые клетки, сходное с действием некоторых химиотерапевтических средств. В таких случаях его иногда применяют внутривенно в виде инфузий по 50–150 г в течение 4–5 часов. Однако этот подход требует дальнейших клинических исследований и должен проводиться только под наблюдением специалистов.

Отмечается также, что витамин С в сочетании с витаминами группы В может существенно ограничивать рост раковых клеток без выраженного повреждения нормальных тканей. В одном из исследований, проведённых в Шотландии, приём около 10 г витамина С в день был связан с улучшением выживаемости и качества жизни у ста пациентов с терминальными стадиями рака. В исследованиях, проведённых в Канаде, применение витамина С в больших дозах, близких к уровню кишечной переносимости (то есть чуть ниже дозы, вызывающей диарею), также связывали с увеличением продолжительности и улучшением качества жизни у различных групп онкологических пациентов.

В ряде интегративных подходов витамин С рекомендуется принимать длительно. Обычно его принимают в дозе немно-

го ниже уровня кишечной переносимости, но не менее 6 г в день; часто используемые дозировки составляют примерно 10–30 г в сутки.

Витамин С способствует укреплению соединительной ткани, окружающей опухоль, что, по мнению некоторых исследователей, может препятствовать её распространению. Обычно приём начинают с 4–6 г в день, распределяя дозу на несколько небольших приёмов в течение дня. Затем дозу постепенно увеличивают до появления диареи. После этого её немного снижают — примерно на 1–3 г — и поддерживают на уровне, который остаётся чуть ниже порога кишечной переносимости. Такой режим иногда рекомендуют соблюдать в течение длительного времени.

Эту стратегию активно поддерживал дважды лауреат Нобелевской премии Лайнус (Линус) Полинг, который сам регулярно принимал витамин С в дозе 6–18 г в день и прожил 96 лет.

Приём высоких доз витамина С у некоторых людей может вызывать лёгкие желудочно-кишечные симптомы, такие как вздутие живота или дискомфорт в желудке. В таких случаях рекомендуется использовать менее кислые формы витамина С, например аскорбат кальция или смесь аскорбата кальция и аскорбата магния.

Многим пациентам также рекомендуют форму аскорбата натрия. Однако у людей с гипертонией и некоторыми сердечно-сосудистыми заболеваниями избыток натрия может при-

водить к задержке жидкости в организме, поэтому в таких случаях требуется осторожность.

В редких ситуациях при активном росте опухоли высокие дозы витамина С могут вызвать быстрый некроз опухолевой ткани и поступление в организм большого количества продуктов распада, что может представлять опасность. Поэтому **применение высоких доз должно проводиться под медицинским контролем.**

По результатам одного из лабораторных исследований было отмечено, что витамин С усиливал проявления лейкемии в одной популяции клеток, тогда как в других клеточных линиях наблюдался противоположный эффект. В связи с этим пациентам с лейкемией обычно не рекомендуют приём очень высоких доз витамина С без наблюдения специалиста.

Долгое время считалось, что большие дозы витамина С могут повреждать почки. Однако более поздние исследования показали, что приём витамина С даже в высоких дозах в течение длительного времени не приводит к повреждению почек у большинства пациентов.

После нескольких десятилетий скептического отношения к работам Лайнуса Полинга, посвящённым высоким дозам витамина С, интерес к этой теме в научном сообществе значительно возрос, и в настоящее время витамин С активно изучается как возможный вспомогательный компонент противоопухолевой терапии.

**Кроме того, витамин С может замедлять развитие**

**не только онкологических заболеваний, но и сердечно-сосудистых болезней, катаракты и ряда других возрастных патологий.** В некоторых наблюдениях отмечалось, что люди, регулярно принимающие витамин С в количествах, значительно превышающих стандартную рекомендуемую суточную норму, в среднем жили дольше, чем те, кто не использовал такие добавки.

Витамин С естественным образом образуется в печени почти всех млекопитающих, кроме приматов, то есть высших обезьян и человека. Коза в течение дня вырабатывает в своей печени более 100 грамм витамина С. Каким-то образом в процессе эволюции приматы и человек утратили эту способность и вынуждены принимать витамин С с пищей. Но количество витамина С, вырабатываемое многими животными, говорят нам о том, что **большие дозы витамина С не являются чем-то опасным и токсичным** в животном царстве, к которому относится, кстати, и человек.

## **Современные научные данные**

Витамин С (аскорбиновая кислота) — важный водорастворимый антиоксидант, необходимый для нормального функционирования иммунной системы, синтеза коллагена, заживления ран и защиты клеток от окислительного стресса. При стрессах, инфекциях и некоторых заболеваниях потребность организма в витамине С действительно увеличивается.

## **Противораковое действие витамина С**

Исследования последних лет показывают, что высокие дозы витамина С, особенно введённые внутривенно, могут оказывать цитотоксическое действие на раковые клетки за счёт образования перекиси водорода в межклеточном пространстве, что приводит к повреждению ДНК и гибели опухолевых клеток. При этом здоровые клетки защищены благодаря более эффективным механизмам антиоксидантной защиты.

## **Внутривенное введение витамина С**

Внутривенное введение высоких доз (от 15 до 100-150 грамм за одну процедуру) используется в некоторых клинических исследованиях и практиках как вспомогательный метод при лечении рака. Однако эта терапия не является стандартом и требует дальнейших крупных рандомизированных исследований для подтверждения эффективности и безопасности.

## **Витамин С и иммунитет**

Витамин С способствует активации клеток иммунной системы, включая натуральные киллеры (NK-клетки), которые играют важную роль в борьбе с опухолевыми и вирусными клетками. Он также стимулирует выработку интерферонов и усиливает активность ферментов, защищающих клетки от свободных радикалов.

## **Взаимодействие с химиотерапией и радиотерапией**

Современные данные неоднозначны: некоторые исследования показывают, что витамин С может усиливать эффективность химио- и радиотерапии, снижая при этом их токсичность для здоровых тканей. Другие же указывают на возможность снижения эффективности терапии при приёме антиоксидантов в высоких дозах. Поэтому при комбинированном лечении необходим контроль врача.

## **Дозировки и рекомендации**

Пероральный приём:

Суточная рекомендуемая доза витамина С для здоровых взрослых — 75-90 мг. При заболеваниях и стрессах дозы могут быть увеличены до 1-3 г в сутки. Приём сверхвысоких доз (более 10 г) перорально допустим, но иногда вызывает диарею и желудочно-кишечный дискомфорт.

Внутривенное введение:

Используется в специализированных клиниках и в рамках клинических исследований. Дозы варьируются от 15 до 100-150 г за процедуру, вводимых медленно (4-5 часов). Такая терапия должна проводиться под строгим медицинским контролем.

Кишечная толерантность:

Максимальная доза витамина С, не вызывающая диареи, индивидуальна и обычно составляет 3-6 г в сутки при перо-

ральном приёме.

## **Безопасность и противопоказания**

Витамин С в высоких дозах обычно хорошо переносится, однако у некоторых людей может вызывать желудочно-кишечные расстройства (вздутие, диарею). Использование менее кислых форм (аскорбат кальция, аскорбат магния, аскорбат натрия) снижает эти эффекты.

**В редких случаях при активном росте опухоли высокие дозы витамина С могут привести к быстрому распаду опухолевых клеток и развитию синдрома лизиса опухоли, что может быть опасно и требует медицинского наблюдения.**

При наличии наследственных заболеваний, таких как дефицит глюкозо-6-фосфатдегидрогеназы (Г6ФД) или почечная недостаточность, высокие дозы витамина С противопоказаны или требуют особой осторожности.

Вопрос о приёме витамина С при лейкемии остаётся спорным, и такие пациенты должны консультироваться с онкологом.

## **Витамин С и продолжительность жизни**

Некоторые эпидемиологические исследования показывают, что люди с высоким уровнем витамина С в крови и рационе имеют более низкий риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, катаракты и некоторых видов рака, а также мо-

гут жить дольше. Однако прямой причинно-следственной связи и оптимальных доз для продления жизни пока не установлено.

## **Эволюционный аспект**

Действительно, человек и высшие приматы утратили способность синтезировать витамин С в печени, в отличие от большинства млекопитающих. Это объясняет важность регулярного поступления витамина С с пищей. Животные, синтезирующие витамин С, производят его в дозах, значительно превышающих рекомендуемые для человека, что свидетельствует о высокой переносимости витамина.

## **Рекомендации**

Витамин С — важный элемент поддержания здоровья и иммунитета, особенно при стрессах и заболеваниях.

Высокие дозы витамина С могут иметь потенциал в онкологии, но применение внутривенной терапии требует медицинского контроля и дальнейших исследований.

Приём витамина С в дозах до 3-6 г в сутки перорально считается безопасным и может быть полезен для поддержки иммунитета.

Перед началом приёма высоких доз витамина С, особенно внутривенно, необходимо проконсультироваться с врачом.

Витамин С не является панацеей от рака, но может быть частью комплексной терапии и здорового образа жизни.

# Витамин Д

Этот витамин, иногда классифицируемый и как гормон, обладает, как оказалось, и противораковыми свойствами.

Хотя исследования в этом направлении только начались, уже установлено, что витамин Д и его производные могут увеличить количество рецепторов витамина А на поверхности клеток.

## **Что делает витамин D.**

Витамин D играет важную роль в регуляции роста и дифференцировки клеток. По данным исследований, он может способствовать превращению некоторых раковых клеток в более зрелые, функционально нормальные клетки, тем самым снижая их способность к неконтролируемому делению.

Витамин D также участвует в регуляции апоптоза — естественного процесса запрограммированной гибели клеток. Апоптоз является важным механизмом поддержания здоровья тканей: повреждённые или атипичные клетки должны своевременно самоуничтожаться. У раковых клеток эта способность часто нарушена, и витамин D, по данным ряда исследований, может способствовать восстановлению этого механизма.

Некоторые эпидемиологические исследования показывают, что достаточный уровень витамина D может быть связан

со снижением риска развития ряда онкологических заболеваний. Так, исследования, проведённые в Австралии, указывают на возможную роль витамина D в профилактике рак предстательной железы. При этом отмечается, что распространённость этого заболевания выше в северных странах, таких как Исландия, Дания и Швеция, где люди получают меньше солнечного света — основного естественного источника синтеза витамина D в организме.

Витамин D образуется в коже под действием солнечного ультрафиолетового излучения. При этом организм обладает механизмом саморегуляции его выработки: по мере насыщения синтез витамина постепенно уменьшается. Обычно для активации этого процесса достаточно около 10–15 минут пребывания на солнце, после чего скорость образования витамина D начинает снижаться. Благодаря этому естественному механизму риск токсичности при обычном солнечном воздействии крайне невелик.

## **Современные научные данные**

Витамин D — это жирорастворимый витамин, который часто называют гормоном, поскольку он регулирует экспрессию множества генов и участвует в разнообразных физиологических процессах. Он играет ключевую роль в поддержании минерального обмена, иммунитета, а также обладает потенциалом в профилактике и поддержке лечения различных заболеваний, включая онкологические.

## **Противораковые свойства витамина D**

Механизмы действия:

Витамин D и его активная форма — кальцитриол ( $1,25(\text{OH})_2\text{D}$ ) — взаимодействуют с витамин D-рецепторами (VDR), которые присутствуют во многих типах клеток, включая раковые. Это взаимодействие регулирует экспрессию генов, участвующих в клеточном росте, дифференцировке и апоптозе (программируемой клеточной смерти).

Влияние на раковые клетки:

**Дифференцировка:** Витамин D способствует превращению раковых клеток в более зрелые и менее агрессивные формы, что замедляет рост опухоли.

**Апоптоз:** Активный витамин D стимулирует апоптоз в раковых клетках, помогая организму избавляться от аномальных клеток.

**Антипролиферативный эффект:** Витамин D замедляет размножение раковых клеток.

Взаимодействие с витамином A:

Исследования показывают, что витамин D может влиять на экспрессию рецепторов витамина A (ретиноидных рецепторов), что усиливает их совместное действие в регуляции клеточного роста и дифференцировки.

**Профилактика рака предстательной железы и других видов рака:**

Эпидемиологические данные подтверждают связь между

низким уровнем витамина D и повышенным риском развития рака предстательной железы, толстой кишки, молочной железы и некоторых других видов рака. В странах с низкой инсоляцией (например, Исландия, Дания, Швеция) уровень витамина D у населения часто ниже, что может способствовать повышенной заболеваемости.

## **Источники витамина D**

**Синтез в коже:** Под воздействием ультрафиолетового излучения (UVB) в коже синтезируется витамин D3 (холекальциферол).

**Регуляция синтеза:** Организм действительно регулирует выработку витамина D, и при длительном пребывании на солнце избыток не накапливается.

**Пищевые источники:** Жирная рыба, рыбий жир, яйца, обогащённые продукты и добавки.

## **Рекомендуемые дозы**

Для взрослых обычно рекомендуют принимать от 600 до 2000 МЕ (международных единиц) витамина D в день в зависимости от возраста, географического положения, времени года и индивидуальных факторов. В некоторых случаях, например при дефиците, дозы могут быть значительно выше, но только под контролем врача.

## **Безопасность и токсичность**

Витамин D в нормальных дозах безопасен. Токсичность развивается крайне редко и обычно связана с длительным приёмом очень высоких доз (свыше 10 000 МЕ в день) без медицинского контроля.

Симптомы гипервитаминоза D включают гиперкальциемию, которая может привести к тошноте, слабости, почечным проблемам.

## **Современные рекомендации и исследования**

**Онкология:** Витамин D рассматривается как потенциальное дополнение к стандартным методам лечения рака, но не заменяет их. Клинические исследования продолжаются для определения оптимальных доз и схем применения.

**Иммунитет:** Витамин D поддерживает иммунную систему, снижая риск инфекций и воспалений, что также важно при онкологических заболеваниях.

**Общее здоровье:** Адекватный уровень витамина D связан с улучшением костного здоровья, снижением риска сердечно-сосудистых заболеваний и улучшением качества жизни.

Витамин D — важный гормоноподобный витамин с доказанными противораковыми и иммуномодулирующими свойствами.

Его дефицит связан с повышенным риском развития ряда видов рака, включая рак предстательной железы.

Оптимальные дозы витамина D зависят от индивидуальных факторов и должны подбираться с учётом лабораторных

показателей.

Самолечение высокими дозами витамина D не рекомендуется без консультации врача.

Регулярное умеренное пребывание на солнце и сбалансированное питание помогают поддерживать адекватный уровень витамина D.

# Витамин Е

Витамин Е – жирорастворимый витамин и он является одним из главных витаминов, участвующих в защите клеточных мембран. Также он необходим для усиления нашей иммунной системы.

В ходе одного из исследований 46% больных с лейкоплакией ротовой полости (предраковое заболевание) принимали витамин Е по 400 единиц 2 раза в день в течение 7 месяцев и продемонстрировали существенное клиническое улучшение в сравнении с больными, витамин Е не принимавшими.

В исследованиях на животных было показано, что витамин Е предотвращал развитие химически индуцированных опухолей.

Витамин Е усиливает эффективность химиотерапевтических средств борьбы с опухолью. Недостаток же витамина Е увеличивает токсический эффект химиотерапевтических лекарств (это относится, например, к воздействию адриамицина на сердечную мышцу).

Прием витамина Е способствует защите тканей от вредного воздействия лучевой терапии.

Многие исследователи рекомендуют витамин Е в форме сукцината, который, видимо, лучше проникает в клетки.

## **Основные функции витамина Е**

**Антиоксидантная защита:** Витамин Е (в основном в форме альфа-токоферола) защищает липиды клеточных мембран от перекисного окисления, предотвращая повреждение клеток свободными радикалами.

**Иммунная система:** Витамин Е способствует усилению иммунного ответа, улучшая функцию Т-лимфоцитов и других компонентов иммунитета.

**Поддержка сердечно-сосудистой системы:** Витамин Е защищает клетки сердечной мышцы и сосудов от окислительного стресса.

## **Витамин Е и предраковые состояния**

В клиническом исследовании с участием пациентов с лейкоплакией ротовой полости (предраковое заболевание) приём витамина Е в дозе 400 МЕ дважды в день в течение 7 месяцев действительно показал значительное улучшение состояния у 46% пациентов по сравнению с контрольной группой. Это свидетельствует о потенциале витамина Е в профилактике прогрессирования предраковых изменений.

## **Противоопухолевое действие**

Данные на животных моделях: Исследования на животных подтверждают, что витамин Е способен предотвращать развитие химически индуцированных опухолей, снижая окислительный стресс и воспаление.

**Влияние на химиотерапию:** Витамин Е может уменьшать токсичность некоторых химиотерапевтических препаратов, особенно адриамицина (доксорубицина), который известен своей кардиотоксичностью. Однако данные о влиянии витамина Е на эффективность химиотерапии неоднозначны. В некоторых случаях антиоксиданты могут снижать эффективность лечения, поэтому приём витамина Е во время химиотерапии должен контролироваться врачом.

**Защита от радиации:** Витамин Е способствует защите тканей от повреждений, вызванных лучевой терапией, снижая воспаление и окислительный стресс.

### **Формы витамина Е и биодоступность**

Витамин Е существует в нескольких формах, наиболее изученной и биологически активной является альфа-токоферол.

Ацетат и сукцинат альфа-токоферола — популярные формы для приёма в добавках. Некоторые исследования указывают, что сукцинат может лучше проникать в клетки и обеспечивать более устойчивое действие, однако клинические данные пока ограничены.

Важно учитывать, что высокие дозы витамина Е (свыше 400 МЕ в сутки) могут увеличивать риск кровотечений, особенно у пациентов, принимающих антикоагулянты.

### **Современные рекомендации и предостережения**

**Дозировки:** Для взрослых обычно рекомендуемая суточная доза витамина Е составляет 15 мг (около 22,4 МЕ). Для терапевтических целей дозы могут быть выше, но не должны превышать 400 МЕ без медицинского контроля.

**Безопасность:** Витамин Е в адекватных дозах безопасен, но приём очень высоких доз может повышать риск кровотечений и взаимодействовать с лекарствами.

**Исследования:** Некоторые крупные клинические исследования, например, SELECT (Selenium and Vitamin E Cancer Prevention Trial), показали, что **приём высоких доз витамина Е не уменьшал риск развития рака простаты и даже мог увеличить его у некоторых групп пациентов.** Это подчёркивает необходимость осторожного подхода к применению витамина Е в профилактике рака.

Витамин Е — важный антиоксидант, поддерживающий защиту клеточных мембран и иммунитет.

Он может играть роль в профилактике предраковых состояний и снижении токсичности некоторых методов лечения рака, но его влияние на эффективность химиотерапии неоднозначно.

Приём витамина Е в высоких дозах требует медицинского контроля из-за возможных рисков.

Оптимальная форма и дозировка витамина Е зависят от индивидуальных потребностей и состояния здоровья пациента.

# Витамины группы В

Группа витаминов, куда входят витамин В1, В2, В3, В6, В12, фолиевая кислота и пантотеновая кислота. Эта группа действует как одна биохимическая команда и помогает в ускорении химических реакций обмена веществ и энергии. Дефицит одного или нескольких витаминов из группы В подавляет способность иммунной системы бороться с раком.

Пантотеновая кислота и витамин В6 препятствует росту опухоли, в то время как дефицит витамина В6 подавляет такие функции иммунной системы, как активность Т-клеток, продукция антител и другие. У больных раком часто обнаруживают недостаточный уровень фолиевой кислоты, которая подавляет рост опухолей, особенно опухолей, вызванных какими-либо химическими факторами.

Витамины В1 (тиамин) и В2 (рибофлавин) стимулируют деятельность иммунной системы не напрямую, а прежде всего через участие в работе слизистых оболочек, формировании красных кровяных клеток и в метаболизме углеводов – наиболее быстродействующего и широко используемого в организме топлива.

Также витамины группы В очень важны для нормального функционирования центральной и периферической нервных систем. Принимаемые совместно, витамины группы В усиливают действие друг друга.

Таким образом, витамины группы В — это комплекс водорастворимых витаминов, включающий тиамин (В1), рибофлавин (В2), ниацин (В3), пиридоксин (В6), фолиевую кислоту (В9), пантотеновую кислоту (В5), биотин (В7) и кобаламин (В12). Они играют ключевую роль в обмене веществ, энергетическом метаболизме и поддержании здоровья иммунной и нервной систем.

## **Основные функции витаминов группы В**

**Обмен веществ и энергии:** Витамины группы В участвуют в катализе множества ферментативных реакций, обеспечивая превращение углеводов, жиров и белков в энергию.

**Иммунная система:** Дефицит витаминов В6, В9 и В12 может снижать эффективность иммунного ответа, снижая активность Т-лимфоцитов, продукцию антител и другие иммунные функции.

**Нервная система:** Витамины В1, В6 и В12 крайне важны для нормального функционирования центральной и периферической нервной системы, участвуют в синтезе нейротрансмиттеров и поддержании миелиновой оболочки нервных волокон.

**Кроветворение:** Витамины В9 (фолиевая кислота) и В12 необходимы для синтеза ДНК и образования эритроцитов.

## **Влияние на рак и иммунитет**

**Пиридоксин (В6):** Исследования показывают, что вита-

мин В6 участвует в регуляции иммунного ответа и может препятствовать росту опухолей. Дефицит В6 приводит к ослаблению иммунитета и повышает риск развития некоторых видов рака.

**Фолиевая кислота (В9):** Игрет двойственную роль: адекватный уровень фолатов необходим для нормального деления клеток и поддержания иммунитета, однако избыток фолиевой кислоты при уже существующих опухолях может способствовать их росту. Поэтому приём фолатов должен контролироваться врачом.

**Пантотеновая кислота (В5):** Участвует в синтезе кофермента А, важного для метаболизма, и может оказывать противоопухолевое действие, хотя данные ограничены.

**Витамины В1 и В2:** Влияют на здоровье слизистых оболочек и энергетический обмен, что косвенно поддерживает иммунитет и улучшает общее состояние организма.

## **Взаимодействие и совместный приём**

Витамины группы В часто работают синергично, усиливая действие друг друга, поэтому при дефицитах обычно рекомендуют комплексный приём.

Современные исследования подтверждают, что сбалансированное поступление всех витаминов группы В важно для поддержания иммунитета, нормального метаболизма и нервной функции.

## **Клинические данные и рекомендации**

Дефицит витаминов группы В часто встречается у онкологических больных из-за нарушенного питания, химиотерапии и других факторов, что ухудшает прогноз и качество жизни.

Добавки витаминов группы В могут улучшать иммунный статус и уменьшать побочные эффекты лечения, но дозировки и состав должны подбираться индивидуально.

Исследования: Последние клинические данные подтверждают, что поддержание адекватного уровня витаминов группы В способствует улучшению иммунного ответа и может замедлять прогрессирование некоторых опухолей, однако витамины не являются самостоятельным противораковым средством.

Витамины группы В — жизненно важные микроэлементы, поддерживающие обмен веществ, иммунитет и нервную систему.

Их дефицит ослабляет иммунный ответ и может способствовать развитию и прогрессированию рака.

**Комплексный приём витаминов группы В предпочтителен для достижения синергетического эффекта.**

Приём витаминов группы В должен контролироваться специалистом, особенно у онкологических пациентов.

# Витамин К

Главной функцией этого витамина является участие в процессе свертывания крови. Имеются также данные о том, что этот витамин, особенно в форме К<sub>3</sub>, обладает противораковыми свойствами. Данная форма витамина К может быть токсичной, в отличие от предшествующей формы К<sub>1</sub> (филлохинон).

Растущее количество данных свидетельствует о возможной роли витамина К в ряде процессов, связанных с онкологическими заболеваниями.

Отмечается, что витамин К<sub>1</sub> может усиливать антиметастатические свойства естественных антикоагулянтных факторов крови, которые участвуют в регуляции процессов свертывания и микроциркуляции.

Также наблюдалось, что у некоторых онкологических пациентов, получающих антибиотики для лечения инфекций, выявляется выраженный дефицит витамина К. Это может быть связано с тем, что часть витамина К синтезируется кишечной микрофлорой, которая нередко нарушается при длительной антибиотикотерапии.

По имеющимся данным, приём около 1 мг витамина К<sub>1</sub> в день обычно считается безопасным и, как правило, не представляет опасности даже для пациентов, получающих антикоагулянтную терапию, однако в таких случаях его приме-

нение должно согласовываться с лечащим врачом.

Витамин К — жирорастворимый витамин, ключевая функция которого — участие в процессе свертывания крови. Он также играет важную роль в метаболизме костей, защите сосудов и поддержании иммунитета. Витамин К существует в нескольких формах: витамин К1 (филлохинон), преимущественно из растительных источников, и витамин К2 (менахиноны), который синтезируется кишечной микрофлорой и содержится в ферментированных продуктах. Витамин К3 (менадион) — синтетическая форма, обладающая большей токсичностью и редко используемая в клинической практике.

## **Противораковые свойства и роль витамина К**

Витамин К1 усиливает антиметастатические свойства антикоагулянтов и способствует регуляции клеточного цикла, что может замедлять рост и распространение опухолей.

Дефицит витамина К часто выявляется у онкологических больных, особенно при длительном приёме антибиотиков, которые нарушают микрофлору кишечника и снижают синтез витамина К2.

Исследования показывают, что витамин К2 (особенно формы МК-4 и МК-7) улучшает минеральную плотность костной ткани и снижает риск переломов, что важно для пациентов с онкологическими заболеваниями и остеопорозом.

## **Функции витамина К в организме**

Свертываемость крови: Витамин К необходим для карбоксилирования факторов свертывания крови (II, VII, IX, X), что обеспечивает эффективное прекращение кровотечения.

Здоровье костей: регулирует синтез остеокальцина — белка, участвующего в минерализации костей.

Защита сосудов: участвует в активации матриксного Gla-белка, который препятствует кальцификации сосудов.

Поддержка нервной системы: Витамин К участвует в образовании сфинголипидов, важных структур для передачи нервных импульсов.

Метаболизм глюкозы: способствует синтезу инсулина поджелудочной железой.

Антиоксидантная и противовоспалительная активность: Защищает клетки от окислительного стресса и воспаления.

## **Безопасность и дозировки**

Витамин К1 в дозах до 1 мг в сутки безопасен для большинства пациентов, включая тех, кто принимает антикоагулянты.

Витамин К3 (менадион) обладает токсичностью и практически не используется в медицинской практике.

Дефицит витамина К встречается редко, но может развиваться при нарушениях всасывания, заболеваниях печени, длительном приёме антибиотиков и недостатке жиров в ра-

ционе.

## **Научные данные и исследования**

Исследования подтверждают, что витамин K2 способствует снижению риска сердечно-сосудистых заболеваний и остеопороза благодаря улучшению здоровья сосудов и костей.

Рандомизированные клинические испытания показывают, что добавки витамина K2 (МК-4 и МК-7) улучшают минеральную плотность костей и снижают частоту переломов у женщин в постменопаузе.

Дефицит витамина K у онкологических больных связан с ухудшением прогноза и повышенным риском кровотечений, особенно при приёме антибиотиков.

Витамин K1 способствует снижению риска метастазирования и поддерживает антикоагулянтную систему организма.

Исследования на пожилых людях показали связь между уровнем витамина K1 и сохранением двигательной активности и способности к выполнению бытовых задач.

# Вода

Хоть и не является питательным компонентом, но использование чистой воды, по мнению многих врачей, является крайне необходимой мерой при лечении рака.

Конечно, наилучшей водой является родниковая вода, не содержащая пестицидов и прочих химикатов. Крайне нежелательной является хлорированная вода, то есть вода из-под крана, а также вода с добавлением фтора.

Для такой воды необходимо использовать системы очистки воды.

Существует 3 основных типа фильтров для воды:

1. Угольные фильтры, из которых цельные блочные угольные фильтры значительно более эффективны для удаления органических химикатов, чем активированные гранулированные угольные фильтры. Первый тип фильтров также не удаляет неорганические компоненты, в том числе полезные минеральные вещества.

2. Системы обратного осмоса, в которых вода проходит под давлением через мембрану. Более эффективны против неорганических загрязнений, таких как нитраты и тяжелые металлы, например свинец.

3. Дистилляция – очищение воды путём кипячения и конденсации, в результате которых эффективно удаляются металлы и другие неорганические компоненты, однако некото-

рые органические компоненты могут не удаляться, если их температура кипения близка к температуре кипения воды.

Наилучшим является фильтр, объединяющий несколько методов очистки.

## **Современные научные данные**

Чистая вода — жизненно важный компонент здоровья и поддержания нормального функционирования организма, особенно при лечении и профилактике различных заболеваний, включая рак. Хотя вода не является питательным веществом, её качество оказывает существенное влияние на общее состояние здоровья и эффективность терапии.

## **Значение чистой воды при лечении рака**

Вода необходима для выведения токсинов, поддержания гидратации клеток и нормализации обменных процессов.

Обезвоживание снижает эффективность иммунной системы и может ухудшать переносимость лечения.

Чистая вода помогает снизить нагрузку на почки и печень, что особенно важно при химиотерапии и других интенсивных методах лечения.

## **Качество питьевой воды**

Родниковая вода действительно может быть хорошим источником природных минералов и не содержать вредных химикатов, однако её качество зависит от региона и источника.

Перед употреблением родниковую воду рекомендуется проверять на наличие бактерий, вирусов и загрязнений.

Вода из-под крана во многих регионах содержит хлор и фтор, которые используются для обеззараживания и профилактики кариеса соответственно. Современные стандарты качества регулируют их безопасные концентрации, однако у некоторых людей может проявляться повышенная чувствительность или аллергия.

Хлорированная вода при длительном употреблении в больших количествах может образовывать побочные продукты хлорирования, потенциально вредные для здоровья.

Фторированная вода помогает предотвращать кариес, но избыток фтора может привести к флюорозу и другим проблемам.

## **Методы очистки воды**

### **Угольные фильтры**

Активированный уголь эффективно удаляет органические загрязнители, хлор, неприятные запахи и вкусы.

Цельные блочные угольные фильтры обладают большей эффективностью по сравнению с гранулированными.

Не удаляют растворённые неорганические вещества и минералы, которые могут быть полезны.

### **Системы обратного осмоса**

Пропускают воду через полупроницаемую мембрану, удаляя до 99% растворённых солей, тяжелых металлов (свинец, ртуть, мышьяк), нитратов и микроорганизмов.

Удаляют также полезные минералы, поэтому рекомендуется последующая минерализация воды.

## **Дистилляция**

Вода кипятится, пар конденсируется и собирается в чистом виде, что эффективно удаляет большинство загрязнителей, включая металлы и микроорганизмы.

Некоторые летучие органические соединения с температурой кипения близкой к таковой у воды могут частично сохраняться.

## **Рекомендации по выбору и использованию фильтров**

Оптимально использовать комбинированные системы очистки, объединяющие несколько методов (например, угольный фильтр + обратный осмос + минерализатор).

Регулярно менять фильтрующие элементы согласно рекомендациям производителя для поддержания эффективности.

Проводить периодический анализ воды, особенно если используется родниковая или колодезная вода.

При наличии специфических проблем со здоровьем (например, почечная недостаточность) консультироваться с

врачом по выбору типа воды и фильтрации.

Исследования подтверждают, что качество питьевой воды влияет на риск развития некоторых заболеваний, включая онкологические. Загрязнённая вода с тяжелыми металлами и органическими токсинами может повышать канцерогенный риск.

Удаление хлора и его побочных продуктов снижает риск раздражения слизистых и аллергических реакций.

Поддержание адекватного уровня гидратации улучшает иммунный ответ и способствует лучшей переносимости противоопухолевой терапии.

# Водолечение

Водолечение может принести очень большую пользу больным раком, так как вода стимулирует иммунную систему, увеличивает количество лейкоцитов, помогает удалять токсины и способствует достижению состояния расслабления, необходимого для активизации целительных возможностей организма.

Водолечение, также называемое гидротерапией – это использование воды, пара, льда для поддержания и восстановления здоровья.

Лечение может заключаться в погружении в воду всего тела, а также в использовании паровых ванн, сауны, сидячих ванн (в которых тазовая область погружается в теплую или холодную воду для обеспечения температурного контраста для таза и половых органов), горячих и холодных компрессов. Гидротерапия эффективна при широком круге болезней и как часть самолечения может легко применяться в домашних условиях.

Исторически, сторонники водолечения предполагали использование трёх простых методов.

## Метод №1. Обертывание

Цель обертывания – обеспечение мягкого нарастания температуры тела. Этот метод также является вариантом

тепловой терапии (гипертермии), служащей для стимуляции иммунной системы или детоксикации. Обертывание также может быть использовано перед холодными аппликациями.

Для процедуры необходимы: сухая хлопковая простыня, 2 шерстяных одеяла, 2 водяных грелки (не электрических) и холодный компресс.

Расстелите 2 одеяла и положите на них простыню. Разденьтесь и заворачивайтесь в простыню. Одна грелка кладется на живот, другая к ногам. На лицо по желанию можно положить холодный компресс. Нужно завернуться в одеяла и оставаться завернутым от 20 до 60 минут. Цель процедуры – нагреть тело и увеличить потоотделение.

Если желательно нагреть только нижнюю половину тела, то может использоваться половинное обертывание. В таком случае тело оборачивают ниже талии, и грелка помещается между ног. Этот метод мягче, чем предыдущие и может использоваться у людей с заболеваниями периферических сосудов и потерей чувствительности в ногах.

После процедуры необходимо сполоснуться прохладной водой. Нельзя допускать перегревания. Желательно, чтобы кто-то находился рядом с больным во время первых процедур.

## **Метод №2. Самостоятельная гипертермия**

Может быть локальной или общей и может применяться дома с целью подъема температуры тканей, уничтожения

чувствительных к высокой температуре организмов (вирусов, бактерий и т.д.), повышения иммунитета и ускорения удаления токсических веществ из организма.

Данная техника также может быть полезной как дополнительное лечение. Она эффективна при респираторных заболеваниях, которые являются частым осложнением при различных типах рака, в том числе рака легких. Этот метод также помогает удалять из организма тяжелые металлы путем усиления потоотделения.

Для проведения процедуры необходима горячая ванна, желательно с чистой водой, с температурой воды до 60-70 градусов, таз с очень холодной водой, полотенце и чистая питьевая вода. Лечение заключается в погружении в горячую ванну на время до 1 часа. Температура должна поддерживаться всё время. Если есть склонность к головным болям, то можно положить холодный компресс на голову. Измеряйте температуру тела, помещая градусник в рот каждые 10-15 минут, и если температура тела повышается, то уменьшайте температуру воды и сильнее охлаждайте голову. После процедуры нужно сполоснуться под прохладным душем (желательно использовать только глицериновое мыло). Затем опять завернуться в одеяло и находиться в тепле некоторое время. Вместо горячей ванны для нагрева тела можно использовать сауну. Локальное прогревание легких может быть осуществлено через вдыхание пара. Если вдыхание пара производится только для лечения верхних дыхательных

путей, то следует избегать вдыхания пара глубоко в легкие.

## **Предостережения**

1. Перед проведением процедур гипертермии пациенту рекомендуется проконсультироваться с врачом, особенно если у него имеются сопутствующие заболевания.

Такая консультация особенно важна при наличии повышенного или пониженного артериального давления, при сахарном диабете, а также при серьёзных заболеваниях сердца и нервной системы.

Медицинская оценка состояния позволяет определить безопасность проведения процедур гипертермии и при необходимости скорректировать их режим или продолжительность.

Не следует использовать гипертермию при беременности.

2. Обращайте внимание на признаки гипервентиляции, такие как ощущение онемения и покалывания в губах, руках или в стопах. Если они появились, необходимо уменьшить температуру воды в ванне, дышать животом, а не грудью или дышать в пакет, до тех пор, пока покалывание не пройдет.

3. Хотя в большинстве случаев горячая вода хорошо переносится, в некоторых случаях повышение температуры тела может произойти очень быстро. В таких случаях лечение необходимо сразу прекратить.

4. После лечения вставайте медленно и будьте осторожны под прохладным душем, чтобы не упасть в об-

**морок. На случай подобных осложнений рекомендуется, чтобы кто-то был рядом**

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.