

**FILOZOFICKÁ FAKULTA UNIVERZITY PALACKÉHO
V OLOMOUCI**

KATEDRA SLAVISTIKY

**PŘEKLAD ODBORNÉHO TEXTU (ZDRAVÁ STRAVA A
ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA)**

**SPECIALIZED TRANSLATION (HEALTHY EATING AND
ALTERNATIVE MEDICINE)**

VYPRACOVALA: Bc. Barbora Tichá

VEDOUCÍ PRÁCE: PhDr. Milena Machalová

Olomouc 2021

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedenou literaturu a zdroje.

V Olomouci dne 5.5.2021

Podpis

Ráda bych poděkovala vedoucí PhDr. Mileně Machalové za odborné vedení magisterské práce, připomínky a cenné rady, které mi během psaní práce poskytla. Také bych ráda poděkovala za podporu své rodině.

Obsah

ÚVOD.....	6
1 TEORETICKÁ ČÁST	8
1.1 Překlad	8
1.1.1 Překladačské metody	13
1.1.2 Úloha a kompetence překladatele.....	14
1.1.3 Odborný styl a odborný text	18
1.1.4 Překlad termínů.....	19
1.1.5 Ekvivalentnost a adekvátnost	20
1.1.6 Srovnání češtiny a ruštiny.....	23
1.1.7 Nové tendence v překládání.....	25
2.1 Alternativní medicína.....	26
2.1.1 Alternativní medicína vs. konvenční medicína	27
2.1.2 Metody alternativní medicíny.....	28
2.1.3 Alternativní medicína v České republice.....	28
2.1.4 Alternativní medicína v Rusku	30
2.1.5 Psychosomatika a její vliv zdraví	33
2 PŘEKLAD ODBORNÉHO TEXTU.....	35
2.1 Teorie B. V. Bolotova jako převratný objev	35
2.2 Komentář k překladu.....	73
ZÁVĚR.....	78
PE3IOME.....	80
SEZNAM LITERATURY	87
SEZNAM PŘÍLOH	92
PŘÍLOHY	93

1	Rusko-český glosář	93
2	Seznam zkratkových slov	106
3	Перевод специализированного текста	107

ÚVOD

Silnou motivací pro předloženou diplomovou práci je moje zkušenost z práce bakalářské, která byla mým prvním pokusem o komentovaný překlad většího rozsahu. Další motivací byla možnost zvolit si text, jehož tematika je mi svým zaměřením blízká. V obou případech jde o příspěvky k hledání způsobů, jak si uchovat a chránit dobré zdraví. V bakalářské práci to bylo zčásti odborné a zčásti populární pojednání o zdravé výživě a jak k ní přispívat, text této práce je objasněním a deskripcí kroků, které má člověk respektovat, pokud chce předcházet nemocem, a když už nastanou, jak je léčit pomocí alternativní medicíny. Nejde o nějaké sumáře možností alternativních přístupů, ale o konkrétního autora, jeho preventivní léčebné postupy v řadě prototypických civilizačních nemocí, i praktické návody, jak vzniklé choroby léčit šetrnějším než pouze farmaceutickým postupem. Autorem textu je známý ruský odborník Дмитрий Наумов, název textu Терапия без таблеток. Быть здоровым легко!

Překládaná kniha se zabývá ruskou alternativní léčbou různých onemocnění, obsahuje doporučení lékaře a vybrané příklady vhodných pokrmů. Kniha je určena především odborníkům v oblasti medicíny a zdraví a rovněž čtenářům, kteří chtějí prohloubit své dosavadní znalosti dané problematiky. Kniha seznamuje své čtenáře se současným stavem a možnostmi alternativních přístupů v medicíně, porovnáním pohledu konvenční a alternativní medicíny na léčbu s konkrétními případy zotavení se a doporučuje vhodnou léčbu s ohledem na aktuální stav člověka.

Kniha slouží čtenářům, kteří jsou již s daným tématem obeznámeni. Jde o text, který je nasycen terminologií z oblasti medicíny a zdravého životního stylu. Na rozdíl od očekávání nejde o text čistě odborný, ale o text s prvky populárně-naučného stylu.

Důvodem k výběru tohoto tématu je můj dlouhodobý zájem o zdravý životní styl, který úzce souvisí s medicínou a psychologií. Zdraví považuji za velmi důležitý aspekt v životě každého člověka, proto se snažím aktivně využívat alternativních způsobů léčby a současně celostního přístupu ke zdraví. Právě proto jsem si zvolila pro překlad toto téma, které je mi blízké a díky svým dosavadním znalostem se v problematice lépe orientuji. Nápomocná mi byla také moje bakalářská práce, ve které jsem se věnovala podobnému tématu, tj. zdravé výživě.

Práce má následující části – teoretický rámec, samotný překlad vybraného textu, komentář k překladu, přílohy a závěrečné shrnutí. Teoretická část seznamuje čtenáře

s výkladem o překladu a alternativní medicíně. Přílohy obsahují terminologický glosář s klíčovými výrazy a zkratkovými slovy.

Cílem diplomové práce je seznámit čtenáře s problematikou v oblasti konvenční medicíny a s možnostmi, které mohou využít v rámci jiných, alternativních přístupů, které jsou z pohledu zdraví šetrnější a vhodnější. Jde však stále o oblast medicíny, která není ve všech svých specifikách prozkoumána a není provedeno vícero výzkumů. Věda jde stále dopředu, a proto i alternativní medicína získává stále více příznivců.

Poukazuji na to, že lidé nemusí jako první možnost sáhnout po lécích, ale že i profesionálové ve svém oboru a lékaři nabízejí a doporučují k běžným léčebným metodám i alternativní metody. Jde o nejrůznější formy meditace, homeopatii, fytoterapii, reflexologii, akupunkturu a další.

Při samotném překládání jsem zvolila tento pracovní postup: seznámení se s celou publikací a překládaným textem – zjistit, o jaký typ textu se jedná, co je jeho cílem a pro koho je určen. Dále sledování shod a rozdílů mezi výchozím a cílovým jazykem a hledání vhodných překladových řešení. Hlavním kritériem pro konečnou volbu byla vhodnost, odpovídající terminologie a adekvátnost obsahové stránky textu.

Překládaný text obsahuje apelativní a informační části. Text je místy nasycen značným množstvím cenných informací a terminologií, kvůli čemuž nemusí být četba vhodná pro laiky. Kniha se snaží čtenáře přesvědčit o aplikaci zmíněných rad a doporučení lékaře, který se alternativní léčbě věnuje řadu let a jeho jméno je spojováno s významnými vědeckými objevy.

Mou snahou bylo respektovat původní text, jeho záměr a obsahovou stránku a podřídit se mu při samotném překládání, jakož i volbě odpovídajících jazykových prostředků. Z uvedeného vyplývá i cíl mé práce – adekvátní překlad původního textu, doplněný o terminologický glosář se základními termíny pro lepší orientaci a využitelnost v praxi.

1 TEORETICKÁ ČÁST

Ve své bakalářské práci (Tichá, 2018) jsem si přehledem různých pohledů na charakteristiku překladu, typy překladu a teorie, které se různými aspekty překladu zabývají, vytvořila teoretický rámec potenciálních možností přístupu k procesu překládání a jeho žádoucího výsledku – adekvátnímu překladu. Některé koncepce, které odpovídaly cílům mé práce, tj. korektnímu komentovanému překladu zvoleného textu, jsem pak aplikovala jednak implicitně tím, že jsem např. při rozhodovacím procesu o adekvátnosti ekvivalence upřednostnila řešení, pro která jsem našla v dané koncepci opodstatnění, jednak explicitně, kdy jsem pro dané řešení uváděla reference k teoretickému zdroji, nebo přímo využila autentických citací. Považuji za přirozené, že na tento teoretický rámec poznatků o překladu a překládání v této práci navazují, ale bylo by informačně nadbytečné a eticky nežádoucí přehled koncepcí a jejich představitelů zde prezentovat jinak než stručným odkazem (Tichá, 2018, sekce 1.2, str. 14-21).

Nezařazena do bakalářské práce zůstala koncepce překladatelovy neviditelnosti a zmínka o strojovém překladu, kterými vzhledem k jejich aktuálnosti doplňují tuto teoretickou část.

1.1 Překlad

Překlad se nedá vnímat pouze jako převod textu z jazyka výchozího do jazyka cílového, jde tam především i o vyjadřování obsahu a text může být transformován hned několika způsoby. Překladatel musí pochopit obecný smysl, tzv. invariant informace a zároveň být schopen ho převést do cílového jazyka. V překladu musí být zachována obsahová, stylistická a estetická hodnota.¹ Nejde tedy jen o čistý převod informace, teoretici vnímají překlad jako mnohem složitější proces. Ruský teoretik a překladatel A. V. Fjodorov praví: „перевести — значит выразить верно и полно средствами одного языка то, что уже выражено ранее средствами другого языка“.² Podle slov J. I. Reckera by překlad neměl vyjadřovat pouze to, co je v originále, ale měl by zachovat také způsob, jakým je vyjádřen. Vztahuje se to jak na celý překlad jako celek, tak na jednotlivé části textu.³

¹ ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X., str. 22.

² ФЕДОРОВ А.В. Основы общей теории перевода. М., 1983. стр. 10.

³ РЕЦКЕР Я.И. Теория перевода и переводческая практика. М., 1974. стр. 7.

Základy současného překladatelství se začaly zpracovávat v polovině 20. století. Tehdy se začal zvyšovat zájem o překladatelskou problematiku ze strany lingvistů. Moderní teorie překladu je založena na verbální komunikaci a její výměně informací mezi lidmi hovořícími jiným jazykem. Taková komunikace je možná pouze za přítomnosti prostředníka, který bude schopen vnímat a reprodukovat informace z jednoho jazyka do druhého. Takových jazykových zprostředkovatelů je více, ale překlad se od ostatních (např. resumé, anotace) liší zejména tím, že jde o úplnou náhradu originálu. Překlad má dvě podoby – písemnou a ústní. U písemného překladu jsou texty v psané formě, ke kterým se může překladatel opakovaně vracet. To mu umožňuje využít slovníky, příručky a konzultace s odborníky.⁴

Objektivním ukazatelem porovnání textů originálu a překladu je stupeň ekvivalentnosti (viz str. 18) a slouží jako jedno z kritérií pro hodnocení. Záleží však i na řadě dalších faktorů. V mnoha případech je naopak dosažení maximální ekvivalentnosti dokonce nežádoucí. Právě proto byl zaveden nový termín „adekvátnost překladu“, který označuje shodu překladu s požadavky a podmínkami konkrétní činnosti mezijazykové komunikace. Pojmy ekvivalence a adekvátnost nejsou totožné – adekvátní překlad zahrnuje určitý stupeň ekvivalentnosti, ale ekvivalentní překlad být adekvátní nemusí. Hodnotící povahu mají také termíny *doslovný překlad* a *volný překlad*. Doslovný překlad reprodukuje přesné prvky originálu a snaží se je kopírovat, což může narušit normy jazyka překladu nebo jej zkreslit. Volný překlad se naproti tomu realizuje při nižší úrovni ekvivalentnosti, přesné znění originálu není dodrženo a pracuje s textem mnohem volněji. Můžeme říct, že se jedná o určitou formu parafráze.⁵

Analýza překladu je mnohem složitější, než by se na první pohled mohlo zdát, a je zkoumána ze všech úhlů. Sleduje se nejenom lingvistický a literárně-vědecký přístup, ale i sémiotický, psychologický, komunikativní a kulturně antropologický. Sémiotický přístup se týká tzv. faktoru času, tj. zda překladatel přizpůsobí např. historické dílo současnému čtenáři, a tzv. faktoru prostoru, tedy systémy východiskového a cílového jazyka. Psychologie souvisí s tvořivostí překladatelského procesu a jak překladatele ovlivňuje originální text. Kulturní antropologie pak řeší problém přeložitelnosti a nepřeložitelnosti

⁴ КОМИССАРОВ, Вилен Н. Современное переводоведение. Курс лекций. [online]. Москва: ЭТС, 1999 [cit. 2021-03-05]. ISBN 5-93386-015-8. Dostupné z: <https://studfile.net/preview/4534952/>, str. 109-111

⁵ Tamtéž str. 113-114

literárního díla.⁶ Mezi originálem a překladem existují i jisté spojitosti, a to spojitost informační (texty jsou nositeli kódovaných informací) a spojitost funkční (texty jsou potencionálními komunikáty).⁷

Existují dva hlavní funkční typy překladu, a sice umělecký (literární) a informativní (neliterární) překlad. Umělecký překlad je překladem beletristické literatury. Překladatel má tedy za úkol převést umělecké a estetické prvky originálu a vytvořit plnohodnotný literární překlad. K dosažení daného cíle má překladatel volnější ruku při výběru jazykových prostředků. Informativní překlad má naopak v první řadě předat určité informace a dosáhnout co nejpřesnější ekvivalence, nikoliv přenést estetický dojem. Řadíme sem texty vědecké, obchodní nebo politické. Nelze však říct, že by byly texty pouze umělecké nebo pouze informativní. Skoro vždy se setkáme s uměleckým textem, který v sobě nese prvky čistě informativní funkce, a s informativním textem s literárními prvky.⁸

Rozlišujeme překlad jako produkt a překlad jako činnost. Překlad jako činnost zahrnuje překladatelský proces od zadání, analýzy a interpretace originálu až po vytyčení/určení překladatelských metod, koncepce a strategie, vedoucí k vytvoření cílového textu. Naproti tomu je překlad jako produkt brán jako text, který vznikl transformací výchozího textu. Proces překladatelský je procesem komunikačním. Zahrnuje i účastníky komunikace ve výchozím a cílovém kontextu (tj. autora i zadavatele, překladatele a příjemce). Nejde pouze a jenom o jazykové a kulturní rozdíly, ale i o přenesení určité kultury. Překlad tedy můžeme definovat jako mezijazykovou komunikaci.⁹ Obdobně překlad rozděluje S. G. Barchudarov. Prvním z nich je *překlad jako výsledek určitého procesu*, tedy samotné označení pro překládaný text. Druhým typem je *překlad jako samotný proces*, který vnímáme jako překladatelskou činnost. Nutno podotknout, že překladatelským procesem není míněna mentální či psychická aktivita překladatele (tj. psychofyzilogický proces, který probíhá v mozku během překládání). Mluvíme-li o transformaci, mluvíme o určitém vztahu mezi dvěma jazykovými

⁶ KUFNEROVÁ, Zlata. Překládání a čeština. Jinočany: H & H, 1994. Linguistica (H & H). ISBN 80-85787-14-8, str. 8-9.

⁷ FIŠER, Zbyněk. *Překlad jako kreativní proces: teorie a praxe funkcionalistického překládání*. Brno: Host, 2009. Studium (Host). ISBN 978-80-7294-343-2, str. 181.

⁸ КОМИССАРОВ, Вилен Н. Современное переводоведение. Курс лекций. [online]. Москва: ЭТС, 1999 [cit. 2021-03-05]. ISBN 5-93386-015-8. Dostupné z: <https://studfile.net/preview/4534952/>, str. 115

⁹ KNITTLOVÁ, Dagmar, Bronislava GRÝGOVÁ a Jitka ZEHNALOVÁ. Překlad a překládání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 291 s. Monografie. ISBN 9788024424286, str. 221-222

jednotkami, z nichž jedna je originální a druhá je vytvořena na základě první. Pokud tedy z původního textu v původním jazyce překladatel vytvoří za pomoci transformací cílový text v cílovém jazyce, hovoříme o překladatelském procesu. Proces můžeme vnímat také jako typ transformace (konkrétněji jde o interlingvální transformaci).¹⁰

Ve své bakalářské práci jsem zmiňovala tzv. teorii skoposu, kde hlavní prioritou není ekvivalence, ale *účel* překladu. Podle A. Neuberta je hlavním kritériem *zacílenost*. „Hledisko žánrové charakteristiky, resp. hledisko funkčně stylistické je tu ku pomoci, rozhodující je ale skopos konkrétní překladatelské zakázky.“ (Fišer:2009, str. 111) A. Neubert vyděluje čtyři typy překladu. Prvním typem jsou texty, v nichž je zacílenost originálu i překladu totožná. Jde zejména o odborné a technické texty. Do druhého typu se řadí texty právní, politické, kulturní a ty, které jsou určeny výhradně pro příjemce ve výchozím jazyce. Výchozí text se musí adaptovat na danou kulturu. Dalším typem jsou texty tak všeobecné (komunikačně i sociálně), že funkce bude plnit jak ve výchozím jazyce, tak i v cílovém. Mluvíme především o literárních textech. Poslední typ zahrnuje texty, jež budou primárně sloužit na cílové publikum, tj. reklamní materiály, informační letáky. Výchozí text slouží jako podklad pro překladatele, který ho rozvine.¹¹

Překladatelova neviditelnost

Charakter textu, který jsem si zvolila ke komentovanému překladu v této práci, mě donutil nalézat řešení, která by odpovídala stylisticky i textotvorně velmi heterogennímu zdrojovému textu, ve kterém se střídají části deskriptivní, narativní a argumentativní, ve kterém autor vstupuje do textu přímou řečí, a ve kterém, poněkud nečekaně, není náročná jen část lexikální (s bohatostí anatomických termínů, medicínských procesů a terminologickým aparátem alternativní medicíny), ale i gramatická výstavba textu, se složitými souvětími nebo naopak větnými kondenzacemi, které nejsou často kontextově snadno dešifrovatelné. Terminologický aparát využívá zčásti terminologie mezinárodní, zčásti pragmaticky neočekávané, takže časté ověřování adekvátnosti překladových ekvivalentů je nutné (viz carská vodka vs. lučavka královská). Teoretickou oporou pro taková zvažování mi byla koncepce Lawrence Venutiniho (1995), kterou zde v hlavních myšlenkách představím.

¹⁰ БАРХУДАРОВ Л. С. *Язык и перевод* (Вопросы общей и частной теории перевода). М., «Международ. отношения», 1975, str. 5-6.

¹¹ FIŠER, Zbyněk. *Překlad jako kreativní proces: teorie a praxe funkcionalistického překládání*. Brno: Host, 2009. Studium (Host). ISBN 978-80-7294-343-2, str. 111-112.

Překladatelova neviditelnost – pod tímto označením, je často prezentována koncepce *Lawrence Venutiniho* (Venutini, 1995)¹², která je specifická nejen pohledem na teorii překladu, ale zejména na strategie uplatňované při překládání. Kniha prošla několika vydáními a lze ji považovat za poměrně široký historický záběr vývoje překladu – od 17. století do konce 20. století. Autor v ní připomíná, že převažující strategií v průběhu staletí byla *plynulost*. V podstatě to znamenalo *čtivost*, nenarušenost příjmu informací pocíťovanou cizostí přeloženého textu. Srovnáním britské, americké a evropské kultury Venutini dochází k závěru, že jsou značné rozdíly v tom, jak překladatelé daných kultur zprostředkovávají jazykové a obecně kulturní rozdíly zdrojového a cílového jazyka, tedy jestli je adaptují nebo zachovávají stopu cizosti. Tyto úvahy vedou ke dvěma možnostem přístupu:

1. Nechat čtenáře doma a adaptovaně mu zprostředkovat okolní svět.
2. Nechat čtenáře vstoupit do jiného kulturního světa a náznaky (stopami) cizosti narušit zaběhnuté konvence.

S tím souvisejí dvě strategie překládání, označované jako *domestikace* a *vnášení stop cizosti* do překladu. Venutini (1998) vnímá uvážené vnášení cizosti do překladu jako etickou volbu, která obohacuje čtenáře vědomím o existenci jiných kultur a jazykových preferencí. Naopak ponechávání čtenáře „doma“ považuje za přidávání *etnocentrických* postojů ke zdrojovému textu a upozorňuje na to, že tím vznikají v cílovém čtenáři nežádoucí *kanonické vzorce očekávání* a je ochuzen o *dimenzi srovnání s jinými kulturami*. Současně však poukazuje na to, že různé *společenské instituce* a *různá vydavatelství* vyvíjejí v tomto směru na překladatele různé *intenzivní formy nátlaku* (odtud i název *Skandály překladu*).¹³

Ventuniho přístup k neviditelnosti překladatele v cílovém textu je vlastně *dynamický*. Je to škála možností od neviditelnosti k různě intenzivním stopám viditelnosti, závislých na *charakteru překládaného textu* a *potřebách, kterým má sloužit*.

Teorie a praxe strojového překladu – přínos sovětských a ruských badatelů

Ve studiích o počátcích strojovém překladu v SSSR se uvádějí dvě hlavní badatelská místa: Leningrad a Moskva, čtyři instituce, z toho tři v Moskvě a jedna v Leningradě, a tři

¹² Venutini, Lawrence. 1995. *The translator's invisibility: a history of translation*. London: Routledge.

¹³ Venutini, Lawrence. 1998. *The Scandals of translation. Towards an ethics of difference*. London: Routledge.

mezinárodně uznávané osobnosti, Igor A. Meľčuk, Jurij D. Derenikovič a Olga S. Kulagina.

Vzhledem k tomu, že někteří vystudovali angličtinu jako univerzitní obor (Apresjan) nebo používali angličtinu jako cílový jazyk pro srovnávání s ruštinou a vytvářeli rusko-anglické slovníky, a také vzhledem k tomu, že publikovali v angličtině a prezentovali výsledky svého bádání na mezinárodních lingvistických konferencích, kde jazykem jednání byla angličtina, dosahovaly poznatky o strojovém překladu v sovětském Rusku uznání na mnoha místech tehdejšího politicky odděleného západního světa. K rozšíření výsledků sovětských badatelů výrazně přispěla v dalších letech i Meľčukova politicky vynucená emigrace do Kanady v roce 1977 a jeho profesorské působení na Univerzitě v Montrealu. Řada sovětských expertů z počátků vývoje strojového překladu pracovala na pracovištích spojených s přírodními vědami, a tak není divu, že prvními zkušebními texty byly texty matematické (převody z angličtiny do ruštiny, z francouzštiny do ruštiny). V návaznosti na získávané poznatky – jednak ze samotného procesu strojového převádění, jednak z kvality překladu, vznikaly v pozdějších letech na jednotlivých pracovištích specializované studie: teorie analytických modelů (Kulagina), úvahy o mezijazyce (interlingvě), forma umělého jazyka s vlastní morfologií a syntaxí, v němž byly jazykové prostředky seřazeny podle frekvence srovnatelných jevů v přirozeném jazyce (Andrejev). Přínosem pracovníků leningradského institutu (Zasorina, Cejtin) byla práce na vytvoření valenční syntaxe, vycházející z konfrontace ruštiny s angličtinou. Někteří, jako Meľčuk či Kulagina již za doby studií spolupracovali s akademií věd a získávali tak cennou průpravu pro vlastní projekty. Zatímco Apresjan je považován za hlavního představitele Moskevské sémantické školy, Kulagina, původně laborantka Institutu aplikované matematiky, je považována za průkopnici matematické lingvistiky v SSSR. Spektrum Malčukova přínosu, jak vyplývá z bibliografie jeho studií, bylo mnohem pestřejší, pokrývalo řadu rovin popisu přirozeného jazyka ve vztahu k teorii strojového překladu a stalo se inspirací pro tvorbu ruského národního korpusu.

1.1.1 Překladatelské metody

Překladatelské postupy jsem již zmiňovala ve své bakalářské práci (Tichá, 2018). Nyní se proto zaměřím na metody při překládání.

Během překládání musíme vždy postupovat od nejmenší lexikální jednotky, v našem případě se tedy jedná o **slovo**. Jestliže slova v jednom jazyce odpovídají slovům

v jiném jazyce, mluvíme o tzv. *lexikální/slovníkové shodě*. Pokud se jedná o úplnou shodu, jde o ekvivalent (jsou to zejména termíny, geografická označení, číslovky atd.), více viz dále o ekvivalenci. Pokud však jedno slovo v cizím jazyce odpovídá několika slovům v jazyce překladu, mluvíme o tzv. *variantní shodě*. Hlavním úkolem překladatele nejenom z ruského jazyk do češtiny je vhodný výběr shody, která co nepřesněji odpovídá významu slova v daném kontextu. Ne vždy se ale může překladatel spolehnout pouze na slovník – říká se, že *перевод начинается там, где кончается словарь*. Jestliže přesný ekvivalent neexistuje, musí překladatel přistoupit k jiným způsobům překladu: kalkování, transkripci, transliteraci či opisu.

Překlad slovních spojení můžeme rozdělit na volná slovní spojení a ustálená slovní spojení (frazologická), z nichž každé vyžaduje od překladatele jisté dovednosti. U překladu volných slovních spojení je důležité zohlednit spojení jako celek, a zároveň i vztah mezi jednotlivými slovy. V rusko-českém překladu si musí dát překladatel pozor např. na transpozici (např. средства массовой информации – sdělovací prostředky). U frazeologických spojení je důležité neuchylovat se k doslovnému překladu, ale dodržovat pravidla kombinace slov. Ustálená slovní spojení můžeme překládat pomocí ekvivalentu (např. горькая правда – hořká pravda), užití obdobného výrazu (např. ни пава, ни ворона – ani ryba, ani rak), opisem či kalkem.

Celé věty překladatel řeší za pomoci doslovného překladu, shodují-li se výrazy obou jazyků. Pokud se výrazy i mimojazykový kontext neshodují, mluvíme o tzv. *adekvátním překladu*.¹⁴

1.1.2 Úloha a kompetence překladatele

Překladatele můžeme definovat jako tvůrčí osobu. Překladem odborných textů se zabývají především specialisté vědeckých oborů. Na rozdíl od profesionálních překladatelů pro ně není překladatelství hlavní profesí.¹⁵ Nejenom znalosti, ale především talent a motivace dělá z překladatele tvůrčí osobnost.¹⁶

Úloha překladatele má několik dílčích částí. Jde o složitý proces porozumění textu. Poté přechází k přepracování obsahu do cílového jazyka, přičemž musí překladatel znát a

¹⁴ ŽVÁČEK, Dušan. Úvod do teorie překladu (pro rusisty). 2. vyd. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1998, 53 s. ISBN 8070678143, str. 13-17.

¹⁵ FIŠER, Zbyněk. *Překlad jako kreativní proces: teorie a praxe funkcionalistického překládání*. Brno: Host, 2009. Studium (Host). ISBN 978-80-7294-343-2, str. 28-29.

¹⁶ Tamtéž, str. 35.

používat různá řešení, postupy a metody. Důležitá je znalost nejenom cílového jazyka, ale i jazyka originálu, reálií a základních informací o překládaném subjektu, oboru či uměleckém díle.¹⁷ Při překládání se musí brát ohled nejen na věcný aspekt, nýbrž i na stylistickou a pragmatickou stránku. Překladatel by měl umět s textem pracovat a upravit ho do té podoby, aby co nejlépe objasnil přenášenou informaci.¹⁸

Jednotliví překladatelé se pokusili zformulovat požadavky, které jsou kladeny na překladatele a které by měl splňovat. Francouzský překladatel a básník Étienne Dolet (1509–1546) věřil, že právě tyto požadavky jsou u překladatele ty zásadní:

1. překladatel musí dokonale rozumět obsahu překládaného textu a záměru autora;
2. překladatel musí perfektně ovládat jazyk, z něhož překládá stejně tak jako jazyk, do které překládá;
3. překladatel se musí vyhnout překládání slova za slovem, jelikož by to narušilo obsah originálu a krásu jeho formy;
4. překladatel by měl používat běžnou formu jazyka;
5. překladatel musí za pomoci vhodně zvolených slov předat tentýž celkový dojem, který vyvolává originál.

Skotský historik Alexandr Tytler (1747–1813) pak ve své knize „Principy překladu“ jmenoval následující požadavky na překlad:

1. překlad musí dokonale vystihnout myšlenky originálu;
2. styl i způsob interpretace překladu musí být stejné jako v originále;
3. překlad se musí číst stejně snadno jako originál.¹⁹

Překládání odborných textů se může jevit jako lehčí úkol než překlad krásné literatury, např. beletrie. Opak je však pravdou. Na překladatele je kladen nárok na alespoň základní vědomosti v překládaném oboru. Také proto se překladatelé odborných textů specializují vždy na jeden obor, např. na lékařské texty či matematické.²⁰

¹⁷ ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X., str. 8.

¹⁸ ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X., str. 19.

¹⁹ КОМИССАРОВ, Вилен Н. Современное переводоведение. Курс лекций. [online]. Москва: ЭТС, 1999 [cit. 2021-03-05]. ISBN 5-93386-015-8. Dostupné z: <https://studfile.net/preview/4534952/>, str. 106-107.

²⁰ KNITTLOVÁ, Dagmar, Bronislava GRYGOVÁ a Jitka ZEHNALOVÁ. Překlad a překládání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 291 s. Monografie. ISBN 9788024424286, str. 203.

Překladatel odborných textů často využívá vysvětlivky či poznámky, sloužící k lepšímu a přesnějšímu vysvětlení terminologie. Od překladatele se očekává přenesení informace do celistvého textu s možným zásahem do textu originálního. K tomu se často využívají poznámky pod čarou. Měl by si být také vědom, komu je daný text překládán, a měl by tomu translát uzpůsobit.²¹ Překladatel je vždy vázán a řídí se zakázkou, určující komunikační funkci výsledného překladu. Zároveň se překladatel snaží o zachování sémantické kontinuity.²²

Mezi základní kompetence každého překladatele patří jazykové dovednosti v obou jazycích, analyticko-interpretáční a textotvorná kompetence, tj. schopnost vytvořit funkční text. Speciální kompetence překladatele pak zahrnují praxi v oboru a dlouhodobé vzdělávání se. Řadíme k nim i dovednosti sociální a řešeršní, tj. schopnost používat dostupné zdroje, jako jsou slovníky, literaturu či média. Jak již víme, jednou z důležitých rolí překladatele je přizpůsobení textu cílovému čtenáři, tj. překladatel musí být zároveň i znalcem dané kultury – jde o kompetenci kulturní.²³

Studie Jiřího Levého zcela jistě všichni známe. Jiří Levý tvrdí, že překladatel může být tvůrčí, co se stylizace překladu týče, nicméně Josef Václav Bečka je opačného názoru. Podle něj překladatel být plně tvůrčí nemůže – nemá takovou volnost, jakou má autor originálu, který si dané téma sám uspořádá, rozvíjí a formuluje. Překladatel bude vždy do značné míry vázán na originál. Platí, že „jev gramatický při převodu je vázán s jevem stylistickým.“ (Bečka:2007, str. 10)²⁴

Profesionální překladatel musí plnit hned několik úloh najednou. Mezi ně patří:

- a) Dekódování textů;
- b) Řešení rozdílů ve struktuře, co se obsahu a stylistiky týče, neutralizace mezijazykovou divergenci;
- c) Překladatel sám stanovuje informace, jež mají být zachovány a určuje jejich hierarchii;

²¹ FIŠER, Zbyněk. *Překlad jako kreativní proces: teorie a praxe funkcionalistického překládání*. Brno: Host, 2009. Studium (Host). ISBN 978-80-7294-343-2, str. 16-19.

²² Tamtéž, str. 288.

²³ Tamtéž, str. 30-42.

²⁴ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. *Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů*. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 9-10.

- d) Soustředění se na cílovou situaci, kulturu a jazyk, jež mají být v cílovém textu přeneseny;
- e) Zachovávání tzv. skoposu;
- f) Vybírání a používání adekvátních překladatelských metod pro daný typ textu;
- g) Kreativní zpracování opakujících se informací;
- h) Překladatel je samostatně konající expert ve svém oboru, nikoliv zprostředkovatel komunikačního procesu;
- i) Překladatel přenáší informace, proto by měl mít přehled o aktuálních trendech a vědě o překladech.²⁵

Kompetence a předpoklady profesionálního překladatele jsou následující:

- a) Schopnosti navrhnout správné překladatelské strategie;
- b) Schopnosti využití nabytých vědomostí;
- c) Schopnosti analyzovat zadání a výchozí text, navrhnout určité strategie a vytvořit adekvátní cílový překlad;
- d) Schopnost kreativně a analyticky tvořit, vyvozovat, správně se rozhodovat.²⁶

Všechny kompetence lze rozdělit do tří skupin, a to:

- a) *Mentální úroveň* – schopnosti a dovednosti testované během studia a při zkouškách;
- b) *Intelektuální úroveň* – stále přibývajících poznatků, zkušenosti, všeobecný rozhled;
- c) *Kompetenční úroveň* – schopnost dané vědomosti a znalosti využít, schopnost najít relevantní informace, schopnost analyzovat, kritizovat a tvořit.²⁷

Překladatel odborných textů by se měl opírat o vhodné slovníky, které mu pomohou k výběru správného ekvivalentu. Slovník terminologický, který obsahuje odborné názvy (termíny) z daného oboru, a slovník odborných textů, který zachycuje standardní výrazy, tj. šablony.²⁸

²⁵ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 201-202.

²⁶ Tamtéž, str. 204-205.

²⁷ Tamtéž, str. 205.

²⁸ Tamtéž, str. 135.

Práce překladatele spočívá i v zohlednění požadavků, které jsou kladeny na překlad a na cílovou skupinu adresátů. Může jít o skupinu lidí nebo jednotlivce. Překladatel by měl brát v úvahu jejich zkušenosti, vědomosti, věk i sociální status. Překlad může být tedy vytvořen pro dětské čtenáře, vedení obchodních firem či pro skupinu technických specialistů.²⁹

1.1.3 Odborný styl a odborný text

Odborný funkční styl byl znám již ve středověku, ale opravdu vyvíjet se začal až v 19. století. Odborný styl pracuje s pojmy, přesností, jednoznačností a značnou explicitností sdělení a autor se vždy snaží o co nejpřesnější předání informace. Projevy sdělení mohou být mluvené či psané, přičemž u psaných je odbornost více patrná. Odborný styl můžeme rozdělit na vědecký styl, prakticky odborný styl a populárně naučný styl. Cílem odborného projevu je předání získaných poznatků veřejnosti. Texty jsou podány s určitou nadčasovostí tak, aby mohly být pochopeny i po letech.³⁰ Daný styl je založený na spisovnosti a na neutrálních výrazech. Jedním z charakteristických rysů je užití termínů a odborných názvů.³¹

Odborný text se vyznačuje několika rysy – odklonem od expresivity, sevřeností větné skladby, nasyceností textu, abstraktním a nedějovým vyjadřováním, přesností a jednoznačností. Někdy nastane otázka, je-li možné daný termín či výraz přeložit, mluvíme o tzv. přeložitelnosti/nepřeložitelnosti. V takovémto případě se výraz musí, v případě nepřeložitelnosti, kompenzovat, vždy lze ale danou větu přeložit jako celek.³²

Odborné texty se kromě jiného vyznačují i vícesložkovým charakterem. V potaz se musí brát odlišné konstantní (tedy lexikální složka, rysy daného typu odborného textu, formální a grafické utváření textu) i potenciální (stylisticky příznakové a nepříznakové výrazové prostředky) složky, které tak spolu utvářejí koherentní a celistvý text. Autoři však ve většině případů rozlišují pouze terminologické a neoborné výrazy.³³ Často také dochází k tendenci užívání polovětných vazeb, slovních spojení a stručných pojmenování

²⁹ КОМИССАРОВ, Вилен Н. Современное переводоведение. Курс лекций. [online]. Москва: ЭТС, 1999 [cit. 2021-03-05]. ISBN 5-93386-015-8. Dostupné z: <https://studfile.net/preview/4534952/>, str. 116

³⁰ KRČMOVÁ, Marie, Eva MINÁŘOVÁ, Marie ČECHOVÁ a Jan CHLOUPEK. Stylistika současné češtiny. Praha: ISV, 1997, 282 s. ISBN 8085866218, str. 148-150.

³¹ Tamtéž, str. 154-157.

³² ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X., str. 15-18.

³³ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 16.

namísto vedlejších či celých vět. Jde o jeden z rysů odborného stylu, kdy dochází ke zdůraznění obsahové stránky a logičnosti texty. Řeč jde o syntaktické kompresi a syntaktické kondenzaci.³⁴

1.1.4 Překlad termínů

Úlohou každého překladatele odborných textů je překlad terminologie. V zásadě by se neměly překládat, nýbrž nahrazovat.³⁵

Termíny hrají v odborné literatuře zásadní roli. Překlad se musí držet originálu, odklon je téměř nemožný. Překladatel by měl ještě před samotným překládáním získat co nejširší povědomí o překládané problematice a rozšířit si tak své poznatky.³⁶ Slovní zásoba odborných textů je tedy zřejmá – setkáváme se zde s termíny a ustálenou nomenklaturou, tj. názvoslovím, nominalizací a multiverbizací. Slovní zásoba je zcela bez expresivity.³⁷

„Termíny se běžně definují jako slova nebo sousloví, která přesně označují předměty nebo jevy v určité odborné oblasti.“ (Hrdlička:2007, str. 71) Všechny termíny mají gramatický a lexikální význam, ale zároveň není jejich vyjádření vázáno na určitý jazyk – pojem může být vyjádřen jednoslovně, v jiném jazyce pomocí více slov.³⁸

Termíny se mohou dělit podle toho, v jakých textech se s nimi setkáváme, na termíny v textech technických, společenskovedních, publicistických a termíny v beletrii. V technických textech bývá překlad terminologie poměrně lehkou záležitostí, protože jsou dostupné v technických slovnících. Nicméně ne vždy jsou termíny ve slovnících uvedeny, proto je dobré využít znalosti jiných jazyků a jejich slovníků. V technické oblasti dochází k přejímání, a to nejčastěji z angličtiny. Týká se to jak češtiny (např. computer, playback), tak ruštiny (např. *ноу-хай* = know-how). V oblasti lingvistického názvosloví je mnoho ruských a českých termínů, které si neodpovídají (tzv. bezekvivalentnost). Například výraz *пřechylování* musíme opsat jako *образование парных наименований для существительных женского рода от основ существительных мужского рода*.

³⁴ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 72.

³⁵ Tamtéž, str. 58.

³⁶ ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X., str. 15.

³⁷ KNITTLOVÁ, Dagmar, Bronislava GRÝGOVÁ a Jitka ZEHNALOVÁ. Překlad a překládání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 291 s. Monografie. ISBN 9788024424286, str. 211.

³⁸ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 71.

(Kufnerová:1994, str. 92) Mezinárodní vztahy se stále rozrůstají, a tak do češtiny, stejně jako i do dalších jazyků, vstupují nová přejatá slova. V daném jazyce se pak zdomácní a ve většině případů dochází ke koexistenci obou výrazů, například: podrobnost/detail = подробность/деталь.³⁹

1.1.5 Ekvivalentnost a adekvátnost

Při překládání se setkáváme s výrazem ekvivalence. Je to pojem, který vyjadřuje informaci, funkci a obecný smysl originálu. Překladatel musí brát na vědomí rozdílnost mezi strukturami obou jazyků, proto se tyto rozdíly převádějí pomocí tzv. překladových transformací.⁴⁰

O prímých ekvivalentech se mluví v případě, když danou informaci můžeme přeložit doslovně pomocí slovníkového ekvivalentu. Někdy se ale překladateli nabízí řada možných ekvivalentů pro danou jednotku, mluví se o tzv. kontextovém spojení a je na překladateli, aby správně vyhodnotil a použil vhodný ekvivalent.⁴¹ Ekvivalenci můžeme považovat za překladovou transformaci. Zachovává nejenom pragmatickou analogii, ale popisuje také podobnou situaci – tzv. denotace. Můžeme říct, že ekvivalence je takový překladatelský proces, při kterém je zachován minimální počet jednotek odpovídajících jednotkám původního textu.⁴²

Ekvivalence může do určité míry deformovat stylistické zabarvení jednotky. Dochází k tomu tehdy, jestliže se přenáší pouze denotativní význam, ale stylistická část jednotky zůstává nereprodukovanou. Mluvíme o tzv. stylistické neutralizaci. Ne vždy je však použití ekvivalentu žádoucí či je dokonce nemožné. V dnešním světě překladatelství je moderní řídit se podobami původního textu, jelikož čtenáře nezajímá, o čem píše autor originálu, nýbrž jak onen originál zní.⁴³

Častým problémem se stává rozlišení dvou termínů, které mohou působit totožně, avšak je mezi nimi jistý rozdíl. Ekvivalence je jedním ze základních znaků překládání. „*Adekvátnost* se týká procesu překládání – naproti tomu *ekvivalence* se týká srovnávání,

³⁹ KUFNEROVÁ, Zlata. Překládání a čeština. Jinočany: H & H, 1994. Linguistica (H & H). ISBN 80-85787-14-8, str. 90-95.

⁴⁰ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 131

⁴¹ ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X., str. 23.

⁴² ГАРБОВСКИЙ, Николай К. Теория перевода: Учебник. 2. Москва: Издательство Московского университета, 2007. ISBN 978-5-211-05333-5, str. 405.

⁴³ Tamtéž, str. 411.

posuzování, hodnocení různojazyčných textů nebo jejich částí.“ (Fišer:2009, str. 177)⁴⁴

Jde o problematickou sféru překladu, zejména z důvodu srovnávání a ztotožňování pojmů ekvivalence a adekvátnosti. Oba pojmy jsou často považovány za synonyma, ačkoliv je toto tvrzení chybné. Již v 60. letech 20. století použil pojem „adekvátní překlad“ např. ruský lingvista Isaak Revzin a pod tímto názvem chápal „plnohodnotný překlad“, pro něhož je charakteristický podrobný přenos obsahu originálu a přenos obsahu ekvivalentními prostředky. Texty, které splňovaly tato kritéria, se označovaly jako plnohodnotné nebo adekvátní, tedy ekvivalentní. Pojmy ekvivalence a adekvátnost se tedy ukázaly být totožné. V ekvivalentním překladu jsou předány všechny typy rovnocennosti. Adekvátní překlad je takový, ve kterém překladatel vychází z cíle překladu a charakteru adresáta, sděluje pouze denotativní ekvivalenci a nesoustředí se na ostatní druhy ekvivalence.⁴⁵

Fjodorov označuje plnohodnotný text jako „...исчерпывающую передачу смыслового содержания подлинника и полноценное функционально-стилистическое соответствие ему.“ (Федоров:1983, str. 127) Pod pojmem ekvivalence se rozumí rovnost nebo identita. Můžeme ji definovat jako „zachování invariantu na úrovni obsahu“ či „zachování strukturální a sémantické shody textů originálu a překladu“.⁴⁶

Mnozí vědci jsou přesvědčeni, že by rozdíl mezi ekvivalentností a adekvátností mohlo objasnit zavedení pojmu *invariant*. Kvůli rozdílnosti ve struktuře původního textu a překladu není překladatel schopen přeložit všechny zvláštnosti originálu a dosáhnout tak analogického textu, proto musí překladatel najít v původním textu hlavní prvky, bez nichž by se text neobešel, a ostatní prvky, jež lze vynechat. Barchudarov ve své knize tvrdí, že „...при замене текста на ИЯ текстом на ПЯ должен сохраняться какой-то определенный инвариант; мера сохранения этого инварианта и определяет собой меру эквивалентности текста перевода тексту подлинника.“ (Бархударов:1975,

⁴⁴ FIŠER, Zbyněk. *Překlad jako kreativní proces: teorie a praxe funkcionalistického překládání*. Brno: Host, 2009. Studium (Host). ISBN 978-80-7294-343-2, str. 177.

⁴⁵ ШАМОВА, Нина В. Разграничение понятий "эквивалентность" и "адекватность" в переводе. Вестник московского университета. Серия 19: лингвистика и межкультурная коммуникация [online]. Москва: Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, 2005, (2), 171-180 [cit. 2021-03-01]. ISSN 2074-1588. Dostupné z: <https://cyberleninka.ru/article/n/razgranichenie-ponyatiy-ekvivalentnost-i-adekvatnost-v-perevode/viewer>

⁴⁶ Tamtéž

str. 9) Je zřejmé, že text překladu nemůže být nikdy stoprocentním ekvivalentem původního textu. Je ale na překladateli, aby se překlad přiblížil co nejvíce k originálu.⁴⁷

Německý lingvista Werner Koller vydělil pět typů ekvivalence:

1. Denotativní ekvivalence (ekvivalence textů na úrovni předmětného a logického obsahu);
2. Konotativní ekvivalence (ekvivalence hodnot, ustálených v kolektivním vědomí rodilých mluvčích a překládaného jazyka);
3. Textově-normativní ekvivalence (tj. dodržování jazykových norem vžitých v jazyce překladu a zachování struktur originálu);
4. Pragmatická ekvivalence (tj. rovnocennost vlivu na adresáta originálu i překladu);
5. Formálně-estetická ekvivalence (tj. plnohodnotný přenos jazykových, estetických a stylistických funkcí originálu).⁴⁸

Dušan Žváček vyděluje tři stupně (typy) ekvivalence:

1. smyslovou (sémantickou) ekvivalenci (tj. shoda jednotky a částí textu dle smyslu);
2. formální ekvivalenci (tj. doslovná shoda);
3. stylistickou ekvivalenci, která je žádoucí jak v beletrii, tak v naučné literatuře.⁴⁹

Ekvivalenci v různých rovinách vydělil také Milan Hrdlička:

Ekvivalence na rovině znaku se nejčastěji uplatňuje u příbuzných jazyků a v odborné literatuře. Při *ekvivalence na rovině výpovědi* se řeší rozdílnost syntaktické konstrukce obou jazyků. Jako typický příklad můžeme uvést konstrukci „у меня есть“, kterou překládáme jako „mám“. *Ekvivalence na rovině sdělení* – pro překlad na této úrovni popisuje překladatel situaci z různých úhlů a pro popis si vybírá z několika prvků dané situace. Hlavní roli zde hrají extralingvistické faktory. Zejména v uměleckých textech dochází k *ekvivalenci na rovině situace*. Překladatel musí znát realie situační i kulturní, aby zajistil adekvátní překlad a neochudil tak čtenáře o kontext. Text výchozího a cílového

⁴⁷ ШАМОВА, Нина В. Разграничение понятий "эквивалентность" и "адекватность" в переводе. Вестник московского университета. Серия 19: лингвистика и межкультурная коммуникация [online]. Москва: Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, 2005, (2), 171-180 [cit. 2021-03-01]. ISSN 2074-1588. Dostupné z: <https://cyberleninka.ru/article/n/razgranichenie-ponyatiy-ekvivalentnost-i-adekvatnost-v-perevode/viewer>

⁴⁸ Tamtéž

⁴⁹ ŽVÁČEK, Dušan. Úvod do teorie překladu (pro rusisty). 2. vyd. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1998, 53 s. ISBN 8070678143, str. 10.

jazyka se v ekvivalenci na rovině komunikace neshoduje na úrovni slov ani na úrovni syntaxe.⁵⁰

Komissarov vydělil *ekvivalenci výpověďovou*, v níž rozlišuje pět typů. První rovina se týká pouze *cíle komunikace* a nedochází k shodě syntaktické ani lexikální. O *rovině situace* hovoříme tehdy, pokud se jedná o cíl i reálnou situaci. *Rovina oznámení* sebou nese shodnou situaci způsob jejího popisu. Čtvrtou rovinou je *rovina výpovědi*. Zde se shoduje ekvivalent cíle komunikace, popis situace, způsob popisu a syntaktická struktura. Posledním typem roviny je *rovina znaku*, tedy doslovný překlad, kdy dochází k maximální shodě originálu a překladu.⁵¹

V současném pojetí překladu se klade důraz ne na dosažení ekvivalentnosti překladu, ale především na dynamickou interpretaci textu s ohledem na jazykové, informační i psychologické faktory. Podle Ljudmily M. Alexejevové je důležitá práce s objektem a mělo by se usilovat se o celistvost převodu smyslu, nikoliv o úplnost převodu obsahu.⁵²

1.1.6 Srovnání češtiny a ruštiny

Ruský odborný text se od toho českého liší zejména větší mírou explicitnosti myšlenek a užívá také více substantiv s širokým významem. Typické je používání ustálených slovních spojení (substantivum + verbum), díky čemuž lze lépe rozlišit vid, druhotné předložky a předložkové výrazy nebo nevlastní předložky, které sdělují význam konkrétněji.⁵³

Rozdílnost mezi ruským a českým jazykem můžeme pozorovat také při překladu přídavných jmen slovesných, jelikož je jejich funkčnost rozdílná. Překládat je můžeme pomocí vztahné věty nebo taktéž pomocí přídavného jména slovesného. V některých případech lze sloveso z věty zcela vypustit a přeložit jej bez něj. Například:

⁵⁰ HRDLIČKA, Milan. K překladatelskému porovnávání jazyků (v plánu rusko-českém). *Opera Slavica* [online]. 2001, (11), 6-14 [cit. 2021-03-01]. ISSN 1211-7676. Dostupné z: https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/117425/2_OperaSlavica_11-2001-4_3.pdf?sequence=1

⁵¹ KNITTLOVÁ, Dagmar, Bronislava GRÝGOVÁ a Jitka ZEHNALOVÁ. Překlad a překládání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 291 s. Monografie. ISBN 9788024424286, str. 26.

⁵² ШУТЁМОВА, Наталья В. Современные теории перевода: тенденции развития отечественной транслатологии [online]. Пермь: Пермский государственный национальный исследовательский университет, 2020 [cit. 2021-03-01]. ISBN 978-5-7944-3482-8, str. 8-9. Dostupné z: <http://www.psu.ru/files/docs/science/books/uchebnie-posobiya/shutyomova-sovremennye-teorii-perevoda-tendencii-razvitiya-otechestvennoj-translyatologii.pdf>

⁵³ ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X., str. 30, 38.

„Однако под влиянием происходных в мире коренных изменений постепенно стало меняться и соотношение сил в ЮНЕСКО. Avšak vlivem radikálních změn probíhajících ve světě začal.../ Avšak vlivem radikálních změn ve světě se začal...“ (str. 123)

Čeština velmi často využívá předložkové pády:

„На выставке, посвященной жизни и творчеству великого писателя...
Na výstavě o životě a díle velkého spisovatele...“ (str. 123)

Srovnáme-li češtinu s ruštinou, tak ruština používá mnohem více slov nadbytečných (tzv. redundance), za to čeština vyjadřuje podobné konstrukce mnohem jednodušeji a těsněji. Setkáváme se pak s častým problémem při překladu z ruštiny do češtiny, kdy se překladatelé drží příliš originálního textu ve snaze zachování adekvátnosti.

Například:

„...темпы повышения денежных доходов, получаемых крестьянством за труд в колхозах.

...tempo zvyšování peněžních příjmů, které dostávají rolníci za práci v kolchozech. Lépe: ...tempo zvyšování peněžních příjmů rolníků za práci v kolchozech.“ (str. 125)

Nadbytečná slova jsou ale v určitých případech žádoucí, zejména při překladu z češtiny.

Například:

„Vědecká konference k 25. výročí vyučování ruštiny...“

Научная конференция, посвященная 25-ой годовщине преподавания русского языка.“ (str. 125)⁵⁴

Dalším aspektem rozdílnosti při překládání textů mezi ruštinou a češtinou je překlad tzv. multiverbizace, kdy dochází k transformaci jednoslovného pojmenování ve víceslovné. Rozlišujeme pojmenování slovesná a nominální. Slovesná pojmenování, tj. sloveso + podstatné jméno, vznikají rozložením slovesa (např. работать) na slovesnou (совершать) a jmennou (работу) složku. Nositelem informace se v tomto případě stává

⁵⁴ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 122-125.

podstatné jméno. Multiverbizační pojmenování nominální dělí adverbium též způsobem na dvě složky – na adjektivní a substantivní. Nositelem informace se stává adjektivum. Příklad: экспериментально → экспериментальным путем. V odborném stylu, stejně jako v publicistickém, se multiverbizační pojmenování užívají v hojně míře, jsou totiž obsahově přesnější. Do češtiny můžeme tato pojmenování přeložit taktéž dvěma způsoby, např.:

Оказывать влияние → ovlivňovat, mít vliv

Аналогическим способом → analogicky, analogickým způsobem.

(Gromová:2007, str. 127)

Platí, že „jestliže ruština dává přednost výrazům multiverbizačním, užívá čeština mnohdy výrazů jen jednoslovných.“ (Man:2007, str. 128)⁵⁵

V odborných textech jsou důležité gramatické transformace, což je záměna překládané syntaktické konstrukce za jinou, při níž se nemění lexikální obsah, ale pouze mluvnické kategorie. V překladech z ruštiny do češtiny se nejčastěji transformují kondenzační pojmy méně sevřenými pojmy (např. větu s přídavným jménem převádíme slovesnou vztahovou větou), záměnou slovních druhů nebo záměnou slovoslednými transformacemi. Gramatické transformace našly své uplatnění také při překladu tzv. jazykových šablon. Jedná se o ustálené obraty, jež napomáhají úspornosti a jednoznačnosti v určité funkční oblasti. V praxi to znamená, že se forma shodovat nemusí, ale daný obrat plní stejnou funkci (např. Настоящим подтверждается, что... – Potvrzujeme tímto, že...)⁵⁶

1.1.7 Nové tendence v překládání

V posledních letech se v Rusku rozmohl trend tzv. *lokalizace*. Překladatelské společnosti a agentury se snaží nalákat nové klienty na to, že kromě překladů se věnují také lokalizaci. Jedná se o překlad, který se přizpůsobuje konkrétní zemi, kultuře nebo určité skupině obyvatel. Lokalizace je tedy vnímána jako kulturní adaptace textu. Lokalizaci však vždy předchází tzv. internacionalizace, která se běžně využívá např. při překladu webových stránek, a cílem je přizpůsobit výsledný produkt jakémukoliv prostředí. Lokalizace neřeší pouze realie, ale také číselné hodnoty teploty, hmotnosti,

⁵⁵ GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832, str. 126-128.

⁵⁶ Tamtéž, str. 132.

hodnoty měny nebo data. Ukázkovým příkladem může být převedení data z americké angličtiny, kde by překladatel nezměnil den a měsíc a nepřizpůsobil ho v psané podobě pro ruského čtenáře. Z dvanáctého listopadu by se datum rázem změnilo na jedenáctého prosince (jelikož angličtina užívá formát začínající měsícem). Na toto je důležité si dávat pozor, mohlo by totiž dojít k zásadním chybám. Překladatel by měl mimo znalostí daného jazyka znát i tradice a zvyky, kulturu a politický systém dalších zemí.⁵⁷

Dalším fenoménem v přístupu k překladu je tzv. *transkreace*. Transkreace je podle doc. Evgeniyi D. Malenové „...стратегия творческого переосмысления сегмента текста оригинала с последующим созданием нового текста средствами языка перевода с учетом полимодального и культурно-специфического контекста произведения, характеристики коммуникативной ситуации, технических и правовых ограничений, предполагаемой реакции реципиента.“ (Сдобников:2018, str. 7) Jednoduše řečeno, transkreace vyžaduje po překladateli dokonalou znalost jazyka a zároveň nápaditost, znalost cílové skupiny a jejich prostředí a textařské schopnosti.⁵⁸

Jak lokalizace, tak i transkreace najdou se uplatnění zejména v reklamě, branding, popisících produktů, na sociálních sítích a při překladu marketingových textů.⁵⁹

2.1 Alternativní medicína

Medicína zažívá v posledních letech obrovský rozmach – objevují se stále nové a nové přístupy, léčivo a metody. Stejný přínos vytvořila i alternativní medicína a stala se tak velkým konkurentem tradiční (vědecké) medicíně. Vůbec poprvé byl termín alternativní medicíny použit ve 30. letech 20. století ve Francii, k rozšíření však došlo až ke konci století.⁶⁰

Pod pojmem alternativní si můžeme představit svobodu, přirozenost, autonomii a vyjádření nějakého nesouhlasu se zavedenými, mainstreamovými prostředky. V 60. a 70. letech minulého století se začala rozvíjet nejenom alternativní medicína, ale i alternativní hudba, kultura, školství, zemědělství atd. Rozdíl mezi alternativní kulturou a

⁵⁷ СДОБНИКОВ, В.В. Новые тенденции в переводоведении. Казанский вестник молодых ученых [online]. Издательство Казанского университета, 2018, (4), 1-8 [cit. 2021-03-02]. ISSN 2587-9669. Dostupné z: <https://kpfu.ru/portal/docs/F1770079829/18.Sdobnikov.pdf>

⁵⁸ Tamtéž

⁵⁹ Transkreace. *Překlady a tlumočení* [online]. 30.9.2019 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://translation-interpreting.cz/magazin/sluzby/transkreace>

⁶⁰ HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství – Kritický pohled. V Praze: Věra Nosková, 2010. 265 s. Dostupné z: https://www.sisyfos.cz/old/files/Alternativni_medicina_Hert.pdf, str. 13-19.

medicínou je však markantní, jelikož neoficiální medicína byla ještě donedávna tabu. Alternativní medicínu lze jednoduše definovat jako: „zdravotní péči, která leží mimo hlavní proud konvenční medicíny.“ (Křížová:2015, str. 18)⁶¹

Jistě si všichni dovedeme představit, jaké spory mezi sebou alternativní a vědecká medicína mají. Lékaři s alternativním přístupem v medicíně vůbec nerezonují. Věří totiž, že vědecká medicína zakládá svůj přístup na zkušenostech. Naproti tomu je alternativní medicína soubor nejrůznějších metod a přístupů, ať už se jedná o lidové či moderní, metody exotické či domácí. Tato medicína závisí i na kultuře dané země a místní tradici.⁶²

Alternativní medicína tvoří jen zlomek poskytovaných služeb a většina z nich je brána pouze jako doplňková ke konvenční léčbě. Většina lidí však tyto dva přístupy v medicíně kombinuje. Příkladem může být použití homeopatik namísto antibiotik či užití akupunktury místo analgetik. Někteří místo další chemoterapie raději vyzkouší účinky bylin, homeopatik nebo tradiční čínské medicíny.⁶³

2.1.1 Alternativní medicína vs. konvenční medicína

Mezi hlavní rozdíl alternativní a konvenční medicíny je v pohledu na problém nemoci a zdraví. Alternativní medicína vnímá tělo, mysl a okolí celostně a příčinu onemocnění vidí v psychosomatické a emocionální dysbalanci, která vede k fyzickým obtížím. Proto se alternativní medicína nezaměřuje pouze na důsledek, ale zajímá se o celkovou historii zdraví člověka. Zaměřuje se tedy ne na jeden léčebný postup, ale komplexní přístup zahrnující např. akupunkturu, změnu jídelníčku, spánek, duševní relaxaci nebo cvičení.⁶⁴

Otázkou zůstává, proč je alternativní medicína považována za pseudovědu? Proč není součástí konvenční medicíny? Odpověď můžeme najít v nedostačujících či zcela chybějících důkazech o účinnosti. Postupy založené na vědeckém důkaze jsou opakovaně prověřovány, což je základ legitimacy. Proto v posledních letech probíhá u nás i v zahraničí

⁶¹ KRÍŽOVÁ, Eva. Alternativní medicína v České republice. Vydání druhé. Praha: Karolinum, 2015, 1 online zdroj (149 stran). ISBN 9788024625331, str. 14-15.

⁶² HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství – Kritický pohled. V Praze: Věra Nosková, 2010. 265 s. Dostupné z: https://www.sisyfos.cz/old/files/Alternativni_medicina_Hert.pdf, str. 17-18.

⁶³ KRÍŽOVÁ, Eva. Alternativní medicína v České republice. Vydání druhé. Praha: Karolinum, 2015, 1 online zdroj (149 stran). ISBN 9788024625331, str. 20.

⁶⁴ Tamtéž, str.25-28.

intenzivní výzkum a přibývají stále nové studie. I tak je velmi obtížné vyhovět některým požadavkům konvenční medicíny.⁶⁵

2.1.2 Metody alternativní medicíny

Nejrozšířenější metodou alternativní medicíny je bezpochyby homeopatie. Podle zastánců této metody dokážou homeopatika vyléčit téměř vše, od akutních onemocnění až po chronická. Zakladatelem homeopatie byl v roce 1810 německý lékař Samuel Hahnemann. Účinnost těchto léků je založena na tzv. natřepávání léku (lék se nejdříve naředí a následně natřepává, čímž se účinné látky uvedou do pohybu a vznikne výsledný lék). První homeopatické vyšetření probíhá formou obsáhlého rozhovoru o náladě, traumatech a potížích klienta, aby si lékař dokázal vytvořit ucelený obraz o nemoci.⁶⁶

V Čechách se homeopatické praxi věnují lékaři od roku 1818.⁶⁷ Postupem času se ukázalo, že Hahnemannovy postupy a experimenty byly chybné, a začalo se pochybovat o její účinnosti. Přibývalo stále více argumentů proti homeopatii. Někteří ji nazývají placebo efektem.⁶⁸ Homeopatie však měla z prvopočátku lepší výsledky než oficiální medicína, proto se dostala do popředí a rozšířila se do Evropy, Ameriky a Indie.⁶⁹

Další významnou složkou alternativní medicíny je tradiční čínská medicína, jejíž historie sahá velmi hluboko a představuje systém, v němž se prolíná několik principů. Při léčbě využívá výhod tzv. baňkování, masáží, dechových cvičení či akupunktury. Další oblastí je lidové léčení neboli naturopatie, která využívá přirozené a jednoduché prostředky, jako je vzduch, teplo, byliny, pohyb či relaxaci.⁷⁰

2.1.3 Alternativní medicína v České republice

V České republice se alternativní medicína začala rozvíjet až po roce 1989 (zejména homeopatie, tradiční čínská medicína, ájurvéda, aromaterapie a další). Tehdy se objevily neznámé metody, jako např. reflexologie, aromaterapie, léčba dotykem či léčba vírou. Mezi nejrozšířenější metody současnosti se řadí bezpochyby homeopatie (jedná se

⁶⁵ Tamtéž, str. 31-32.

⁶⁶ HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčení – Kritický pohled. V Praze: Věra Nosková, 2010. 265 s. Dostupné z: https://www.sisyfos.cz/old/files/Alternativni_medicina_Hert.pdf, str. 54-61.

⁶⁷ KRÍŽOVÁ, Eva. Alternativní medicína v České republice. Vydání druhé. Praha: Karolinum, 2015, 1 online zdroj (149 stran). ISBN 9788024625331, str. 48-50.

⁶⁸ HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčení – Kritický pohled. V Praze: Věra Nosková, 2010. 265 s. Dostupné z: https://www.sisyfos.cz/old/files/Alternativni_medicina_Hert.pdf, str. 54-61.

⁶⁹ About Homeopathy: Proving the remedies. International Academy of Classical Homeopathy [online]. ©2016 [cit. 2021-02-03]. Dostupné z: <https://www.vithoukas.com/homeopathy/about-homeopathy>

⁷⁰ KRÍŽOVÁ, Eva. Alternativní medicína v České republice. Vydání druhé. Praha: Karolinum, 2015, 1 online zdroj (149 stran). ISBN 9788024625331, str. 77-90.

o přírodní léčebnou metodu, využívají přírodní látky, minerály a rostliny) a akupunktura (metoda tradiční čínské medicíny, při níž se na specifická místa aplikují tenké jehličky). Na území Česka vzniklo již mnoho center, které se věnují alternativní medicíně úplně či parciálně.⁷¹

Jak již bylo zmíněno, alternativní medicína zahrnuje různé metody a přístupy. Zde jsou popsány některé z nich, využívající se v České republice:

- a. Léčba teplem a chladem přispívá ke zlepšení obranyschopnosti našeho organismu. Tělo je uzpůsobeno k teplotním výkyvům, proto je tato nejjednodušší metoda nejčastěji využívána. Teplo dobře prokrvuje a uvolňuje svaly, urychluje se látková výměna a celkově má vliv na psychickou pohodu. Chlad naopak tlumí vnímání bolesti. K léčbě se využívají zábaly, bahenní koupele, ponoření těla do horké či studené vody, využívá se ale i suché teplo. Za zmínku stojí i tzv. kneippování. Jde o vodoléčbu německého lékaře Sebastiana Kneippa. Kneippování je metoda ranního běhání ve sněhu nebo orosené trávě.
- b. Denní světlo zlepšuje nejen psychiku, ale vyplavuje se díky němu endorfin (tzv. hormon štěstí) a snižuje se kortizol (stresový hormon). Léčba světlem má tak právem své místo v alternativní medicíně a využívá se jako součást léčebných procedur či klimatických léčeb v sanatoriích.
- c. Každý z nás ví, že pohyb a cvičení by měl být běžnou součástí života, obzvlášť při sedavém zaměstnání. Při nedostatku pohybu je totiž negativně ovlivněn celý tělní systém. Správné držení těla a koordinace je pro pohyb zásadní, proto se tzv. Alexanderova metoda snaží o zlepšení rovnováhy a zapojení správných pohybů. Účinná může být při úzkostech, hypertenzi či chronické únavě. Zajímavou metodou může být eurytmie. Jedná se o „duchovní“ cvičení, které má ovlivňovat fyzickou i duševní stránku a vede k sebeuvědomění a sebezdokonalení se. Dalšími příklady mohou být všem známé pilates či jóga.
- d. Dýchání provádíme automaticky, hraje ale důležitou roli při sportu nebo psychoterapii. Hlavní cíl léčebného dýchání je zajištění těla co největší

⁷¹ HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství – Kritický pohled. V Praze: Věra Nosková, 2010. 265 s. Dostupné z: https://www.sisyfos.cz/old/files/Alternativni_medicina_Hert.pdf, str. 13.

množství kyslíku. Různé frekvence, rychlost i hloubka dechu může mít vliv na léčbu plicních a průduškových chorob, při léčbě astmatu a psychických nemocí.

- e. Mezi další účinné metody řadíme naturopatii a nejrůznější masáže (zde stojí za zmínku tzv. reflexní masáž, která se zaměřuje na určité reflexní body na těle, které představují nervová zakončení a při jejich zasažení dochází k uvolnění).⁷²

Čeští lékaři se podle jejich postoje k alternativním medicíně dělí na čtyři skupiny – lékaři, kteří ji odmítají (10-15 %), provozují (10-15 %), tolerují (40-45 %) anebo ji doporučují, ale sami neprovozují (20-30 %).⁷³

Podle výzkumů není v České republice dostatek relevantních a objektivních informací o tom, jak se Češi staví k alternativní medicíně. Nicméně podle průzkumu z roku 2014 by 85 % populace uvítalo uznání alternativní medicíny. Lidé mají však zkušenosti pouze s bylinkářstvím. Akupunktura a akupresura se řadí k metodám, které respondenti také uznávají, stejně tak i homeopatii a chiropraxi. Lidé věří, že i když jejich účinky nebyly vědecky dokázány, neznamená to, že by skutečně nefungovaly.⁷⁴

2.1.4 Alternativní medicína v Rusku

„Мы не просто лечим. Мы исцеляем. Исцеляем тело и душу пациента. Оказываем каждому максимум внимания при общении. Ортодоксальная медицина более сухая, более конкретная и специализированная.“ (Самарская:2007, str. 90) Takto Rusové definují alternativní metody a přístup k léčbě.⁷⁵

Metody alternativní medicíny mají sice stejné kořeny jako konvenční medicína, avšak nikdy nebyly lékaři potvrzeny. Zastánci alternativní medicíny jsou toho názoru, že člověk se musí zkoumat z hlediska funkcí a energií, nikoliv z hlediska fyziologie

⁷² HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství – Kritický pohled. V Praze: Věra Nosková, 2010. 265 s. Dostupné z: https://www.sisyfos.cz/old/files/Alternativni_medicina_Hert.pdf, str. 29-43.

⁷³ KRÍŽOVÁ, Eva. Alternativní medicína v České republice. Vydání druhé. Praha: Karolinum, 2015, 1 online zdroj (149 stran). ISBN 9788024625331, str. 119.

⁷⁴ Uznání alternativní medicíny by uvítalo 85 procent lidí, zjistil průzkum. Deník.cz [online]. Praha, 2014 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: https://www.denik.cz/z_domova/uznani-alternativni-mediciny-by-uvitalo-85-procent-lidi-zjistil-pruzkum-20140826.html

⁷⁵ САМАРСКАЯ, Татьяна А. а Галина А. ТЕПЕР. Альтернативная медицина российской провинции. Журнал исследований социальной политики [online]. 2007, 87-103 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: http://ecsocman.hse.ru/data/2011/05/06/1268032406/t.a._samarskaiax2c_g.a._teper_alternativnaia_medicin_a_rossiiskoi_provincii.pdf, str. 90.

a anatomie. Zdraví jedince je tedy spojení všech tělních systémů – fyzických, duchovních a emocionálních. Toto spojení narušují právě nemoci, se kterými si je tělo schopno samo vypořádat.⁷⁶

K léčbě alternativní metodou se využívají přírodní bohatství – byliny ve fytoterapii a aromaterapii, med v apiterapii (tj. léčba člověka pomocí včelích produktů), v litoterapii (tj. léčba pomocí kamenů) a v talasoterapii (tj. léčba mořem) se využívají kameny, vodní řasy a soli.⁷⁷ V minulosti byla v Rusku velmi oblíbená fytoterapie neboli bylinkářství. Chemické složení léčivých bylin se začalo zkoumat až začátkem 19. století. Počátkem 20. století bylo objeveno mnoho přínosných údajů o bylinách, nicméně se dlouho nedostaly napovrch kvůli Říjnové revoluci roku 1917.⁷⁸

Naše zdraví závisí na mnoha faktorech. Mezi nejdůležitější řadíme nejenom vyvážený a zdravý jídelníček a fyzickou aktivitu, ale i spánek, režim dne a emoce (jelikož stres a negativní emoce jsou častým spouštěčem nemoci). Alternativní medicína tihne především k vegetariánství či hladovění. Vyvážený jídelníček by měl však obsahovat všechny makronutrienty i mikronutrienty, které naše tělo nezbytně potřebuje pro správné fungování.⁷⁹

Stejně jako u nás, i v Rusku je nejznámější homeopatie – její podstata je založena na principu podobnosti, tzn. „podobné se léčí podobným“. Odkud i pochází její název – homeo znamená „podobný“ a pathy je „nemoc“.⁸⁰ Z pohledu legislativy je v Rusku homeopatie zcela legitimní od okamžiku registrace homeopatik. Ty ale podléhají přísné kontrole a musí mít studie o jejich účinnosti a bezpečnosti. Homeopatika tak může zákonně předepsat každý lékař nebo lékárník. Ale i přesto se často lékaři staví proti homeopatii jako vědě. Rusko samozřejmě není jedinou zemí, která homeopatické metody uplatňuje. Podle

⁷⁶ ЧИГИЛЕЙЧИК, Лада Ю. Здоровый образ жизни и нетрадиционная медицина. Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс» [online]. 2013, , 1-13 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://interactive-plus.ru/e-articles/588/Action588-474584.pdf>, str. 2.

⁷⁷ Tamtéž, str. 2-3.

⁷⁸ ШИКОВ, Alexander N. Medicinal Plants of the Russian Pharmacopoeia; their history and applications. ScienceDirect [online]. 2014, 481-536 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0378874114002827?token=A2D5A7363C3F54973FE4731553E6A9ED492601644C383963BF2D0597540423286247F4F440C48F7FA6F4DE5BC6AF2EE7>, str. 483.

⁷⁹ ЧИГИЛЕЙЧИК, Лада Ю. Здоровый образ жизни и нетрадиционная медицина. Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс» [online]. 2013, , 1-13 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://interactive-plus.ru/e-articles/588/Action588-474584.pdf>, str. 3.

⁸⁰ Tamtéž, str. 6.

WHO jde totiž o druhou nejvíce používanou alternativní metodu léčby. WHO aktivně podporuje zavedení těchto metod do národních zdravotnických systémů.⁸¹

Již bylo zmíněno, že homeopatie pracuje na principu podobnosti. K lepšímu pochopení, jak tento princip funguje v praxi, uvedeme příklad – látka nitroglycerin způsobuje při vysokých dávkách bolesti hlavy, ale na základě principu podobnosti se lék na bolest hlavy vyrábí právě z nitroglycerinu.⁸²

Dalším odvětvím alternativní medicíny je hydroterapie neboli vodoléčba. Jde o oblíbenou metodu zejména díky své dostupnosti, jednoduchosti a bezpečnosti. Jedná se zpravidla o sprchy, koupele, zábaly a speciální procedury.⁸³

Velký vliv má na každého z nás i vnější okolí – lidé, se kterými jsme v kontaktu, příroda, klima i počasí. Bioenergetická síla stromů nás může i po dvou až třech minutách „dobít“ energií a zlepšit nám náladu. Jak již bylo uvedeno, emoce ovlivňují naši náladu, ale mohou mít vliv i na naše zdraví a případné nemoci. Velmi využívanou a populární metodou je meditace, která zlepšuje duševní stav a přináší nám pocit uvolnění.⁸⁴

Ruský zastávce alternativní medicíny a autor mnoha knih, Gennadij Petrovič Malachov doporučuje tzv. urinoterapii. Použití vlastní moči k léčebným účelům je známé už od 19. století, kdy se používala k léčbě žloutenky. V současné době se pomocí moči léčí játra a žlučník. Pozitivní účinky má při poruchách menstruačního cyklu žen, proti zimnici či moru.⁸⁵

Obdobně jako v České republice byl i v Rusku proveden průzkum o tom, jak se Rusové staví k alternativní medicíně. Průzkum byl proveden v roce 2017. Podle výsledků vyšla téměř stejná hodnota jako u dotazovaných Čechů – konkrétně 80 % respondentů by uvažovalo o léčbě alternativní medicínou. Téměř polovina vnímá alternativní metody jako doplněk k oficiální medicíně a pouze 18 % dotazovaných by o alternativní možnosti

⁸¹ АНДРЕЕВ, Федор. Академик РАН видит в изучении гомеопатии научный интерес. Российская газета [online]. 17.3.2020 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://rg.ru/2020/03/17/akademik-ran-vidit-v-izuchenii-gomeopatii-nauchnyj-interes.html>

⁸² КУХАРЕНКО, Екатерина. Алексей Водозовов: гомеопатия — темная сторона медицины, плата за которую — совесть. Новости России и мира за сегодня - BFM.RU [online]. 11.9.2019 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://www.bfm.ru/news/424054>

⁸³ ЧИГИЛЕЙЧИК, Лада Ю. Здоровый образ жизни и нетрадиционная медицина. Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс» [online]. 2013, , 1-13 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://interactive-plus.ru/e-articles/588/Action588-474584.pdf>, str. 7.

⁸⁴ Tamtéž, str. 7-8.

⁸⁵ MALACHOV, Gennadij. *Očista těla a správná výživa*. Bratislava: Eugenika, 2006. ISBN 80-89227-12-0, str. 72.

neuvažovalo vůbec. Graf ukázal, že respondenti by se v první řadě přiklínili k oficiální medicíně, fytoterapii, homeopatii a doplňkům stravy.⁸⁶

2.1.5 Psychosomatika a její vliv zdraví

Psychosomatika se dívá na člověka jako na celistvý systém a zohledňuje přitom jeho bio-psycho-socio-spirituální složky a energii. Nemoc tedy vzniká v důsledku zasažení do jedné nebo více z těchto složek. Platí přitom, že pokud je v nepořádku jedna složka, velice rychle se začne projevovat potíží i v ostatních složkách.⁸⁷ Přesně tuto myšlenku vystihl i filozof Platon: „*Nikdy se nesnažte léčit oko, aniž byste zároveň nevěnovali pozornost i hlavě. A věnujete-li pozornost hlavě a nevěnujete-li pozornost celému tělu, neděláte dobře. Stejně tak nedobře jednáte, když léčíte tělo a nevěnujete pozornost duši. Léčení jedné části by nikdy nemělo probíhat bez pozornosti věnované druhým částím.*“ (Faleide:2010, str. 17)⁸⁸

Jako příklady uvedeme problémy, které jsou probírány v překládané knize. Jako první to jsou problémy s žaludkem, ať už se jedná o vředy, žaludeční katar (gastritida), potíže s trávením nebo rakovinu. Žaludek tráví přijímanou potravu. Z emocionálního hlediska stojí za problémy se žaludkem potíže něco nebo někoho „strávit“. Člověk by se měl zaměřit hlavně sám na sebe a přestat vzhlížet k myšlenkám a názorům ostatních. Žaludek je umístěn blízko srdce – měli bychom tedy vše přijímat s láskou, ať už se jedná o potravu nebo naše okolí.⁸⁹

Hypotenze neboli nízký krevní tlak může vést k mdlobám a únavě. Lidé trpící hypotenzí nejsou sebevědomí, chybí jim chuť a energie do života a předem všechno rychle vzdají. Jsou přesvědčeni, že nedokážou čelit určitému tlaku, který jim brání v jejich rozvoji.⁹⁰

Menstruace je přirozený proces ženského těla, ačkoliv mnohdy se vyskytují problémy, jako je vynechání menstruačního cyklu (amenorea), silné bolesti, nadýmání či krvácí mimo menstruaci (metroragie). Bolesti jsou normální a běžnou záležitostí, nicméně

⁸⁶ Отношение к направлениям нетрадиционной медицины среди москвичей в возрасте 25-45 лет. *СканМаркет* [online]. 10.10.2017 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://scanmarket.ru/research/issledovanie-otnoshenie-k-netraditsionnoy-meditsine>

⁸⁷ KLÍMOVÁ, Jarmila a Michaela FIALOVÁ. *Proč (a jak) psychosomatika funguje?*. Praha: Progressive consulting, 2015. ISBN 978-80-260-8208-8, str. 25.

⁸⁸ FALEIDE, Asbjørn O., Lilleba B. LIAN a Eyolf Klæboe FALEIDE. *Vliv psychiky na zdraví: soudobá psychosomatika*. Praha: Grada, 2010. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2864-3, str. 17.

⁸⁹ BOURBEAU, Lise. *Význam nemocí*. Přeložil Martin UVÍRA. Bratislava: Eugenika, 2018. ISBN 978-80-8100-184-0, str. 467-468.

⁹⁰ Tamtéž, str. 265-266.

by neměly zasahovat do fyziologické funkce. Menstruační problémy souvisí s přijetím ženské role a přijetím rozdílů mezi ženskou a mužskou rolí.⁹¹

⁹¹ BOURBEAU, Lise. *Význam nemoci*. Přeložil Martin UVÍRA. Bratislava: Eugenika, 2018. ISBN 978-80-8100-184-0, str. 233-234.

2 PŘEKLAD ODBORNÉHO TEXTU

2.1 Teorie B. V. Bolotova jako převratný objev

Ve vývoji přírodních věd dochází k tomu, že dříve dosažené poznatky, které se vžily do paměti populace a vědců, často brání dalšímu rozvoji civilizace.

Aristotelova filozofie přetrvávala až do renesance. Tenkrát existovalo mínění, že vše je již poznáno či odhaleno, a objevit něco nového je nemožné. V Evropě se více než 2000 let, do vzniku teorie Mikuláše Koperníka, věřilo, že Slunce obíhá kolem Země a nikoliv naopak. Vědci, kteří rozvíjeli alternativní teorii, např. Galileo Galilei, objevitel měsíců Jupitera, byli vystaveni represím a ponížení. Giordano Bruna, italského filozofa, nechala inkvizice upálit.

Nechť přijímat nové poznatky, která hraničí s bezdůvodnou tvrdohlavostí (rigiditou), vyvolává u psychiatrů vždy obavy, protože jde o jasný příznak schizofrenie („schizo“ – rozštěpení, „frenie“ – mysl). V současné medicíně existuje nový kult bakterie „*Helicobacter pylori*“ žijící v žaludku (viz dále v sekci Reflex doktorů Bolotova a Naumova).

Úspěchy chirurgie a urgentní medicíny nelze popřít. Chirurgové uplatňují své dovednosti tam, kde nejsou terapeutické metody účinné. Otázkou zůstává, proč jsou neúčinné? Může být účinný efekt na objekt skrze jeho stín? Tradiční medicína léčí zejména následky onemocnění, nikoliv jeho prvotní příčinu. Současná medicína se proto nachází v zajímavé situaci, neboť pracuje s pojmy, které jsou v rozporu s vědeckými objevy. A protože pouze popisuje a konstatuje, nedocílila žádných podstatných úspěchů.

Všichni se shodují na tom, že medicína jako věda je nepřesná, nicméně B. V. Bolotov z ní udělal vědu přesnou a jeho metody léčení jsou jednoduché a efektivní. Hlavním argumentem, proč nebyla přijata nová vědecká teorie je to, že jejím autorem není profesí lékař. Doktoři nejsou schopni přijmout teorii Bolotova jako zásadní jev. A právě tento fakt brání tomu, aby se vyvarovali omylů v lékařské teorii, kterou vytvořili.

Díky studiu filozofických spisů starověkého řeckého filozofa Platona věnoval Bolotov pozornost metodě poznání Pravdy. Pravda je zákon o existenci života, vesmíru v

jejich nerozlučném spojení. B. V. Bolotov ji rozšířil o 384 mezníků a popsal 24 principů jejího poznání. Co se týče forem života, nejpoužívanějším v praxi se stal princip párování.

V přírodě existují pouze dvě formy života – rostlinná a živočišná, a tedy jen rostlinné a živočišné buňky. Houby a mořské řasy řadíme do živočišné říše. Rostlinné buňky jsou založeny na alkoholech a jejich derivátech, živočišné buňky na kyselině octové. Proto, díky svým funkcím, řadíme tzv. rakovinné buňky k buňkám rostlinného původu.

Výše zmíněný princip párování prostupuje celou stavbou lidského organismu. Každý člověk má dva druhy krve: lymfu a červenou krev, dvě srdce, párové orgány – ledviny a plíce, dvě mozkové hemisféry a dva typy pohlavních buněk – spermie a vajíčka.

Díky teorii Bolotova tak máme klíč k rozluštění biologických procesů. Můžeme se jimi řídit a pracovat s nimi, ne jenom stanovit diagnózu. Nová lékařská studie B. V. Bolotova je normální a patologické anatomie, fyziologie a biochemie. Vše je dotaženo na nejvyšší úroveň vědeckého poznání.

A jaké metody působení na lidský organismus Bolotov využívá? Jsou to metody neobvyklé, zato však účinné.

Lučavka královská, lučavkový balzám, balzám Bolotova

Většina lidí zná lučavku královskou z chemie jako směs koncentrované kyseliny solné a dusičné, která dokáže (je schopna) rozpouštět zlato, ale to nemá žádný vztah k léčení lidí. Proto jsem se rozhodl směs nazývat balzámem Bolotova. Ve skutečnosti složky, jež jsou obsažené v balzámu Bolotova, odpovídají 3% roztoku kyseliny chlorovodíkové, který se připravuje v lékárnách. Balzám Bolotova tedy žádné negativní účinky na trávicí soustavu nemá. Pro lidské tělo je velmi důležitý – tak důležitý jako voda pro ryby.

Kyselina sírová mění cukr na mukopolysacharidy a napomáhá rozpouštění pojivové tkáně. Kyselina chlorovodíková se pak podílí na rozpouštění starých buněk a zlepšuje trávení. Kyselina pyrohroznová zase buňky vyživuje a kyselina dusičná, která obsahuje nitroglycerin, zvyšuje syntézu kůry nadledvinek, adrenalinu a noradrenalinu.

Balzám Bolotova má velký vliv na všechny životně důležité procesy organismu, včetně neutralizace zásaditých látek zánětu – okysličuje tedy organismus.

Obrovská zásluha patří B. V. Bolotovu i za to, že ve své teorii objasnil, které potraviny jsou kyselinotvorné a které zásadité. Dříve se tomuto tématu nevěnovala žádná pozornost. Vzpomínám si, jak na přednáškách z biochemie vedoucí katedry tvrdil, že kvašená zelenina patří do zásaditých potravin, což hraje velkou roli pro mnou otevřenou reakci Bolotova-Naumova.

Nesporným úspěchem dané teorie je to, že vyvrátila představy o zvýšené kyselosti a absenci receptorů, které odlišují kyselinu od zásaditých látek.

Je zaveden termín vitamín T (teplo), který zabraňuje nadbytečné syntéze, akumulaci bílkovin a vzniku nádorů.

Je definováno 5 pravidel pro ozdravení organismu:

1. Zvýšení počtu mladých buněk.
2. Přeměna škodlivých látek na soli.
3. Odstranění škodlivých solí.
4. Boj s chorobotvornými mikroby.
5. Regenerace oslabených orgánů.

Poprvé na světě byla provedena např. regenerace rukou a nohou postižených gangrénou. Byla také odhalena souvislost člověka s životním prostředím a vesmírem skrze osm kanálů, což ovlivnilo lidské zdraví z mnoha úhlů.

Krise tradiční medicíny je zřejmá – pacienti se s ní neustále střetávají. Ale pokrok nelze odvrátit, navíc když přišel jeho čas.

Zvláštnosti stavby lidského těla

Lidské tělo je tvořeno živočišnými buňkami, které absorbují elektrony. Buňky tak tvoří strukturu a struktura tvoří orgány. Průměrná velikost buněk je 10 mikronů (1 mikron odpovídá jedné milióntině metru). Největší buňkou je vajíčko, které dosahuje až 50 mikronů, nejmenší pak spermie (2 mikrony). Výběžky nervových buněk, tzv. axony, tvoří nervová vlákna a kmeny, jejichž celková velikost je srovnatelná s velikostí člověka. Buňky se skládají z bílkovinných molekul, které jsou zase řetězcem aminokyselin a tvoří primární, sekundární, terciální a kvartérní struktury a disponují úžasnými vlastnostmi. Jako například protamin, nacházející se v plášti spermie, má pH-16, je tedy zásaditější než hydroxid sodný. Aminokyseliny se skládají z kyselinotvorného karboxylového

a zásaditého amonného zakončení. Aminokyseliny mohou mít jak zásadité, tak i kyselinotvorné vlastnosti podle toho, který radikál (tj. atom obsahující nepárový elektron) je zablokovaný. Nosnými prvky lidského těla jsou L-izomery. Izomery jsou organické molekuly, které mají jednotnou chemickou stavbu, ale odlišné zaměření v prostoru a odklánějí polarizační světlo na jednu či druhou stranu. Opakem jsou D-izomery, které jsou nejenom neužitečné, ale i škodlivé – například D-izomer glukózy celulózy, kterou organismus nedokáže absorbovat. Lidské buňky se živí L-izomerem glukózy.

Pro tělo jsou užitečné pouze L-izomery vitamínů a aminokyselin. Denní dávka vitamínů skupiny B je až 10 mg, kyanokobalaminu neboli vitamínu B12 až 20 mg a vitamínů A, D, E rozpustných v tucích – od 0,5 do 1 mg. Vitamíny a esenciální aminokyseliny mají pH menší než 7. Právě pH je indikátorem acidobazických vlastností látek. PH-7 se srovnává s 0 °C, pH vyšší než 7 se řadí do zásaditého prostředí a pH nižší než 7 je kyselinotvorné.

Esenciální aminokyseliny mají pH menší než 7. Z jedna z nich, methioninu, je tvořena čirá rohovka a oční čočka. Léčebné účinky vitamínů, přesahující normu denního příjmu, jsou ovlivněny tím, že v těle vytvářejí kyselé prostředí. Člověk nemá receptory, které by odlišovaly kyselinotvorné látky od zásaditých, proto kyselá chuť v ústech může vypovídat jak o zásaditém, tak i o kyselém prostředí. Například nezralé jablko, které ještě visí na jabloni, má kyselou chuť, stejně jako jablko kvašené. Pozřením nezralého jablka však vzniká zánět žaludku, kvašeným jablkem se naopak žaludek léčí. Silně zásaditým je také nefermentovaný citron.

Organická chemie se od anorganické výrazně liší. To je dáno tím, že organické molekuly mohou mít totéž složení, ale různé chemické vlastnosti. Proto také nejsou metody výzkumu schopny v anorganické chemii vysvětlit vlastnosti organických molekul. Například takový pH metr ukazuje kyselé prostředí (tedy pH je menší než 7) u nedozrálého i u kvašeného jablka.

Hodnota pH žaludku zdravého jedince se pohybuje okolo 1,2 a pH dvanáctníku okolo 12. Je tedy jasné, že organismus šedesátiletého člověka syntetizuje 5x méně kyselinu chlorovodíkovou než dvacetiletý jedinec. Vážně nemocní a starší lidé mají snížené množství sodíku a chlóru v krevní plazmě. Všechny systémy organismu jsou však rozděleny a jsou v rovnováze.

Jakou roli hraje lymfatický systém a které orgány do něj spadají? Podle některých odborníků hraje hlavní roli imunita. Lymfatický systém se skládá z bílé krve (lymfy) a do ní vstupujících orgánů. Tato krev je totožná s krví mořských měkkýšů a korýšů. Štítná a předstojná žláza patří k orgánům lymfatického systému a mají na starost výměnu jódu, zatímco v červené krvi dochází k výměně chlóru. Ženy mají také předstojnou žlázu, která je velmi malá, nicméně výrazně ovlivňuje stav vaječnicků a má reprodukční funkci. Ženské vaječníky se potenciálně skládají ze 400 tisíc vajíček. V procesu ovulace během reprodukčního období ženy bude v době menstruačního cyklu spotřebováno až 10 vajíček. Za 400 menstruačních cyklů je to tedy okolo pěti tisíc vajíček. Po skončení menstruačních cyklů zůstává ženě 395 tisíc vajíček.

Jelikož je lymfa více zásaditá než červená krev, přenáší po těle zásadité aminokyseliny na místo syntézy bílkovin. A takovýmto způsobem přenáší lymfa výtažky léčivých bylin.

Imunitní systém a imunita

O imunitním systému se mluví hodně, ale málokdo správně odpoví na otázku, které orgány do něj spadají. Podle tradičního vědeckého chápání má každý z nás jinou imunitu. Například během katastrof umírají desítky až stovky lidí a nehledě na jejich různou imunitu, začnou se lidská těla rozkládat po 2-3 dnech. Navzdory tomu, že se buňky rozkládají, lymfocyty ještě žijí 2 týdny, rostou vousy.

Moji pacienti se často podivují: „Pane doktore, jestli se mi dříve táhla akutní respirační infekce 2-3 týdny, tak nyní mizí za 2-3 dny.“ Jak víme, naše léčiva nasycují náš organismus kyselinami. Dokud člověk dýchá, konečným produktem výměny je kyselina octová, které tělo za 24 hodin vyprodukuje okolo 1 litru. V kombinaci s kyselinou chlorovodíkovou a dalšími kyselinami vytváří silnou humorální nespecifickou imunitu.

Specifická imunita vzniká v důsledku očkování oslabenými viry a mikroby a vzniká také u některých infekčních onemocnění, jako jsou např. spalničky.

Velice důležitým prvkem antimikrobiální a antivirové imunity je hlen vylučovaný epitelovými buňkami nosních dírek a průdušek. Jedná se o mukopolysacharid, který se skládá ze sloučeniny kyseliny sírové a cukrů, které vážou viry a mikroby a zabraňují tak jejich rozvoji.

Pro zajištění lidského zdraví je důležitá rovnováha mezi systémy, druhová identita systému, potřebné množství chloridu sodného v krvi a dostatečné množství kyseliny octové.

Zvláštnosti fungování lidského těla

Zdravé lidské tělo funguje na principu zpětné vazby. Buňky tvoří organismus, a lidský organismus se stará o každou buňku – jde o demokratický princip.

Buňky se dělí, tím podporují specifickou homeostázu (stálost) každého systému a vylučují specifické enzymy. Buňky stárnou a u dospělého člověka se vytvoří za den až jeden kilogram starých buněk. Tyto buňky rozpouští kyselina chlorovodíková a pepsiny žaludku, které se dostávají do krve. Trávicí orgány vylučují enzymy nejenom do lumenu žaludku a střev (exogenní funkce), ale i do krve (endogenní funkce). Endogenní funkce je mnohem důležitější než exogenní, protože díky ní dochází k omlazování organismu. V lumenu žaludku a střev se bílkoviny štěpí na aminokyseliny a tuky na glycerin a mastné kyseliny. Poté jsou vstřebávány v nejjednodušší formě molekul. Zásadité aminokyseliny a glycerin vstupují do lymfy. Kyselější aminokyseliny a mastné aminokyseliny zase do krve. Enzym lipázy slinivky břišní napomáhá štěpení tukových zásob a tvorbě mastných kyselin pro výživu srdečních a svalových buněk. Platí, že čím je tělo mladší a orgány menší, tím rychleji dochází k omlazování. Například epitelové neboli výstelkové buňky žaludeční sliznice se obnovují během několika minut, srdeční buňky během 2-5 měsíců, ledvinové buňky během 3-6 měsíců, plicní buňky okolo 5-10 měsíců, cévní během 1-2 let a kosterní tkáň během 2-3 let.

Konečným produktem přeměny bílkovin, tuků a sacharidů v těle je kyselina octová. Tento proces je doprovázen uvolňováním energie, oxidu uhličitého a vody. Hlavní reakce při fungování těla, tedy neutralizační reakce, může být schematicky vyobrazena jako kyselina + zásada = sůl + voda + oxid uhličitý.

Pro organismus je ale tato reakce škodlivá: při součinnosti zásaditých enzymů dvanáctníku a kyselých enzymů žaludku se tvoří mezi zásaditými a kyselými potravinami stovky tisíc druhů škodlivých solí, až na (kromě) chlorid sodný neboli kuchyňskou sůl. Pro organismus je velmi přínosná naprogramovaná syntéza bílkovin, kdy na sebe navzájem působí zásadité a kyselé zbytky aminokyselin a přitom ještě vytvářejí vodu. To znamená, že při pravidelné syntéze bílkovin klesá pocit žízně.

Aminokyselina + aminokyselina = bílkovina + voda.

Rozklad a syntéza organických molekul napomáhají k produkci energie a k udržení konstantní teploty těla. Pokud dochází k opakovanému podchlazení těla, teplota zůstává nižší v důsledku náhodných reakcí mezi aminokyselinami za vzniku bílkovin netypických pro lidské tělo. Dochází tak k rozvoji (vzniku) nádorů. Lidské buňky se živí glukózou i mastnými kyselinami a nervové buňky na rozdíl od ostatních absorbují glukózu bez inzulinu.

Nejdůležitější funkcí pro zdraví člověka je tedy vstup trávicích enzymů do krve a lymfy, odstranění starých buněk a odbourávání tuků s uvolněním volných mastných kyselin.

Syntetizované kyseliny, jako jsou kyselina octová, chlorovodíková či kyselina Krebsova cyklu, zabraňují množení saprofágů („sousedů“), podmíněně patogenních mikrobů a virů.

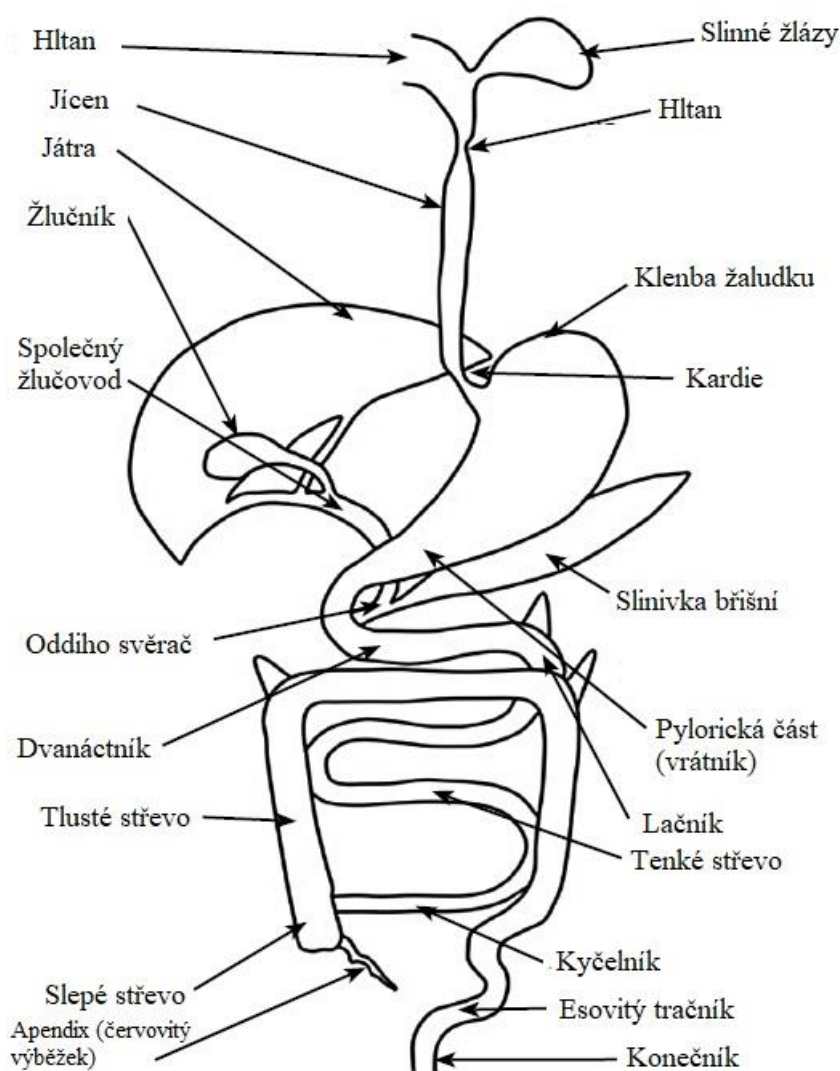
Komunikační kanály lidského těla s životním prostředím a vesmírem

Každému člověku projde trávicím traktem za jeden rok zhruba jedna tuna potravin a nápojů. Jestli si je však organismus nedokáže přeměnit na živiny, pak již k neutralizaci škod nepomohou žádné léky.

Dýchací trubice

Výměna plynu probíhá prostřednictvím plic. Kromě kyslíku jsou plíce schopny absorbovat i vodní páru, což umožňuje snížit potřebu vody. Obzvláště účinné je zavedení enzymu celandin skrze dýchací trubici ve formě aerosolu. Vhodný je při dlouhodobé bronchitidě či zápalu plic.

Můj kolega, chirurg Anatolij Ivanovič Melnik, měl více než dva měsíce zápal plic a mou metodu si na sobě vyzkoušel. Jakmile byl inhalátor naplněn enzymem celandin, začal se hlen uvolňovat snadněji, jako by se začal odtrhávat od bránice. Díky tomu se mohl pacient rychleji uzdravit. Přitom inhalace zásaditého oleje způsobovala pouze nepříjemné škrábání v krku. Dýchací trubice může být i nástrojem pro zbavení se špatného návyku u silných kuřáků. K tomu stačí umístit na čelo postele, blízko polštáře, síťku s tabákovými listy. Díky inhalaci nikotinových alkaloidů bude mít totiž kuřák nižší potřebu kouřit.



Obr. 1

Pokožka

Přes kůži, potní žlázy a povrchové mízní uzliny je člověk schopen nejenom dýchat, kdy přijímá kyslík a vylučuje oxid uhličitý, ale také se zbavovat toxických látek a přijímat ty prospěšné. Kůže dokáže během pocení odpařit či absorbovat až 4 litry tekutin.

Kinematický řetězec

Jde o vzájemný vztah člověka s životním prostředním prostřednictvím pohybového aparátu. Celková délka cév v lidském těle odpovídá desítky tisíc kilometrů. Srdce ale není samo schopno pumpovat krev skrze tak rozsáhlou síť.

Jakákoliv svalová kontrakce zvyšuje peristaltiku střev a pohyb žilní a arteriální krve v různých směrech. Proto i mírné fyzické aktivity podporují přečerpání krve a snižují zatížení srdce. Pro obnovu pohybového aparátu, zejména páteře, jsou velmi užitečná známá cvičení doktora Petra Alexandroviče Popova.

Spektrální pásmo

Každé zahřáté tělo vyzařuje specifické spektrum a každý lidský orgán má své záření. Tělesná teplota je 36,6 °C (310 Kelvina), tedy pouze 19x méně, než je povrchová teplota Slunce (600 Kelvina). Část Slunce, která má stejný objem jako lidské tělo, vyzařuje 361x více energie. Vzhledem k specifičnosti stavby, orgánovým zářením a všem systémům člověka se po okysličení těla stává velkým přínosem zahřívání celého těla v horké vaně. Při zánětu ledvin se doporučuje jejich zahřívání horkým pískem, při zánětu plic zahřívání horkými bramborami, zánět jater se řeší horkým hrachem a při zlomenině je dobré prohřátí kořenem byliny stračka.

Bioenergetické pole

Biopole je zakřivení prostoru pod vlivem prostorové orientace atomů a molekul. Nejlepší účinek mají atomy uhlíku. Stejný účinek na tělo může působit přes kožní buňky rukou, nohou, dlaní a chodidel.

Pro praktické využití vlastností biopole je nutné dlaně rukou co nejvíce přiblížit bez toho, aniž by se dotýkaly. Většina lidí začne pociťovat teplo a brnění v konečcích prstů. Vzdalováním a přibližováním dlaní k sobě provádíme cvičení, které trénuje a posiluje biopole. Silné a rozsáhlé biopole je ukazatelem zdraví člověka a jeho energie je obzvláště účinná ke zmírnění bolesti hlavy.

Účinky biopole se nejlépe využívají při léčbu nám blízkých a příbuzných lidí. Zmírnění bolestí probíhá takto: předmět se umístí mezi dlaně a pacient začne pociťovat teplo vycházející z aktivní ruky. Cvičení by mělo probíhat po dobu 5-10 minut v několika sezeních. Aktivní rukou udělejte pohyb, jako byste chtěli vzít roztaženými prsty malý míč, a poté si prudce protřepete ruce. Po každém sezení je potřeba si ruce omýt pod tekoucí vodou. Tato metoda se nedoporučuje pro zmírnění bolestí u pacientů s rakovinou, protože taková energie v těchto případech nestačí.

Informační kanál

Informace nás ovlivňují ze všech stran. Informace je vnímána osmi smyslovými orgány, a to sluchem, zrakem, čichem, chutí, hmatem, vnímáním biopole, sněním a astrálním viděním.

Je vhodné eliminovat informační odpad a vyhnout se negativním informacím. Současná medicína léčí zejména následky onemocnění, nikoliv jeho příčinu. Zvítězit nad nimi je možné pouze tím, že se budete řídit životními radami podle zásad B. V. Bolotova.

Astrální spojení

Slunce je moje mínění,

Vzduch je moje duše,

Vítr moje dýchání,

Země moje tělo.

„Rgvéda“

Rgvéda je posvátná kniha indoevropské společnosti psaná indickým jazykem sanskrt. Název v překladu znamená „šířit znalosti“.

Název astrálního spojení pochází od slova Astra (hvězda). Astrální pole může připomínat jemné interakce, které odpovídají záblesku hvězd. Někteří lidé ale nejsou schopni tato pole vnímat a komunikovat prostřednictvím astrálního kanálu s informačním polem Země a vesmíru. Například podle Dalajlámy cestují jeho mniši ve stavu meditace v různých zemích, různých planetách a mohou vidět, co se na nich děje. Astrální obal mají zralé plody a chléb, nebeská tělesa a planeta Země. Jeden z nejlepších příkladů pro popis astrálních polí je píseň Borise Grebensčikova – Zlaté město. Výrok „krása spasí svět“ má hluboký smysl.

Z dávných dob přišel do Ruska svátek, který spojuje člověka s astrálním polem darů Země a který nese název Spasitele. Slaví se Jablečný a Medový svátek Spasitele, ale i další dary přírody si zaslouží stejnou úctu. Teoreticky by to znamenalo, že by musel být také svátek Spasitele višňový, hruškový, švestkový, hroznový, meruňkový, tykvový,

mrkvový, houbový apod. Lidé stanovili oslavování Spasitele v pravý čas, tedy v době, kdy většina plodů obvykle dozrává. Dokonalost darů přírody je právem obdivována. Plody se nesmí krájet ostrými předměty, jako je nůž a je zvykem chléb nekrájet, ale lámat, aby se nenarušilo jeho astrální pole. Lidé během oslav jedli plody (v doslovném slova smyslu), ale také se obohacovali o jejich astrální pole, a tím navyšovali a posilovali svá energetická pole. Velmi silné astrální pole má zelená barva rostlin (kombinace modré a žluté barvy).

Geniální skladatelé Bach a Mozart hudbu neskládali, ale zaznamenávali to, co k nim přišlo z vesmíru. Dmitriji Mendělejevovi se zase o Periodické soustavě zdálo ve snu. Dalším příkladem je chemik, který vytvořil šestihranný vzorec benzenu uzavřený do kruhu. Tomu se zdálo o hadovi, který si kousal do vlastního ocasu.

Vysoce inteligentní lidé jsou totiž spojení s astrálním polem skrze mozkovou kůru – své sebevnímání. Tito lidé jsou schopni vidět mozkem. Každý z nás má tenký astrální obal ve formě kokonu různé velikosti, který je spojen s mozkovou kůrou. Tato mozková kůra člověka se při nemotivovaném strachu vypne a současně se ztratí astrální obal, proto je nutné vědět, v jakých případech k tomuto jevu dochází.

Hypnotizéři např. během seance vždy doporučují obecenstvu sevřít ruce v pěst, když vyprávějí nějaký strašidelný příběh. Někteří nedokážou ruku v pěst sevřít, což značí, že se jim mozková kůra vypnula. Neustálou potřebu doplňovat astrální pole mají ti, kteří vyvolávají strach nebo se pomocí strachu snaží ovládat druhé. Mluvíme o psychopatech, schizofrenicích, vrazích a náboženských fanaticích.

Zde jsou způsoby, jak si obnovit a nastavit astrální energii: dechová cvičení při východu a západu slunce, pobyt v přírodě po bouřce a poblíž řeky, v lese, u stromu, který odpovídá vašemu dni narození podle Keltského kalendáře, nebo v blízkosti otevřeného ohně. Obnově a zvětšení astrálního pole přispívá opravdová láska.

Způsoby ochrany před upírstvím

Na začátku pracovního dne nebo v předtuše nepříjemné situace je zapotřebí své biopole nejdříve potrénovat (viz část „Bioenergetické pole“) a poté si v duchu představit ochranný kokon kolem sebe. Daný kokon je třeba v duchu otáčet doprava či doleva. Jestli se vám podařilo si vytvořit ochranu, pak při pohledu do boku směrem k subjektu, který se

z vás snaží „vysát krev“, můžete sledovat, jak trpí. Kvůli ochraně vaší energie se však nenechte naštvat ani vyprovokovat.

Trávicí systém je klíčem ke zdraví a dlouhověkosti

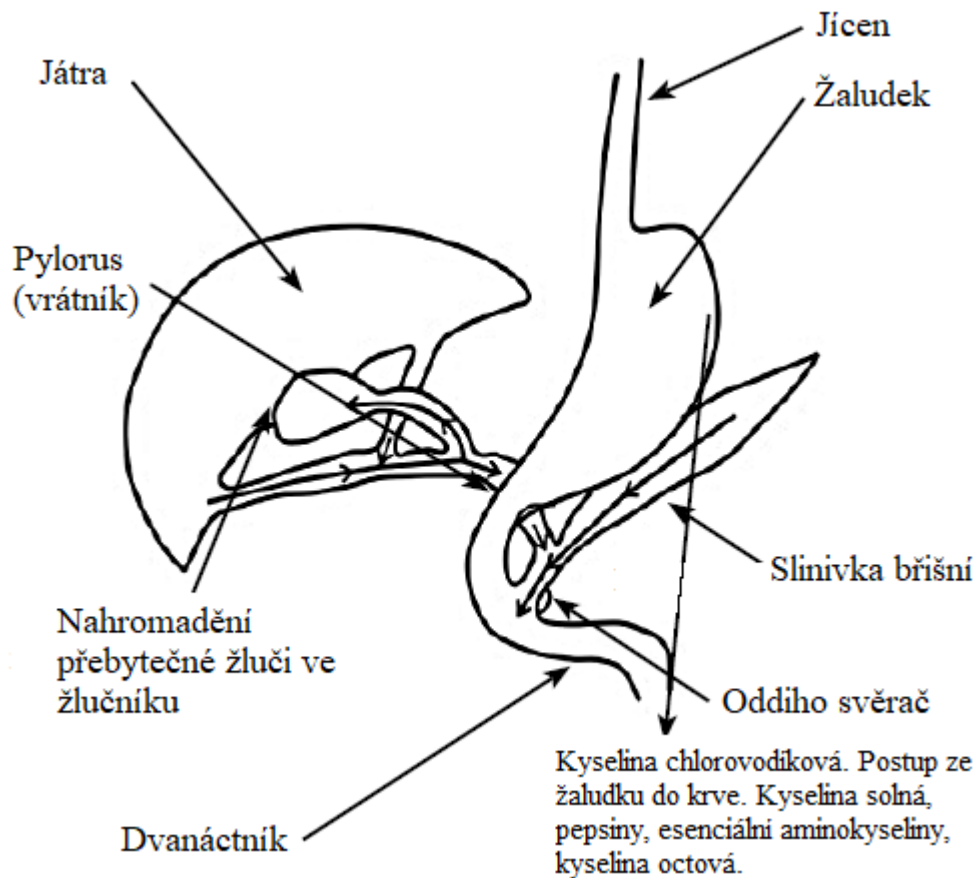
Trávicí systém poskytuje stavební materiál a energii orgánům a tělesným systémům.

Průchod potravin přes zdravý žaludek



Obr. 2

Žaludek a slinivka břišní



Obr. 3

Etiologie a patogeneze onemocnění (příčina i rozvoj) z hlediska tradiční medicíny a z pohledu teorie B.V. Bolotova

Tradiční medicína vychází z přesvědčení, že příčinou nemocí jsou genetické poruchy, dědičnost, mikrobiální a virová infekce. Velký důraz je kladen na roli autoimunitních komplexů, které cirkulují v těle a mají špatný vliv na orgány a systémy.

Studenti nižších ročníků lékařských fakult se řídí rčením „Protílátka – antigen, unaveni jsme z vás jen“. Otázkou zůstává, proč se tento komplex vytváří.

Příčinou mnohých onemocnění bývají kyselé či solené potraviny. Cukr a sůl jsou bílí zabijáci. Živočišné tuky včetně sádla jsou velice škodlivé, naopak velmi prospěšné jsou spíše rostlinné tuky. Příčinou cévních onemocnění je cholesterol. Pokud lékaři neznají hlavní příčinu onemocnění, přidávají k diagnóze slovo idiopatický nebo indurální.

Z pohledu Pravdy je příčinou onemocnění především blokáce činnosti žaludku a snížení hladiny kyseliny chlorovodíkové, kterou produkuje. Vyhýbání se soli a kvašené zelenině, nadměrná konzumace salátů z čerstvé zeleniny s rostlinnými oleji způsobuje atonii žaludku, atrofii sliznice, rozvoj pylorusu, a nakonec i míchání šťáv dvanáctníku a žaludku s tvorbou patogenních solí. Dále se začíná snižovat hladina obsahu a aktivity enzymů, dochází ke srážení krve a lymfy a zhoršuje se štěpení potravy v lumenu žaludku a střev. Buňky, orgány a systémy těla začínají rychle stárnout.

Omyl Trubeckého⁹²

Na přednášce o revmatismu nám bylo ve škole doporučováno předepisovat pacientům rostlinou a mléčnou dietu. Tradiční medicína potravin na zásadité a kyselé totiž nerozděluje, nevidí v nich rozdíl: jestli jde o čerstvé nebo kysané mléko, kvašené nebo čerstvé ovoce. Pro léčbu revmatických a jiných zánětlivých onemocnění se využívají deriváty kyseliny octové, tzv. nesteroidní protizánětlivé léky. To znamená, že se pacientům současně doporučují zásadité potraviny, ale předepisují jim kyselé látky, což má jednak nulový účinek, ale přispívá to i k hromadění patogenních solí v těle. Na gastrokopii je vidět, že je žaludek z poloviny plný zásadité žluči, nicméně lékaři tvrdí, že má člověk zvýšenou kyselost. Narušení trávení, zánět celého gastrointestinálního traktu a tvorbu vředů způsobuje neuzavřený pylorus. Diagnóza na „neuzavřený pylorus“ však v tradiční (ortodoxní) medicíně neexistuje.

Místo toho je ze všech problémů obviněn mikrob saprofytu, který „žije“ v pylorické části žaludku v neutrálním prostředí a nepřežije v žaludku s pH 1,2 a ve dvanáctníku s pH 12. Tento mikrob má 90 % populace, nicméně pouze 4 % trpí žaludečními a dvanáctíkovými vředy.

Lékaři se často snaží dosáhnout choloretického účinku, otázkou ale zůstává, kam bude žluč odtékat, jestliže nebude pylorus uzavřený? Samozřejmě, že do žaludku! Kandidáti a doktoři věd, kteří radí pacientům, jsou přesvědčeni o tom, že jestliže pacient cítí hořkost na rtech, má problém se žlučníkem, nicméně žluč ze žlučníku nemůže jít nikudy jinudy než z dvanáctníku přes otevřený pylorus.

Sádlo je zdrojem mastných kyselin vyživujících srdce, ale zároveň je považováno za příčinu ischemické choroby srdeční (IČHS). Doporučený jídelníček při jakýchkoliv

⁹² Jako významný lingvista pracoval s pojmy binární opozice (příznakový, bezpříznakový), ale nezabýval se škálou postupného získávání vlastností.

nemocech zahrnuje dušené karbanátky, krémové polévky a obilné kaše. Zásadním znakem většiny diet je nadměrná konzumace rostlinných tuků, což nejenom že uzdravení nepomáhá, ale naopak způsobuje i chronická onemocnění.

Konzumaci hořčice medicína zakazuje, protože stimuluje produkci enzymu lipázy. Takovýto přístup byl obyvatelstvu předkládán po mnoho desetiletí. Citron je proto považován za kyselou potravinu, i když mezi ním a kyselinou citronovou, používanou v gastronomii, jsou ve skutečnosti dva velké rozdíly. Citron je totiž silně zásaditý a kyselina citronová je skutečně kyselá.

Mnozí se domnívají, že konzumace kuchyňské soli NaCl vede k jejímu usazování, ale analýza moči krystalky NaCl neodhalila. Spíše naopak, její použití a okyselení potravin a nápojů kyselinou octovou zabraňuje tvorbě škodlivých solí. Říká se, že ocet v konzervované zelenině je škodlivý, ale ve skutečnosti jsou škodlivé alkalické frakce (fosfatáza) této zeleniny. Ani to minimální množství octa, které se přidává během konzervace, je nedokáže neutralizovat.

Diagnóza je vaše etiketa, kritéria vaše šance

Teorie B. V. Bolotova umožňuje sledovat a upravovat průběh některých tělních procesů a nezaobírat se pouze diagnostikou. Pouze jedno jediné poškození žaludku může být popsáno pomocí dlouhého seznamu diagnóz na několika stranách. Samozřejmě se musí vždy brát ohled na diagnózu zdravotních problémů, jako je šok, infarkt, mozková mrtvice, dušnost, absces, pneumotorax, krvácení a další. Další diagnózy jsou důsledkem určitých procesů.

Mnoho pacientů se dostává do „začarovaného kruhu“ nekončících vyšetření bez jakéhokoliv náznaku na zlepšení.

Vytvořil jsem proto kritéria, podle kterých můžete sledovat stav těla. Každý pacient má svá vlastní.

Žaludeční vřed nebolí, pokud se jeho existence nepromění v chronickou

Lidé trpící vředy jsou na pohled bledí, oslabení a jsou vždy se vším nespokojení; mají bolesti nejen v oblasti břicha, ale i v levém a pravém podžebří. Pokud jsou fibrogastroskopickou metodou zjištěny vředy na sliznici žaludku nebo ve dvanáctníku, jejich hloubka zpravidla nepřekračuje 0,1 cm a průměr -1 cm. Podslizniční vazivo nemá nervová zakončení, proto dlouhotrvající výskyt vředů nevede k trvalé bolesti.

Otázkou zůstává, proč vůbec tyto nemoci vznikají? Nervová zakončení žaludku se vytvořila při pH 1,2 a v dvanáctníku při hodnotě pH 12. Pokud není pylorus uzavřený, zásadité enzymy se dostávají do žaludku a kyselé do dvanáctníku a způsobují tam bolest. Zraněnému člověku se ztrátou krve (až do 1 litru) se krev rychle obnoví a zásadně to neovlivní krvetvorbu. Možná vás zajímá, mohou-li mít vředy dané velikosti tak škodlivý účinek pro tělo? Znamená to, že vředy tvořící se na sliznici, jsou následkem, nikoliv prvotní příčinou onemocnění. Skutečnou příčinou jsou otevřené pylorusy a neblaze proslulá rostlinná a mléčná dieta („ne Konzumujte ani kyselé, ani slané, ani tučné“).

Trvale otevřený pylorus vede k narušení trávení kyselých potravin v žaludku a zásaditých ve dvanáctníku. Snižuje se množství kyselých i zásaditých enzymů. Tělo proto pociťuje nedostatek tvárného materiálu pro regeneraci včetně žaludeční sliznice a dvanáctníku. Přístup specifických látek pro budování kostní dřevě ze žaludku je zablokovan, proto se začíná rozvíjet anémie a ve vážnějších případech tzv. leukémie.

Reflex doktorů Bolotova a Naumova

Historie objevu

V předmětu fyziologie se z neznámého důvodu stal nejlépe zapamatovatelným reflex ruského fyziologa Serdjukova. Ten spočívá v tom, že se pylorus uzavírá v reakci na postoupení kyseliny chlorovodíkové do žaludku či na jejím vyloučení. Pokud se na tento reflex zeptáte gastroenterologa, sotva bude vědět, na co se ptáte. Současní lékaři neznalost Serdjukovova reflexu kompenzují znalostmi o bakterii *Helicobacter pylori*. Teoretické i praktické studie ukázaly, že pylorus se neuzavírá pouze v reakci na proniknutí kyseliny chlorovodíkové, ale i v případě vstupujících kyselých potravin do žaludku s pH menší než 7 a levotočivých izomerů vitamínů.

Reflex doktorů Bolotova a Naumova:

Uzavření pylorusu a zvýšení tonusu v žaludku v reakci na příjem kyselých potravin s pH menší než 7,0.

Boris Vasiljevič vypracoval svoji teorii sám bez ohledu na lékařskou vědu, proto se nikdy nezmínil o Serdjukovově reflexu. Vasiljeviči se zásluha připisuje za jeho vypracovanou teorii, která ukázala, které potraviny jsou kyselé a které zásadité, a také umožnila definovat Bolotovovo a Naumovo pravidlo. Práci žaludku a pylorusu objasňuje tabulka „Principy zdravého stravování a tabulka zásaditých potravin“.

Principy zdravého stravování a tabulka zásaditých potravin

Tab. 1

Obsahuje-li váš jídelníček potraviny živočišného původu, houby, boršč z kvašené zeleniny, pak nejprve konzumujeme maso či lančmít, vejce, ryby, tvaroh a pokrmy z nich připravené, boršč, a ne saláty, viněgret či přílohy.

Během jídla by se měl konzumovat jeden druh masa a jeden druh tuku.

K masu, sádlu, vejším, rybám a tukům je nutné přidat hořčici, která stimuluje štěpení tuků a bílkovin.

Boršč je dobré připravovat nejlépe z kvašené zeleniny.

Důležitá je konzumace zakysaných mléčných výrobků.

Kváskové pečivo nejíst čerstvé.

Konzumace mořských plodů a vývarů z nich.

Kaše z kombinace různých obilovin, brambory kombinovat s kvašenou zeleninou.

Čerstvé mléko používat až po smíchání s čerstvě uvařenými brambory, čerstvými jahodami, malinami či moruší (podporují totiž vzájemné trávení).

Potraviny s pH menší než 7, které narušují kyselé prostředí žaludku při jejich nadměrném i normálním užívání, zejména u pacientů s problémy trávicího traktu (bolesti se snižují při konzumaci ve druhé polovině dne):

Z

V

Ý

Š

E

N

Í

B

O

L

E

Drogy

Tabák

Alkohol

Rajčatový protlak

Čerstvou zeleninu, ovoce, salát viněgret je lepší konzumovat odpoledne – posolené; zeleninu nakrájíme najemno a přidáme smetanu. Pravidelná konzumace konzervovaných a nakládaných hub, zejména václavek a ryzců, je tělu prospěšná.

1 díl česneku a 10 dílů sádla semlít v mlýnku na maso a konzumovat s chlebem. Pít čistou vodu a kvasy.

Slabé a nemocné tělo není schopno strávit jídlo postavené na tucích a bílkovinách, proto je vhodné potraviny živočišného původu omezit.

Doporučuje se do vařící vody s kouskem masa (či bez něj) přidat různé obiloviny, dokud nedosáhneme konzistence polévky či „kuleše“ a přidáme sůl a bylinky podle chuti. Po dovaření polévky, připravované bez masa, přidáme rozšlehané vejce.

↑	„Zelený boršč“ z čerstvých bylin
Z	Boršč a ragú z čerstvé zeleniny
V	
Ý	Kombinace tuků
Š	
E	Margarín
N	
Í	Olej v konzervách, především rostlinný olej
B	Rostlinné tuky
O	
L	Kvasnicemi nezpracovaná mouka
E	
↑	Čerstvé i vařené mléko

Vhodná kombinace potravin: huspenina
s hořčicí; párky a maso se zelím; guláš a rybu
s bramborem; drůbež na jablkách; ruská studená
polévka okroška s vejci; tvaroh s křenem,
domácí tvaroh s medem nebo se solí, smetanou a
mlékem; ořechy a margaríny v pečivu; obilné
kaše dochutit máslem a pokrmy z kukuřice a
luštěnin surovým rostlinným olejem.
Slunečnicový olej kombinovat s kvašenými a
ocet obsahujícími potravinami.

Enzymy je nutné uchovávat ve skleněné
nádobce na temném a chladném místě. O vývoji
produktů fermentace svědčí tvorba
homogenního povlaku a usazeniny. Během
používání netřepat, povlak ani usazeninu
nekonsumovat.



Teplý chléb

Z

Luštěniny

V

Ý

Š

Káva

E

N

Í

Kakao

B

O

L

Ořechy

E



Ovesná kaše, pohanková a další
obilné kaše připravené z vody i
z mléka

Užívání enzymů: 1 a více lžiček na 0,5 šálku zchladlé
převařené vody; doporučená velikost dávky je od
0,3-0,5 šálku nezředěného enzymu 20-30 minut před
jídlem.

Opojení po užití je příznakem velmi silného léčivého
účinku zvýšením vlastních hormonů, zejména
hormonů vyprodukovaných v kůře nadledvin. Půl
hodinu po jídle byste si měli dát 0,2-0,3 g soli na
jazyk nebo sníst slané mořské plody. Díky tomu
dojde ke zvýšené tvorbě slin a jejich polknutí
stimuluje protirakovinovou imunitu, zvyšuje se AO a
bolesti se mírní.

↑
Pohanka

Z Přílohy

V

Ý

Š Sladkosti

E

N Zavařenina

Í

Kompoty

B

O

L Švestky

E

↑
Hrušky

Mlčí ryb ničí buněčné membrány (onkologicky rizikové nebezpečí u mužů)!

Sezónní a každodenní strava a jídelníček odpovídající fyziologickým potřebám

Jídelníček vzniká v závislosti na klimatických podmínkách, ročním období, fyzické zátěži jedince a klimatických a toxických vlivech na tělo.

V chladném období je potřeba jíst více kalorických potravin jako je huspenina, tučné ryby, slanina či špek. Sportovci, v závislosti na fyzické zátěži, by měli častěji zařazovat huspeninu pro obnovu vazivového aparátu končetin. Při nadměrném pocení, v horku a v práci v horkých provozech je třeba zvýšit příjem soli, protože se odvádí spolu s potem. Chcete-li se zbavit toxického účinku alkoholu, musíte jíst křen a hrachová jídla s houbami. Teplá jídla z kvašené zeleniny na oběd a obilné kaše by se měly jíst v každém ročním období.

Boršč z kvašené zeleniny, zeliňáky a polévka s nakládanými okurkami mohou být, na rozdíl od boršče z čerstvé zeleniny a bylin, skladovány v lednici při teplotě nižší než 5 °C několik dní bez ztráty výživových hodnot. Podle našich potřeb ohřejeme požadované množství jídla, zbytek zůstává v lednici. Není potřeba proto každý den vařit teplá jídla a ztrácet tak čas.

Čaj je možné pít podle libosti k snídani, svačině dopolední i odpolední nebo k večeři, ale ne ihned po kalorickém jídle. Kávu je lepší pít odpoledne.

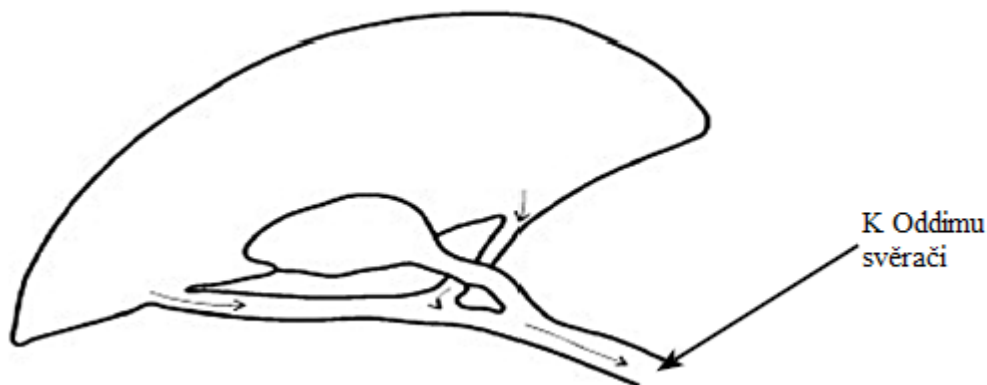
Problematické diagnózy. Postcholecystektomický syndrom

U řady pacientů vzniká po odstranění žlučníku dyspeptický syndrom, který se projevuje hořkostí na rtech, říháním, pálením žáhy, zácpou či průjmem a pocitem těžkosti v oblasti nadbříšku. Pacient pak opět přechází na všem známou dietu. Za příčinu nemoci se pokládá samotná operace. Výše zmíněné nepříjemnosti se však objevují i před operací, pouze v menší míře, a anestezie, lékařská příprava a antibiotika před i po operaci vedou ještě k větší atonii žaludku a otevřenému pylorusu.

Kromě toho zůstávají po odstranění žlučníku pahýly sympatického a parasympatického nervového systému, který provádí jeho inervaci. Podle toho, která větev nervového systému je podrážděna, budou svěrače trávicího traktu stažené či naopak uvolněné. Dostával jsem hromadu dopisů, ve kterých si operovaní pacienti stěžovali, že do operace měli pouze slabé příznaky, ale po operaci už vážnější.

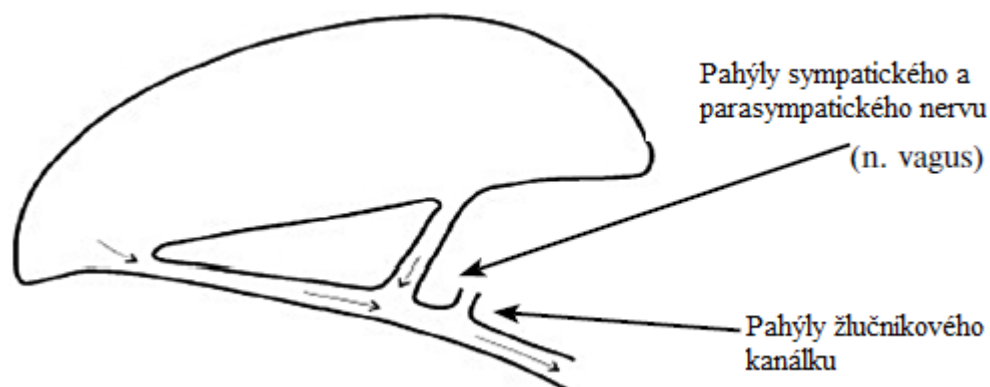
Topografická schémata žlučových cest a žlučníku před i po operaci

Topografie žlučvodů před odstraněním žlučníku



Obr. 4

Topografie žlučvodů po odstranění žlučníku



Obr. 5

Léčba postcholecystektomického syndromu:

- výlisky ze zelí hodinu před snídaní či obědem,
- při pálení žáhy pomůže drť (výlisky) z mrkve
- ferment z vlašovičnicku (max. 50 ml půl hodiny před jídlem) – užívat dva týdny,
- během jídla užívat jednu lžici Bolotova enzymu,
- při pocitu těžkosti v žaludku po jídle užívat enzymy v tabletkách typu Mezym, Pancreatin či Kreon,
- balzám Bolotova nebo octový extrakt máty (1 č. lžička na 1 hrnek čaje), okyselující čaj,
- půl hodinu po jídle si v ústech nechte rozpustit sůl a spolkněte.

Pozornost byste měli také věnovat stavu hrudní páteře. Při osteochondróze páteře je třeba provádět cvičení podle doktora Popova.

Žaludeční vřed, gastroduodenitida, cholecystitida a pankreatitida

Tradiční medicína nám říká, že příčinou gastroduodenitidy a žaludečních vředů je bakterie, která infikuje různé oblasti žaludku a dvanáctníku, dále bakterie *Helicobacter pylori* a také zvýšená kyselost žaludku. Z toho logicky vyplývá léčba: antibiotika, antacida a inhibitory protonové pumpy žaludeční sekrece.

Za příčinu cholecystitidy se považuje přítomnost konkrementů. Příčina pankreatitidy je nejasná, proto si získala název „idiopatická“ („indurální“). Z pohledu Pravdy se za příčinu žaludečních vředů, gastroduodenitidy, cholecystitidy a pankreatitidy považuje trvale otevřený či opakovaně se otevírající pylorus. Důvody neuzavřeného pyloru jsou následující:

- stres vedoucí k podráždění bloudivého nervu
- osteochondróza hrudní páteře (vertebrogastrický syndrom)
- absence Serjukovova reflexu
- absence reflexu Bolotova-Naumova.

Neuzavřený pylorus vede k přesunu pepsinů a kyseliny chlorovodíkové do dvanáctníku a zásadité enzymy putují z dvanáctníku do žaludku. Při takovémto stavu vzniká bolest a Oddiho svěrač postihuje křeč, což způsobuje komplikovaný odtok žluči a pankreatických enzymů se zvýšeným tlakem v žlučových cestách a žlučníku. Tento zvýšený tlak vede ke zhoršení krve a lymfatického systému, zejména ve žlučníku. Žaludeční vředy, gastroduodenitida, cholecystitida a pankreatitida jsou tedy důsledkem konkrétních problémů a ne stavů, které vznikly samy o sobě.

Mezi klinické projevy výše uvedených nemocí patří epigastrická bolest, bolest v podbříšku či bolesti v levém a pravém podžebří, které jsou typické pro pozitivní Ortnerův syndrom. Bolest ucítíme v závislosti na lokaci vpravo nebo vlevo při poklepání hranou dlaně na spodní části žebra. Jestliže se bolest vyskytuje zprava, jedná se o hepatocholecystitidu, a pokud se vyskytuje zleva, jedná se o pankreatitidu. V obou případech bude váš jazyk suchý a pokrytý bílým a hnědým povlakem. Tento stav je typický při snížené trávicí schopnosti žaludku i dvanáctníku.

Léčba:

- drť (výlisky) z čerstvého zelí konzumovat několik dní, max. 2 týdny, podle situace i drť (výlisky) z mrkve (při pálení žáhy);
- ferment z vlašovičnicku po 50 ml 20-30 minut před jídlem;
- 1 lžíci balzámu Bolotova během jídla;
- 1 č. l. octového extraktu máty přidat do čaje;
- půl hodiny po jídle si v ústech nechte rozpustit nejodizovanou sůl (max. půl lžičky), nashromážděte co nejvíce slin a poté spolkněte;
- při pocitu těžkosti v žaludku po jídle užívat enzymy v tabletkách typu Pancreatin, Mezym, Festal či Kreon dle situace;
- pro snazší odtok žluči a šťáv slinivky břišní užívat kapky Urolesan (5-10 kapek) v 17 hodin;
- v případě vertebrogastriického syndromu provádět cvičení Popova a záda natírat octovým extraktem z rojovníku.

Cholelitiáza

Tradiční medicína nezná odpověď na otázku, proč se ve žlučovodech a žlučníku tvoří kameny.

Příčinou tvorby žlučnickových kamenů je neutralizační reakce mezi kyselými a zásaditými potravinami, mísení trávicích šťáv žaludku a dvanáctníku v důsledku otevřeného pylorusu.

Soli, tvořící se ve střevě, vstupují do jater skrze vrátnicovou žílu, usadí se a vytvoří kameny, a to i v ledvinách.

Léčba:

- pro to, abyste předešli tvorbě kamenů, je třeba správný jídelníček, obsahující hlavní pokrmy z kvašené zeleniny,
- čaj je nutné okyselit octem či octovými extrakty (1 č. l. na šálek čaje).

Se žlučnickovými kameny ve žlučovodech a žlučníku pomůže užívání žluči nosnic (po 20 kapkách 2x denně v 15:00 a 17:00). Žlučník slepice obsahuje 40 kapek žluči. Stačí si vytvořit střídky z chleba z nefermentovaného těsta velikosti průměrné fazole, které

pokapeme dvěma kapkami žluče tak, aby se pořádně nasály. „Kapsle“ vytvořené z chleba se nesmí narušit, aby žluč při požití neskončila v jícnu nebo v žaludku.

Zásadité enzymy slinivky břišní a jater se aktivují odpoledne, proto je nutné omezit příjem kyselých potravin (kvašená zelenina, maso, ryby, vejce, živočišné tuky) pro lepší vstřebávání příchozí žluči. Je dobré do jídelníčku zařadit kaše či zeleninové polévky. Žluč se přijímá po dobu dvou týdnů, v případě potřeby opět opakovat po dvoutýdenní pauze.

Žlučník funguje na principu zmenšování se a uvolňování, proto do něj žluč postupuje z celého žlučového. Žlučník s narušenou kontraktilitou se nazývá „němý“. Žluč se tedy nemůže dostat dovnitř ani ven. Hlavním důvodem vzniku této bubliny je velké množství malých či velkých kamenů ve žlučníku. V takovémto případě je malá šance kameny ve žlučníku rozpustit. Pokud naopak kameny tzv. „plavou“, šance na jejich rozpuštění je vyšší.

Průměr žlučnickového kanálu je výrazně menší než společného žlučového (viz obr. 4), proto kameny, jejichž průměr je větší, z něj být vyloučeny nemohou. Žlučník v tomto případě tedy nemůže být příčinou posthepatální žloutenky. Ta je způsobena kameny, které pronikly z jater do společného žlučového. Kameny ve společném žlučovém mohou způsobit jeho zablokování a drážděním stěn se tvoří spasmus Oddiho svěrače, kvůli čemuž dochází i k rozvoji posthepatální žloutenky.

Medicína je přesvědčena o tom, že pokud se ve žlučníku kameny nacházejí, musí být odstraněny, nicméně operace problém ne vždy vyřeší – někdy je ba naopak zhorší. Existují samozřejmě pádné důvody pro odstranění žlučníku, a to zejména opakované bolesti v oblasti žlučníku doprovázené teplotou. „Němý“ žlučník lze odstranit běžnou metodou.

Nevšední nemoc s názvem ulcerózní kolitida

Konvenční medicína nezná jasné příčiny vzniku této nemoci, ale předpokládá se, že příčinou může být dědičnost a autoimunita. My věříme, že příčina nemoci se skrývá v narušení trávení v oblasti břicha a dvanáctníku a v nedostatečném příjmu výživných látek pro tvorbu a obnovu střevní sliznice.

V tomto případě hraje důležitou roli lokální lymfatický systém, protože výživa střev probíhá i skrze lymfu. Ulcerózní kolitida je často doprovázena zvětšením lymfatických uzlin ve směru tlustého střeva (tzv. Connův syndrom).

Nemoc začíná u všech pacientů jinak, ale má společné následky. Tak například pacient M., starší důstojník z města Lvov. Před odstraněním žlučníku byl naprosto zdravý. Odstraněním laparoskopickou metodou se mu dostavila nejprve zácpa, poté průjem. Po třech měsících se začal rozvíjet obraz charakteristický pro ulcerózní kolitidu se zasažením esovité kličky tračnicku. Pacient proto výrazně zhubl. V daném případě bylo trávení narušeno zhoršenou motorikou trávicího traktu. V jiných případech je ulcerózní kolitida způsobena nevyлéčeným průjmem.

Léčba podle konvenční medicíny vede k závislosti na hormonálních lécích a vyznačuje se malou účinností.

Navrhovaná léčba je mnohostranná a vyžaduje neustálé úpravy:

- strava (viz „Principy zdravého stravování“);
- ferment z vlašovičnicku (50 ml půl hodiny před jídlem a 2 č. l. 3x denně mezi jídly);
- Ascorutin: prášek brát 3x denně 10 minut před jídlem a zapít kyselou minerální vodou (typu „Magnesia“): 5 dní po dvou prášcích, poté 1 prášek po dobu až dvou týdnů;
- během jídla užívat balzám Bolotova (po 10 ml);
- 1 č. l. octového extraktu máty, pelyňku či balzámu Bolotova na šálek čaje;
- přichystejte si solnou směs: 250 ml kuchyňské soli a 1 č. l. Glauberovy soli. Mezi jídly si na jazyk nasypte půl gramu této směsi a nechte rozpustit, dokud nebudete mít slano v ústech. Toto provádějte 3x denně půl hodiny po jídle. Sliny poté spolkneme (opakovat pravidelně);
- při pocitu těžkosti v žaludku po jídle užívat enzymy v tabletkách typu Pancreatin, Mezym, Festal, Kreon či Panzynom dle situace;
- Vikasol (brát 1 ml intramuskulárně po dobu 3 týdnů);
- pokožku promazávat octovým extraktem z pelyňku.

V léčení pokračujte ještě 2 týdny po normalizaci stolice a doporučujeme pravidelnou zdravou stravu, příjem soli a octové extrakty.

Akutní pankreatitida

Jedná se o akutní, jindy náhlý zánět slinivky břišní ohrožující život člověka. Projevuje se prudkými bolestmi, procházejícími žaludkem kolem dokola, které někdy vedou k šoku a jsou doprovázeny zvýšenou teplotou a zvracením. Jazyk bývá suchý, pokrytý bílým nebo hnědým povlakem, břicho nafouklé a na pohmat tvrdé. Při silném prohmátání se objevuje bolest na levém podžebří, pozitivní Ortnerův příznak se bude nacházet zleva (ucítíme ostrou bolest při poklepání hranou dlaně podél okraje žebra). Alfa-amyláza v moči, jejíž norma se pohybuje od 8 do 32, se zvyšuje na několik tisíc. Jestliže je menší než 8, může doktor nabýt podezření na nekrózu pankreatu.

Léčba musí probíhat na oddělení urgentního příjmu. Tradiční účinná léčba zahrnuje intravenózní kapání solného roztoku nebo jiných solných roztoků; při vysoké alfa-amyláze se zavádí inhibitory proteázy typu Kontrykal, užívají se prášky proti bolesti až po narkotika a při zvýšené teplotě se předepisují antibiotika. Úspěšnost léčby závisí na dovednostech ošetřujícího lékaře. Akutní pankreatitida bývá obvykle důsledkem dlouhodobě otevřeného pylorusu a spasmu Oddiho svěrače, a protože tradiční medicína nepřikládá těmto problémům žádný význam, trvá léčba opravdu dlouho. Opakování nemoci a její přeměna do chronického stavu nejsou vyloučeny.

Léčba:

- střídat drť (výlisky) z čerstvého zelí a mrkve (3x denně po třech lžících);
- ferment z vlašovičnicku 20-100 ml 3x denně (čištění jazyka je dobrým prognostickým faktorem);
- zvlhčovat pokožku těla extrakty na bázi octa (1 díl octa na 2 díly vody, potírat 4x denně);
- pro uvolnění spasmu Oddiho svěrače konzumovat slaný čaj z kukuřičných čnělek (2-3 doušky 3x denně) nebo z komonice lékařské (1-2 doušky 3x denně);
- pro lepší trávení je nezbytné přijímat pankreatitidové enzymy a jeho deriváty 3x denně po 1 prášku;
- přijímat lékárenské enterosorbenty.

Nespecifické nemoci. Obnova cév

Ateroskleróza, Takayasuova arteritida neboli syndrom aortálního oblouku, nespecifická prostatitida

Specifická zánětlivá onemocnění lidského organismu jsou způsobena konkrétním mikrobem či virem. Existuje ale spousta nemocí, jejichž příčina ani charakter rozvoje nejsou z pohledu tradiční medicíny pochopeny. Jedná se o nespecifické nemoci. Tyto nemoci se léčí hormony, imunosupresivy a cytostatiky, provádí se symptomatická léčba, a to vše, bohužel, bez úspěchu.

Skleróza je nahrazení plnohodnotných buněk, cév nebo orgánů pojivovou tkání. K takovému nahrazení dojde po prodělání srdečního nebo jiného infarktu, rozsáhlých zranění a poranění nebo po trvalém vystavování se škodlivým faktorům (např. pneumokonióza plic lidí, kteří dlouhodobě vdechují pyl).

Ateroskleróza je kornatění lidských tepen. Z hlediska tradiční medicíny je škodlivým činitelem tepen cholesterol a jeho zvýšená hodnota. U lidí ze severu, tj. Evenkové, Čukčové a jiné národnosti, kteří se živí tuleními játry, jelením masem a tučnými rybami, se však ateroskleróza nevyskytuje a ortodoxní neboli tradiční medicína odmítá na tuto otázku, proč tomu tak je, odpovědět.

Cholesterol je chemická sloučenina, v jejímž základě se nachází šest molekul uhlíku benzenu, vytvářející sloučeninu ve formě voštiny. A protože má benzen vlastnosti tuku, cholesterol je pak látka tukové povahy. V závislosti na tom, s jakým tukem interaguje, budou záviset i vlastnosti celého komplexu. Podle biochemie je pro lidské tělo užitečný cholesterol o vysoké hustotě a škodlivý cholesterol o nízké hustotě. Je jasné, že při interakci s rostlinnými a živočišnými tuky se budou jeho vlastnosti lišit. Cholesterol je schopen vytvářet sloučeniny s komplexy tuků a bílkovin (lipoproteiny). Mastné kyseliny, které se vytvářejí v důsledku štěpení živočišného tuku a které interagují s cholesterolem, ho budou dotvářet a přizpůsobí ho tak pro lidské tělo. Cholesterol je stavební materiál buněčných membrán, ženských i mužských pohlavních hormonů a hormonů kůry nadledvinek, proto je důležitý pro životaschopnost lidského těla. Jeho zvýšená hodnota se v těle objeví tehdy, když procesy rozpadu buněk převládají nad procesy jejich tvorby. K tomu dochází při závažných onemocněních a ve stáří, zejména u mužů, kterým se snižuje úroveň androgenu, díky kterému narůstá svalová hmota.

Příčinou poškození tepen je vaskulitida neboli zánět cév, která může mít virový či chemický charakter. Např. lidem se po dlouhotrvajících pústech obsahujících pouze rostlinné tuky zhoršuje zrak a rozvíjejí se křečové žíly. Cholesterolová teorie aterosklerózy neobjasňuje, proč se tvoří ateromy, lokální výrůstky a dochází k zesílení stěn tepen.

Ozdravení cév je nutné, aby se člověk zbavil kardiovaskulárních onemocnění a omladil tělo.

Zde jsou doporučená opatření:

- konzumovat drť (výlisky) z čerstvého zelí po dobu 2 týdnů;
- jídla v souladu s tab. 3;
- konzumovat sádlo s česnekem v poměru 10:1 3x denně po 1 lžici;
- enzym z chvoji: až půl šálku 30 minut před jídlem;
- balzám Bolotova po 1 lžici během jídla;
- 30 minut po jídle si nechat rozplynout sůl a polknout sliny;
- 30 minut po jídle sníst 2 lžice katránu přímořského neboli „mořské kapusty“;
- potírat kůži v místě výskytu žil octovým extraktem z rojovníku;
- pravidelné návštěvy sauny 1x týdně (viz „Pokožka“).

Léčebná kúra trvá od 1 do 2 měsíců s 2-3týdenní pauzou, je ale důležité neustále dodržovat stravovací režim a navštěvovat pravidelně saunu. Tato léčba je vhodná pro tak těžká onemocnění, jako je např. Takayasuova arteritida.

Srdeční a cévní nemoci. Prevence a léčba

Extrasystola, srdeční arytmie, stenokardie

Tradiční medicína považuje za příčinu těchto onemocnění zúžení cév, konzumaci tučných potravin, změnu vedení nervových vláken srdce a zahuštění krve. Skutečnou příčinou je však snížení úrovně mastných kyselin v krvi, protože srdce je vyživováno z 80 % mastnými kyselinami a z 20 % glukózou. Tradiční medicína se snaží léčit taková onemocnění stenty, tedy zavedením tenkých trubiček do místa zúžení koronárních tepen. Výsledek těchto operací bohužel ne vždy naplní očekávání: stenty zarůstají, takže je nutné přistoupit k dalšímu zavedení stentu.

Ukázkovým příkladem je operace, která byla provedena prvnímu ruskému prezidentovi Borisi Jelcinovi, a to operace koronárního bypassu pomocí vlastních cév.

Navrhovaná léčba:

- strava (viz „Principy zdravého stravování“);
- sádlo s česnekem v poměru 10:1 3x denně po 1 lžici;
- balzám Bolotova po 1 lžici během jídla a 1 lžičku k čaji;
- trýzel na špičku nože po 1-1,5 hodině po jídle a nechat si rozpustit sůl v ústech, sliny spolknout;
- 1 lžička octového extraktu máty s čajem

Dilatační kardiomyopatie, srdeční selhání

Dilatace je rozšíření srdečních komor, které vzniká při hypertenzi, narušení ventilového aparátu a po prodělání myokarditidy. Všechna tato onemocnění vedou k srdečnímu selhání, které lze eliminovat léčbou samotného onemocnění.

Existuje však rozšíření srdce, které se nezahrnuje do těchto diagnóz. Příčinu ani rozvoj těchto dilatací nedokáže tradiční medicína objasnit, proto jsou nazývány idiopatickými. Z pohledu medicíny Pravdy se tyto nemoci rozvíjí v důsledku stárnutí srdečního svalu, kvůli zamezení procesů obnovy.

Léčba:

- obnova cév;
- užívání jednoho z enzymů (konvalinka, trýzel, šalvěj);
- konzumovat trýzel na špičku nože po 1-1,5 hodině po jídle 2-3x denně, hořkost v ústech polknout;
- paštika z vařeného prasečího srdce – 3x denně po 1 lžici.

Hypotenze neboli nízký krevní tlak

Nízký krevní tlak je velkou komplikací šoku, která může vést ke smrti. Nejčastější příčinou prudkého poklesu krevního tlaku je infarkt myokardu, proto by se měl pacientovi provést elektrokardiogram (EKG).

Pokud jde o globální příčiny hypotenze, tradiční medicína považuje takový pokles za snížení napětí cévní stěny. Avšak hlavní příčinou hypotenze je stále neuzavřený pylorus.

Léčba:

- je potřeba vyloučit „katastrofické diagnózy“ (infarkt, mozkovou mrtvici, pneumotorax);
- konzumovat drť (výlisky) z čerstvého zelí (hodinu před snídaní a před obědem);
- strava (viz „Principy zdravého stravování“);
- okyselení čaje 9% octem a octovými extrakty z bylin;
- nechat si rozplynout v ústech sůl a sliny polknout (30 minut po jídle a několikrát denně mezi jídly).

Prostatitida

Prostatitida bývá akutní a chronická.

Akutní prostatitida se rozvíjí v důsledku prochlazení pánevního dna a pánevních orgánů, stejně tak v důsledku infekce. Projevuje se ostrými bolestmi v oblasti konečníku a ve slabinách s odezvami (iradiací) na chodidlech a prstech nohou. Může vést také k otoku prostaty a tlačení močové trubice, což může bránit v močení. Jde o opravdové ohrožení na životě. Akutní prostatitidu je proto nutné řešit neodkladně na urologii. Tuto nemoc urologové zvládají úspěšně za pomoci antibiotik, protizánětlivých čípků a instrumentálních metod.

Chronická prostatitida vzniká na základě nevyлéčené akutní stagnace prostatického sekretu a změn prostředí prostaty. Přesně taková prostatitida je nespecifická, protože s antimikrobiálními léky ke zlepšení nedojde. Řadu let se toto onemocnění léčilo bezúspěšně. U chronické prostatitidy jsou klinické projevy podobné příznakům akutní prostatitidy, ale jsou méně závažné.

Léčba prostatitidy:

- strava (viz „Principy zdravého stravování“) s omezením zásaditých potravin a zvýšením množství mořských plodů v jídelníčku;
- ferment z vlašovičnicku po dobu 2 týdnů (až 0,5 šálku 30 minut před jídlem);
- furazolidon (nitrofurany) – 3x denně po dvou tabletkách po jídle po dobu 2 týdnů;
- pít čaj z komonice po 1-2 hltech 1-1,5 hodinu po jídle po dobu 2 týdnů.

Jako příklad můžeme uvést Pacienta V., 23 let. Pacient se léčil od roku 2004 po dobu tří let na urologii, kde mu podávali různá antibiotika a prováděli masáže prostaty, avšak bez výsledků. Za pomoci výše zmíněné metodiky byl vyléčen za 2 týdny a během dalších 6 let se mu neobjevily žádné příznaky prostatitidy.

Ženské zdraví. Léčba a prevence ženských onemocnění

Bolesti během menstruace

Dělohu tvoří dvě hlavní vrstvy: myometrium – svalová vrstva, která tvoří tělo dělohy, a endometrium neboli děložní sliznice. Během menstruačního cyklu se vnitřní epitelová tkáň odloučí a tkáň se spolu s krví dostávají ven, aby tak vytvořily prostor pro nové endometrium. Během odloučení endometria hraje důležitou roli aktivita žaludku, zejména kyselina chlorovodíková, a pepsiny, které se z něj uvolňují. Odloučení endometria brání proniknutí do stěny myometria, což způsobuje jeho nerovnoměrný výstup a menstruační bolesti. Užití analgetik bolesti mírní.

Léčba:

- strava (viz „Zásady zdravého stravování“);
- ozdravení žaludku;
- během menstruace užívat balzám Bolotova po 1 lžici během jídla a 1 lžičku na šálek čaje;
- nemáte-li k dispozici balzám Bolotova, užívat octový extrakt z dobromysli (1 lžička na šálek čaje);
- 30 minut po jídle si nechat rozplynout sůl v ústech a konzumovat jídlo připravené týmž způsobem (až 6x denně).

Hyperplazie endometria, endometrióza

Toto onemocnění je zapříčiněno snížením úrovně proteolytických enzymů a jejich blokad.

Léčba:

- konzumovat drť (výlisky) ze zelí – až 2 týdny;
- balzám Bolotova během jídla;
- min. 6x týdně si nechat rozplynout sůl v ústech (1 lžička sulfátů a Glauberovy soli smíchat se šálkem kamenné nejodizované soli);
- na noc provést výplach úst slaným čajem z komonice;
- návštěva sauny 1x týdně (viz „Pokožka“).

Kupříkladu 26leté Tatianě se za měsíc po léčbě snížila hyperplazie o 70 %. Lýdii Nikolajevně ve věku předčasného odchodu do důchodu, které byla diagnostikována endometrióza, se během dvouměsíční léčby snížila tloušťka endometria z 7,1 mm na 6,3 mm.

Virové infekce. Prevence a léčba

Chřipka

Původcem chřipky je virus několikanásobně menší než lidské buňky. Proniká právě do buněk a vede jejich syntetizační aparát k reprodukci viru. A přitom může jen jedna buňka vyprodukovat několik set a tisíc virů! Tím, že se dostanou do krevního oběhu, poškozují ostatní buňky. Začíná se rozvíjet tzv. lavinový efekt, který vede k toxickému poškození orgánů a tělních systémů, což může být doprovázeno snížením krevního tlaku, tj. toxickým šokem.

Léčba chřipky:

- klid na lůžku, nošení roušky a izolace od ostatních.

Je přísně zakázáno:

- horká vana či sprcha;
- fyzická námaha;
- pití čerstvých citronů v čaji a v jejich syrové formě;

- užívání alkoholických nápojů;
- pití čerstvého i převařeného mléka.

Léčebné prostředky:

- do 1 l vařící vody nechat rozpustit 1/3 lžičky kyseliny citronové (na špičku nože), po vychladnutí pod 40 °C přidáme 2-3 lžice jedno druhového bobulovitého plodu, neuvařeného a rozmělněného spolu s cukrem (rybíz, maliny, borůvky, brusinky či ostružiny). Za den vypít 1,5-2 litry této vody;
- před jídlem si dát 2 tablety Ascorutinu rozmačkaného na prášek;
- jíst brynz, okurky, kvašená jablka, mořské plody, sádlo s česnekem v poměru 10:1;
- 4x i vícekrát denně hydratujeme pokožku octovým roztokem (1 podíl octa na 1-2 podíly vařící vody); jestliže chřipka není doprovázena teplotou, pak roztok zahřejeme na 40 °C. Po 3 dnech po tom, co se pacient přestane potit, přestaneme pokožku roztokem hydratovat;
- aspirin (1-2 tabletky po jídle);
- užívat léky tlumící kašel a bolest podle situace pro odstranění symptomů.

Existuje ruská lidová metoda boje proti chřipce – vodka s černým pepřem. Na 100 ml vodky přidáte černý pepř na špičku nože a vypijete naráz při prvních příznacích chřipky. Někdy to může pomoci. Účinek se vysvětluje tím, že má směs dráždivý účinek na lidské buněčné membrány. Skrze otevřené membrány se do krevního oběhu uvolňují kyselé proteiny a interferony, které spojují a eliminují viry. Tuto metodu lze uplatnit pouze při léčbě lidí se zdravým srdcem a žaludkem.

Časté klinické projevy chřipky:

- dráždění k suchému kašli;
- zimnice;
- celková slabost;
- bolest celého těla;
- bolest rukou i nohou;

Rýma vždy nemusí chřipku provázet.

Vývoji chřipky můžeme zabránit následovně:

- je třeba si nechat rozplynout špetku soli v ústech a sliny polknout (provádět až 10x během 30 minut). Pokud suchý kašel zmizí, znamená to, že je zabráněno vývoji nemoci.

Vstřebání soli vede k tvorbě kyseliny chlorovodíkové a aktivaci žaludečních pepsinů, které vstupují do krve a rozpouštějí buňky, jež byly zasaženy chřipkovým virem. Lavinový efekt syntézy virů je tak zastaven.

Potraviny, které léčí

Základní principy vaření zdravých jídel

- neporušovat pravidla kombinace potravin (konzumace huspeniny s hořčicí či křenem; maso se zelím, rybu s bramborami, tvaroh se solí či medem);
- vývar na přípravu hlavních chodů vařit z jednoho druhu masa (vepřové, telecí, drůbeží atd.);
- v hlavním jídle nesmí chybět kvašená zelenina (okurky, rajčata, zelí, červená řepa);
- velmi prospěšná je huspenina z vepřových nožek s hořčicí či křenem;
- ryby a hříby smažit pouze na slunečnicovém oleji, vše ostatní připravovat na živočišném tuku;
- jídlo připravovat na jednom druhu tuku (vepřový tuk, vyškvařené vepřové sádlo, sádlo či máslo);
- za studena lisovaný rostlinný tuk používat pouze s potravinami obsahujícími ocet (kvašená zelenina, omáčky) a s luštěninami;
- jakoukoliv rybu nechat před smažením marinovat ve šťávě z citronu;
- velmi prospěšné jsou obilné kaše s máslem.

Urgentní stavy

Alkoholická cirhóza

Konečným produktem rozpadu alkoholu je ocet. Alkohol nejdříve odbourávají játra (na tomto procesu se podílí tzv. enzym alkoholdehydrogenáza), ale při nadměrném užívání alkoholu se na procesu štěpení podílí i další orgány: srdce, ledviny, plíce, svaly a mozek, což vede k jejich atrofii.

Játra jsou zdrojem glykogenu (tzv. živočišného škrobu) – polyméru glukózy, který má kyselé vlastnosti. Při interakci se zásaditými molekulami alkoholu se vytváří špatně rozpustná sůl, která vyplňuje mezibuněčný prostor, zahušťuje a zvětšuje játra, stlačuje žíly, tepny a žlučovody.

Alkoholismus je onemocnění, ke kterému jsou náchylní zvláště lidi s výrazně sníženým obsahem jaterního enzymu alkoholdehydrogenázy. Geograficky je úroveň tohoto enzymu snížena u obyvatel východní Evropy.

Léčba

Je velmi obtížné léčit lidi, kteří si nejsou vědomi škodlivosti alkoholismu. Vždycky si najdou důvod, proč si dát další skleničku a opít se. Proto je nejdůležitější ochrana jater a eliminace toxického účinku alkoholu na organismus. Na druhý den je nutné užít 2 g aspirinu (je přísně zakázáno užívat tento lék současně s alkoholem). Enterosorbent či aktivní uhlí je možné užívat až do 10 tablet před i po konzumaci alkoholu.

Aby se zabránilo cirhóze, je důležité pít šťávy z kořene křenu, petržele a černé ředkve. Nejjednodušší způsob je konzumace sterilovaného křenu s řepou (několik lžic 3x denně) s brynzou nebo sýrem.

Velké množství alkoholu omezuje funkci žaludku, snižuje úroveň pepsinů, kyseliny chlorovodíkové a enzymů slinivky břišní.

Pro obnovení trávení je nezbytná tato dieta:

- snížení množství živočišných bílkovin (masa, vajec) ve stravě;
- konzumace polévek boršče a rassolniku s kvašenou zeleninou;
- hrachové pyré s houbami, kyselými okurkami, rybou kílkou, sleděm a mořskými rybami;
- konzumace dušených jater se spoustou cibule;
- bobulovité ovoce rozmělněné s cukrem;
- sušené ovoce (rozinky, meruňky);
- nakládaná jablka;
- na pití: kvasy.

K úplnému obnovení trávení je nutné brát enzym Pankreatin a jeho deriváty.

Polycystóza

U polycystického onemocnění dochází v důsledku nahromadění starých buněk k dysfunkci a destrukci orgánů. Například polycystóza ledvin vede k jejich selhání. Tradiční medicína nevysvětluje příčiny vzniku polycystózy a nezná její účinnou léčbu. Ve skutečnosti stojí za příčinou vzniku onemocnění snížení úrovně kyseliny chlorovodíkové v žaludku, tedy nedostatek soli, chronické zánětlivé procesy a pravidelné podchlazení.

Léčba polycystózy:

- drť (výlisky) čerstvého zelí – až 2 týdny;
- užívání enzymů dle jednotlivých orgánů (do 0,5 šálku 30 min. před jídlem);
- balzám Bolotova během jídla;
- 1x týdně návštěva sauny (viz „Pokožka“).

Příklad: 78letý muž, průměr cysty ledvin byl 7 cm. Po tříměsíční léčbě se zmenšil na 2 cm.

Amyloidóza

Příznakem této nemoci je tzv. proteinurie – uvolňování velkého množství zásaditého proteinu amyloidu, a to až 12 g denně. Pacienti jsou bledí až bílí a jejich bílkovina v krevní plazmě je významně snížena (50 g/l a méně).

Tradiční medicína využívá k léčbě pulzní terapii (velké dávky hormonů, jako je Prednisolon, až 500 mg najednou po dobu několika dní).

Léčba není účinná; stav pacientů se neustále zhoršuje a zvyšuje se jejich slabost.

Léčba amyloidózy:

- jídelníček podle tab. 3 s omezením konzumace zásaditých potravin, aby se zabránilo syntéze zásaditého proteinu;
- drť (výlisky) z čerstvého zelí hodinu před snídaní a obědem;
- půl šálku enzymu 30 min. před jídlem (dle individuální léčby);
- balzám Bolotova 3x denně 10 ml;
- 1x týdně návštěva sauny s užitím malinového enzymu (viz „Pokožka“).

2.2 Komentář k překladu

Při překladu jsem vycházela z několika předpokladů obecných a řady poznatků dílčích, které jsem získala v průběhu zpracování své bakalářské práce, v níž šlo rovněž o komentovaný překlad.

K těm obecným předpokladům patří *typologická příbuznost* výchozího jazyka (ruština) s jazykem cílovým (čeština). Oba jazyky patří do skupiny jazyků slovanských, ruština do větve východní, čeština do větve západní. Dá se tedy předpokládat řada shod, ale také rozdílů, při jejichž zvažování záleží na tom, kterou rovinu jazykové reprezentace máme na mysli – zda morfologickou, syntaktickou, lexikální, stylistickou, či textovou. Jistě větší příbuznost se předpokládá v rovině gramatické (morfologie, syntax), menší shodu pak lze očekávat v rovině lexikální, protože zatímco rovina gramatická je mnohem stabilnější a vytváří do značné míry šablonu pro rovinu lexikální (či přesněji sémanticko-lexikální), pojmenovací jednotky roviny lexikální jsou dynamicky proměnlivé, zejména v souvislosti s postupným zanikáním vyjadřovacích prostředků, které přestávají být součástí jazykového úzu, a vznikem pojmenovacích prostředků nových, odpovídajících současným sdělovacím potřebám uživatelů jazyka v řadě nově vznikajících či inovovaných oborů, celospolečenských procesů, jako je globalizace, či intenzivnějším jazykovým kontaktům.

Při překladu je nutno brát v úvahu i *složku pragmatickou*, která se projevuje jednak naší dosavadní zkušeností s jazykovým územ (často označovaná jako pragmalingvistika), jednak jako naše znalost okolního světa, včetně znalosti hodnot, rituálů a komunikativních strategií, které jsou v kultuře obou konfrontovaných jazyků respektovány, včetně zautomatizovaných řečových návyků. Tak např. českému *Omlouvám se*. – může v ruštině odpovídat buď *Я извиняюсь.*, ale za zdvořilejší je považována formule *Извините меня*. (Podobná zkušenost je potřebná i při zjištění, že *царская водка* je v češtině *lučavka královská*, nebo že *спутнику Юномера* jsou v češtině *měsíce Jupitera*.)

Při překladu jsem nejdříve vycházela z *makrostruktury textu*, abych svá překladová řešení pokud možno co nejadekvátněji zasadila do celkového charakteru textu a vytvořila tak překlad, který je v rovině obsahové koherentní a v rovině povrchové struktury kohezní, jinými slovy, šlo mi o adekvátní přenos informací formou, která je čtivá.

Pohled z hlediska makrostruktury textu mi umožnil zjistit, že jde o text *stylově nesourodý* s převažující částí textu odborného a pasážemi populárně naučnými, s řadou taxonomických výčtů procesů souvisejících s anatomí lidského těla, činností lidského organismu, s lexikální zásobou převážně tvořenou odbornými termíny z oblasti tradiční i

alternativní medicíny. Posláním textu, které lze z makrostruktury vydedukovat, je exaktně popsat zkoumanou oblast alternativní medicíny a možnosti její aplikace, kladením řečnických otázek upozornit na přednosti alternativního přístupu, osobním příběhem o uzdravení touto léčbou podepřít její účinnost, argumentací přesvědčit čtenáře o správnosti volby alternativní léčby a souborem přírodních medikací inspirovat k následování. Jde tedy o střídání pasáží textu, které jsou *deskriptivní, narativní, argumentační, persuasivní (přesvědčovací)*. Exaktní deskripce jsou místy doplněny přehlednými anatomickými nákresey.

Z makrostruktury textu lze také vyvodit, že text je vystaven na stereotypní aplikaci principu „příčina-následek“.

A nyní vlastní komentář.

Hlavní poznámky budou k rovině syntaktické a lexikálně-sémantické. Vzhledem k tomu, že se v obou těchto rovinách odráží stylistický charakter překládaného textu, začnu nejdříve obecnější úvahou o jeho stylistickém zařazení.

Ve funkčním a systémovém přístupu k interpretaci jazykových jevů se vždy zvažuje místo zkoumaného jevu v celkovém systému jazyka. V případě překládání odborného textu se jakoby prolínají dvě roviny jazykového popisu – *rovina stylistická* a z ní vyplývající otázky klasifikace stylů a místa odborného stylu v této klasifikaci – a *rovina textová*, spojená s otázkou realizace textových parametrů (koheze, koherence, informativnost...) v odborném textu.

(Na základě své zkušenosti s překládáním textu, který je předmětem předkládané práce, jsem si uvědomila, že vlastně vnímám tyto roviny souběžně, protože buď se mi při konečném čtení textu jako celku zdálo, že je můj překlad málo kohezní, že informační strohost původního textu příliš rozmělnuji, nebo že syntaktickou kompresi zdrojového textu nahrazuji uvolněnou větnou stavbou, nahrazuji ruské pasivní vazby českými větami s činným rodem slovesa a mnoho dalších menších či větších rozdílů, které bylo třeba „doladit“.)

Pokud jde o místo odborného stylu v klasifikaci ostatních funkčních stylů, je nutno předeslat, že tato klasifikace se mění s tím, jak se mění společenské potřeby. Tak původní členění na styly věcné a umělecké – s publicistickým stylem jako něčím na pomezí stylu uměleckého a publicistického (jak vidět hranici mezi styly nejsou ostré), má dnes klasifikace stylů jemnější škálu (srov. Knittlová, 2000). Podle její klasifikace (inspirované

Mistríkem) lze můj text zařadit pod odborný styl veřejný a v rámci veřejného – pod styl naučný, jehož charakteristickými rysy jsou zejména věcnost, jasnost, jednoznačnost, přehlednost, stručnost a neexpresivnost.

Při hledání odpovědi na otázku, jak správně vymežit charakteristiku mnou překládaného textu, jsem našla inspiraci v práci Dušana Žváčka (1994), který upozornil na to, že u volby překladatelských řešení odborného textu je také důležité zvažovat, kdo je adresátem, zda laik či např. odborník jiného oboru. V případě textu určeného pro laickou veřejnost, což je můj případ, Žváček předpokládá mimo jiné snížení stupně knižnosti, potřebu explikace (výkladu) při opisu odborné terminologie.

Podle M. Tomáška (2003, str.28) má odborný styl dvě hlavní složky, kterými jsou

1. Složka všeobecného gramatického základu.
2. Odborné názvosloví.

(Poněkud mě překvapilo, že Tomášek neuvažuje o další složce, za kterou bych považovala složku pragmatickou zkušenost jazykovou, např. určitou stereotypičnost, syntaktickou chudost, lexikální opakovanost, výrazovou ustálenost, časté výčty položek, ale i znalost faktů okolního světa).

Tímto stručným úvodem jsem chtěla předeslat, že mou snahou při překládání zvoleného textu bylo vytvořit si určitý vědomostní kontext, který by mi pomohl zejména při řešení složitějších překladatelských rozhodnutí a kompenzoval tak moji dosud malou míru zkušenosti. Inspirativní pro mě byla i diplomová práce Josefa Zídka (2011), který prováděl komentovaný překlad právního textu.

V rovině syntaktické, pokud jde o modalitu vět, jednoznačně převládaly věty oznamovací a nebyl důvod tuto skutečnost při překladu měnit. Pouze ve čtyřech případech se vyskytly věty tázací, které měly spíše výzovou funkci řečnické otázky, kterou si autor kladl a hned také na ni sám odpovídal, případně v replice odkazoval na názory ostatních odborníků. Přítomnost tázacích vět v překladu byla rovněž zachována.

Při strukturním vymezení *druhů vět* jsem se opírala o klasifikaci H. Flídrové (2005), která dělí věty podle počtu predikací a jejich vztahu. Odtud jsem také převzala termín *věty s polopredikativními konstrukcemi* (полусложные предложения), které při překladu do češtiny vyžadovaly strukturní přestavbu, protože na rozdíl od kondenzovaného vyjadřování v ruštině (podobně jako v angličtině), je česká větná stavba uvolněnější a větné kondenzory nahrazuje většinou vedlejšími větami. V ruštině je existence těchto vět

považována za tendenci jazyka k nominálnímu vyjádření. Jde o příklady typu *познания, устоявшиеся – poznatky, které se vžily; ученых, развивающих альтернативную теорию – vědců, kteří rozvíjejí alternativní teorii; изучая философские труды – díky studiu filozofických spisů.*

Další transformační změnou při překladu byla přeměna vět s nulovým tvarem spony v přísudku (Vychodilová, 2011) na české predikace s explicitně vyjádřenou sponou. (typ *Мать болна. Matka je nemocná.*)

V překladu jsem respektovala skutečnost, že přechodníky, často vyjadřující vztah vedlejšího děje k ději hlavnímu, se sice v českém odborném stylu někdy vyskytují, ale protože překládaný text není čistě odborný, důsledně jsem převáděla přechodníky do češtiny vedlejšími větami.

Při překladu *souvětných struktur* jsem v ruštině narazila na spoustu bezspoječných vět, které jsem v souladu s běžnou praxí nahrazovala spojkami či vztažnými slovy. Rozdílnost vyplynula při překladu ruské *souřadící spojky* „и“, která má svůj ekvivalent v českém „a“, zatímco ve vylučovacím souvětí „или...или...“ odpovídá českému *bud'...nebo.*

Věty se všeobecným podmětem (v překládaném textu velmi časté, srov. *Фрукты едят сырыми*) jsem alternativně překládala buď obecným „my“ (Ovoce jíme syrové.) nebo pomocí „se“ (Ovoce se jí syrové.).

Zatímco v rovině syntaktické nebyly nutné žádné velké transformační zásahy, v rovině *lexikální* bylo rozhodování často náročnější. Důvodem byl zejména odlišný terminologický aparát a nutnost ověřovat formu a shodu obsahu termínů ve výchozím a cílovém jazyce. Dalším náročným řešením byla asymetrie v polysémii, když např. pro jeden ruský termín existuje v češtině dvojí řešení, jako *жмыхи* překládáno jako *drť* nebo *výlisek*. Podobně *явление* může být v češtině *jev* i *objev*. Při hledání kolokací se ukázalo, že v pojmenování českých preparátů jsou určité ustálené preference.

I zdánlivě jednoznačná řešení, která se příbuzností slov v obou jazycích nabízejí, bylo nutno ověřovat, jako např. *ягоды* jsou v ruštině označením pro lesní bobulové plody vůbec.

Pragmaticky odlišných lexikálních protějšků, jako je *царская водка* a *lučavka královská*, bylo naštěstí zastoupeno v malé míře.

Za hlavní řešitelské záhady považuji: jak vyřešit překlad názvu jedné sekce, když daný název neměl žádné kontextové opodstatnění (viz „Ляпус Трубецкой“). Byl to jediný případ, kdy jsem do textu vložila vysvětlivku, která referuje k jazykovědci

Trubeckému a jeho klasifikaci fonologických jevů (viz poznámka 91). Další problém představovala zkratka АО, pro niž nalezení českého ekvivalentů zabralo snad nejvíce času. Konečným řešením je ponechání původní zkratky. Jednou z možností výkladu a překladu bylo *алкогольное опьянение*, které ovšem do kontextu koherentně nezapadalo. Nejsložitější bylo vypořádat se adekvátně s názvem jedné ze sekcí textu, jehož obsah byl logicky těžko uchopitelný a doslovný překlad vůbec nedával smysl. Název v původním textu byl Язвенной болезни нет, если она не превратилась в характер. Doslovný český překlad *Žaludeční vředy nejsou, pokud se nepřemění na charakter* zní kostrbatě a jeho obsah je těžko vyvoditelný. S přihlédnutím k širšímu kontextu výchozího jazyka jsem nakonec zvolila volnější překladovou variantu *Žaludeční vřed nebolí, pokud se jeho existence nepromění v chronickou*.

V překladu jsem respektovala odlišení pasáží odborného textu od pasáží populárně naučných a důsledně ověřovala status odborných termínů od pseudotermínů, či ad hoc pojmenování.

Obohacením pro mě bylo citlivější vnímání řady jevů mateřského jazyka, které jsem dosud vnímala spíše podvědomě.

Za nejsložitější překladatelská řešení považuji v rovině syntaktické převod složitých souvětých celků zdrojového jazyka, v němž vedle vět byly použity polovětné vazby (přechodníky, infinitivy), a připojení vět bylo bezespoječné. V rovině lexikální bylo náročné převádění ruských termínů do cílového jazyka, zejména ověřování vhodně zvoleného protějšku s možností několika alternativních vyjádření, jinými slovy, aby zůstal status ruského termínu při převodu zachován.

ZÁVĚR

Tématem diplomové práce byl překlad odborného textu z oblasti medicíny doplněný o komentář. Práce byla rozdělena do tří hlavních částí – teoretický rámec, praktická část (tj. vlastní překlad) a přílohy obsahující terminologický glosář, seznam zkratek a originální text publikace.

Za hlavní cíl jsme považovali adekvátní překlad textu z ruského jazyka do jazyka českého s komentářem. K dosažení tohoto cíle bylo zapotřebí nahlížet na specifika odborného stylu a dodržovat je při samotném překládání. Dalším cílem bylo vytvoření rusko-českého glosáře s termíny z oblasti medicíny.

Teoretický rámec práce je rozdělen na dvě hlavní sekce – překlad a alternativní medicína, z nichž každá obsahuje podsekce. V překladové části jsme se zaměřili na teorii překladu, odborný styl, překlad terminologie, pojmy ekvivalence a adekvátnost, porovnání češtiny a ruštiny z hlediska gramatiky a uvedli nové tendence v překládání. Sekce o alternativní medicíně se věnuje jejímu srovnání s konvenční medicínou, srovnává různé alternativní metody užívané v České republice a v Rusku a okrajově zahrnuje i psychosomatiku.

Již z bakalářské práce jsem získala cennou zkušenost, jak je potřebné volbu českých terminologických protějšků neustále ověřovat nejen ve slovnících, ale jazykovým územ vyplývajícím z odborných studií s danou tematikou, přístupných na internetu. Tuto zkušenost jsem důsledně uplatňovala i při překladu v této práci. V komentáři k překladu jsem využila opět předchozí zkušenosti, že je užitečné psát si tento komentář průběžně s překládáním a vytvořit si způsob určitého „tagování“, podle kterého komentované jevy zařadit. Pokud jsou to jevy jazykové, tak z které roviny jazykového plánu vyplývají, pokud jsou to jevy pragmatické, o jaké posuny při vnímání okolního světa jde.

Oba texty (bakalářské i magisterské práce) mají společné to, že jsou stylisticky nesourodé, obsahují pasáže typické pro text vědecký, ale ty se prolínají s pasážemi populárně-vědeckými, jejichž snahou je potenciální čtenáře pro danou strategii získat a přesvědčit je o potřebě ji aplikovat. Pokud jde o obsahovou náročnost, je text diplomové práce obtížný tím, že je velmi informačně nasycený termíny z oboru anatomie, a to nejen popisem tělesných orgánů, ale také popisem procesů, které se v těle odehrávají, a jejichž funkce může být atakem nemoci narušena a vyžaduje následnou léčbu. O nic snadnější

nebyl popis přípravy alternativních medikamentů a surovin, z nichž se dají vyrobit, a popis účinků, které mají na prevenci i vlastní léčbu jednotlivých orgánů zažívacího traktu.

V originálním textu převládaly v syntaktické rovině polopredikativní konstrukce, přechodníkové a jmenné tvary, oznamovací věty a věty s všeobecným podmíněním. Po této stránce nebyl překlad tak náročný. Zato rovina lexikální byla poněkud složitější, zejména překlad odlišné terminologie ve výchozím a cílovém jazyce a polysémie neboli mnohoznačnost určitých výrazů. Za překladatelský oříšek lze považovat určité názvy kapitol, které bylo velmi náročné přeložit tak, aby byl zachován jeho obsah, a také náhodně vložené věty do textu.

Za nejdůležitější jsem však považovala nejdříve se seznámit s makrostrukturou textu jako celku a teprve potom vnímat konkrétní realizace a vnímat je jako kontextově začleněné části, které mají být významově koherentní a formou kohezivní. Předpokladem byla také obeznámenost s řadou dostupných českých studií i ruských textů o dané tematice.

РЕЗЮМЕ

Темой магистерской дипломной работы является перевод специализированного текста о медицине и альтернативном подходе к лечению с комментарием, создание теоретического обзора о переводе и альтернативной медицине и её сравнение с традиционной медициной, создание глоссария с терминами, относящимися к проблематике, и список сокращений.

Работа разделена на три главные части – теоретическую, практическую, т. е. перевод с комментарием, и вложения. Теоретическая часть разделена на главы и разделы. В состав работы входит введение, в котором описаны причины выбора перевода данного текста, заключение, содержащее результаты анализа, список литературы, онлайн-ресурсов и ссылка на переведённую книгу.

Целью дипломной работы было создание адекватного перевода с русского на чешский язык, учитывая при этом количество совпадений, а также отличий (хотя речь идёт о типологическом сходстве данных языков). Для этого достижения было важно объяснить, сравниваем ли морфологию, синтаксис, лексику, а также подобрать подходящие термины, которые было иногда важно проконсультировать. Помимо того, нашей целью было разработать лингвистический анализ исходного и переводного текста с точки зрения прагматической, синтаксической и лексико-семантической составляющих. На основе этого мы создали комментарий, дополняющий перевод, в котором мы также обнаружили некоторые его (перевода) трудности, а также обозначили способы их решения. Последней целью работы было составление русско-чешского терминологического глоссария.

Теоретический обзор работы содержит в себе две темы, которые знакомят читателя с теорией перевода и с проблематикой альтернативной и традиционной медицины.

В бакалаврской работе мы уже рассмотрели перевод специализированного текста, поэтому магистерскую дипломную работу мы дополнили новыми тенденциями, теорией и информацией о переводе.

Основная задача данной работы – перевод, поэтому ему посвящена большая часть теоретического обзора. Перевод воспринимается разными теоретиками по-разному, но все согласны с мнением, что перевод можно условно разделить на две главные составляющие: перевод как процесс и перевод как результат. Но, конечно, перевод служит и для межъязыковой коммуникации. В данной главе мы не только описали общие знания и информацию, но мы также сосредоточились на рассмотрении теории скопоса, далее развили идею т.н. «невидимости переводчика» – концепцию Венути, американского переводчика, которая нам помогла при переводе, потому что текст был сложен не только с лексической стороны, т. е. с точки зрения перевода терминов, но и с точки зрения построения текста, полного сложных предложений и случайно вставленных предложений. Наше внимание было также сосредоточено на машинном переводе и теоретиках, внёсших в эту теорию свой вклад, который стал вдохновением для создания русского национального корпуса. Важных теоретиков перевода существует большое количество, поэтому на протяжении всего данного раздела мы упомянули лишь основных, таких как Степан Бархударов, Вилен Комиссаров, Иржи Левий или Дагмар Книттлова, чьи публикации и книги стали нашим источником информации.

Машинный перевод включает в себя целый ряд переводов, в том числе научный. В следующей главе мы занимаемся методами перевода, которых надо при переводе придерживать.

Далее, мы уделяем внимание роли переводчика и его компетенции, потому что это опять же играет огромную роль при переводе. Важны не только его знания языка перевода, но, скорее, знания исходного языка. Он должен знать реалии страны и её культуру, иметь богатый словарный запас переводимой темы и общий обзор. Переводить – значит понимать текст, знать принципы и методы решения и правильно их использовать. Переводчик должен полностью понимать содержание переведённого текста, намерение автора и передать читателю текст так, чтобы сохранил общее впечатление оригинала.

Так как текст относится, прежде всего, к научному стилю, следующая глава посвящена ему. Для научного текста характерна точность, ясность, тенденция к сжатости, безличные предложения без субъективной окраски и использование терминов. Данные черты отличают научный текст от художественного. В русских

текстах научного стиля мы встречаемся с конструкциями пассивными, обмыканием, инфинитивом, сложными предложениями и союзами. Для русского текста также типичны предложения с причастиями и деепричастиями (которые являются, в отличие от русского языка, книжными для чешского языка). Переводчик должен хорошо ориентироваться в данной проблематике, потому что отклонение в переводе почти невозможно. Данный стиль можно разделить на подстили, включая научно-популярный, к которому переводимый текст относится.

Термин – основная и типичная для научного текста черта, под которой подразумевается слово или словосочетание, относящееся к данной области. Поэтому, следующий раздел посвящён термину. Переводчик обязан владеть способностью точно переводить термины, или мы, скорее, говорим о замене одного термина другим. В случае отсутствия подходящего термина переводчику следует использовать переводческие трансформации, такие как калькирование, транслитерацию, транскрипцию или описательный перевод. Оригинальный текст данной работы насыщен терминами, но можно отметить, что они часто повторяются и являются стереотипными.

С этим связан пятый раздел, который рассматривает эквивалентность и разницу между эквивалентностью и адекватностью. Переводчик не всегда может использовать абсолютно точный эквивалент и он должен выбирать из ряда терминов соответствующих терминов, так как слова часто многозначные. Умение – найти тот подходящий термин. Адекватность касается процесса перевода, эквивалентность сравнивает и оценивает текст или его части – значит, это результат выполненного перевода. Существует несколько типов эквивалентности и несколько уровней эквивалентности. В работе мы упоминаем, например, классификации немецкого лингвиста Вернера Коллера, Вилены Комиссарова, Душана Жвачека и Милана Грдличека – каждый из них выделил разные типы эквивалентности. И также было введено понятие инварианта, которое, по мнению некоторых учёных, может помочь прояснить разницу между эквивалентностью и адекватностью. Сохранение инварианта является целью каждого перевода, это основная информация текста.

Не в последнюю очередь демонстрируется сравнение чешского и русского языков с точки зрения использования словосочетаний, отглагольных

прилагательных, мультивербизации и избыточности. Русский язык, по сравнению с чешским языком, имеет большую тенденцию к избыточности.

Последняя глава представляет новейшие тенденции в переводе. Широкое распространение в России получила т.н. локализация, которая касается области интернета, в основном перевода веб-сайтов. Локализация – это культурная адаптация текста, и ей, конечно, всегда предшествует глобализация. Вторым примером является т. н. транскреация. Мы говорим о творческом подходе к переводу, учитывая при этом культурно-специфический и мультимодальный контекст, когда переводчик интегрирует текст в форму принимающей культуры.

Вторая часть теоретической части состоит из общего понимания альтернативной медицины – что характеризует альтернативную медицину, когда она возникла и кто считается её основоположником. Мы рассмотрим различия между альтернативной и традиционной медициной и подходы, которые они используют в лечении. А также мы проанализируем отдельные альтернативные методы и перечислим основные – традиционную китайскую медицину, гомеопатию, акупунктуру, натуропатию и другие.

Альтернативная медицина использует аналогичные подходы как в Чехии, так и в России, но всё же есть некоторые различия. Исследования, проведённые в обеих странах, покажут, как люди относятся к альтернативному лечению.

Поскольку психика также имеет большое влияние на наше здоровье и болезни, мы покажем три примера болезней, которые описаны в переведённой публикации – как они влияют на человеческий организм и что именно данные болезни вызывает с точки зрения психосоматики.

Вторая часть дипломной работы – перевод оригинального текста с русского на чешский язык с применением различных переводческих трансформаций. Сначала мы познакомились с данным текстом и определили его стиль. Переводимая книга научного стиля, цель которой заключается в информированности читателя о человеческих болезнях – какую боль вызывают, как их можно лечить и как к этому подходит традиционная и альтернативная медицины. Мы выбрали те части книги, которые будут полезны для чешского читателя.

Всегда важно познакомиться с текстом в целом, чтобы узнать, почему он написан, какова цель автора и зачем он это написал (т. е. его намерение), в каком стиле текст написан и для кого.

В первую очередь мы ознакомились с макроструктурой текста, чтобы решения по переводу максимально соответствовали общему характеру текста. Благодаря этому мы узнали, что текст неоднородный, включает в себя элементы научно-популярного стиля. Говорится о чередовании частей текста, которые являются описательными, повествовательными, аргументированными, убедительными. Во время самого перевода мы использовали полученные знания об эквивалентности, переводе терминов и различия данных славянских языков, чтобы выбрать оптимальные решения. В процессе перевода мы учитывали ряд аспектов, как, например, языковые сходства и различия – морфологический, синтаксический, лексический, стилистический или текстовый уровни. Наше внимание сосредоточено также на прагматическом подходе к переводу, т. е. опыт работы в языковой сфере и общий обзор.

Перевод дополнен комментарием, в котором более упоминаем, прежде всего, синтаксический и лексико-семантический уровни. Надо при переводе специального текста учитывать не только стилистический, но и текстовый уровень, которые важно воспринимать параллельно.

Из изученной библиографии выяснилось, что данный текст скорее относится к научному стилю для публики. Однако важно иметь в виду, предназначен ли текст для широкой публики или для экспертов. В нашем случае это публикация, предназначенная для непрофессионалов – мы были должны рассматривать при переводе, так как степень книжности должна быть снижена, особенно при переводе терминологии.

Что касается синтаксического уровня, то доминировали повествовательные, простые предложения, которые были при переводе сохранены. Поскольку русский язык имеет тенденцию к избыточности, было необходимо изменять предложения на более простые. При переводе надо было использовать правильные трансформации, в основном изменение порядка слов, универбизацию, генерализацию, замену грамматического статуса предложения, потому что оригинал содержит сложные

конструкции, используя деепричастия и причастия, и преобразование полусложных предложений, так как русский язык тянет к конденсации и чешский язык наоборот использует придаточные предложения. Деепричастия типичны для специального текста, прежде всего, в русском языке, но поскольку текст намерен для широкой публики, и с учётом чешского языка, который деепричастия использует редко, я переводила данные предложения придаточными предложениями.

Лексический уровень требовал дополнительных корректировок из-за различного терминологического аппарата и в том случае необходимости проверки терминов. Однако были также случаи, когда были настоящие проблемы с переводом, точнее с контекстом. Некоторые предложения были вставлены в текст без дальнейшего контекста или ссылки (см. изречение «Красота спасёт мир», которое в отделе вставлено без предварительного или последующего обоснования. Данное изречение из книги «Идиот» Льва Толстого).

Наиболее сложными переводческими решениями мы считаем перевод полусложных конструкций (деепричастия, инфинитивы) на уровне синтаксическом и перевод русских терминов и проверка правильно выбранного аналога с возможностью нескольких альтернативных выражений на уровне лексическом.

Последняя часть дипломной работы содержит вложения, т. е. глоссарий терминологии, список сокращений, которые появились в переводимой публикации, и оригинальный текст на русском языке. Эти дополнительные страницы предназначены для помощи и обогащения знаний читателя. Терминологический глоссарий составлен из ключевых слов, которые образуют основу области медицины и альтернативной медицины и могут помочь сориентироваться не только в переведённой публикации, но и при знакомстве с данной областью в целом.

Как мы упоминали во введении, мой интерес к здоровому образу жизни, питанию и альтернативой медицине мне очень помог не только в самом переводе, но и в выборе библиографии и проверке точности информации, найденной в интернет-источниках. Это было особенно важно при выборе подходящего термина, соответствующего тому же термину в русском языке. Полезен был также опыт перевода бакалаврской работы, которую можно считать первым переводом большего размера, который был посвящён аналогичной теме.

Вытекающие итоги:

1. Тщательная подготовка – залог успеха, благодаря которой нам легче определить уже упомянутую макроструктуру текста и его содержание.
2. После прочтения текста важно понять, для кого предназначена данная книга или текст. Это серьёзный аспект, который нужно учитывать в процессе перевода.
3. Подбор подходящих трансформаций и терминов является ключевым.
4. Важно уважать и принимать во внимание правила и стандарты обоих языков.

Мы считаем, что работа может служить для тех, кто заботится о своём здоровье, ищет альтернативу или просто хочет узнать новую информацию. Тема выбранной публикации, безусловно, актуальна. Здоровый образ жизни приобретает всё больше сторонников, а вместе с ним и развивается альтернативная медицина.

SEZNAM LITERATURY

1. BOURBEAU, Lise. *Význam nemoci*. Přeložil Martin UVÍRA. Bratislava: Eugenika, 2018. ISBN 978-80-8100-184-0, str. 233-468.
2. FALEIDE, Asbjørn O., Lilleba B. LIAN a Eyolf Klæboe FALEIDE. *Vliv psychiky na zdraví: soudobá psychosomatika*. Praha: Grada, 2010. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2864-3, str. 17.
3. FIŠER, Zbyněk. *Překlad jako kreativní proces: teorie a praxe funkcionalistického překládání*. Brno: Host, 2009. Studium (Host). ISBN 978-80-7294-343-2, str. 16-181.
4. FLÍDROVÁ, Hana; Žaža, Stanislav. *Синтаксис русского языка в сопоставлении с чешским*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005. 163 s. Skripta. ISBN 80-244-1104-0.
5. GROMOVÁ, Edita, Milan HRDLIČKA a Vítězslav VILÍMEK. *Antologie teorie odborného překladu: výběr z prací českých a slovenských autorů*. 2., aktualiz. a rozš. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2007, 243 s. ISBN 9788073683832
6. KLÍMOVÁ, Jarmila a Michaela FIALOVÁ. *Proč (a jak) psychosomatika funguje?*. Praha: Progressive consulting, 2015. ISBN 978-80-260-8208-8, str. 25.
7. KNITTLOVÁ, Dagmar, Bronislava GRYGOVÁ a Jitka ZEHNALOVÁ. *Překlad a překládání*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 291 s. Monografie. ISBN 9788024424286, str. 26-221.
8. KNITTLOVÁ, Dagmar. *K teorii i praxi překladu*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2000, 215 s. ISBN 8024401436.
9. KRČMOVÁ, Marie, Eva MINÁŘOVÁ, Marie ČECHOVÁ a Jan CHLOUPEK. *Stylistika současné češtiny*. Praha: ISV, 1997, 282 s. ISBN 8085866218, str. 148-157.
10. KUFNEROVÁ, Zlata. *Překládání a čeština*. Jinočany: H & H, 1994. Linguistica (H & H). ISBN 80-85787-14-8, str. 8-95.
11. MALACHOV, Gennadij. *Očista těla a správná výživa*. Bratislava: Eugenika, 2006. ISBN 80-89227-12-0, str. 72.
12. *Rusko-český, česko-ruský praktický slovník: ...pro každého*. 3. vyd. V Brně: Lingea, 2017. ISBN 978-80-7508-244-2.

13. TOMÁŠEK, Michal. Překlad v právní praxi. 2. dopl. vyd. Praha: Linde, Právnické a ekonomické nakladatelství a knihkupectví, 2003, 143 s. ISBN 8072014277.
14. Venutini, Lawrence. 1995. The translator's invisibility: a history of translation. London: Routledge.
15. Venutini, Lawrence. 1998. The Scandals of translation. Towards an ethics of difference. London: Routledge.
16. VYCHODILOVÁ, Zdeňka. *Výrazová úspornost v syntaxi současné ruštiny*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2886-4.
17. ŽVÁČEK, Dušan. Kapitoly z teorie překladu. [Díl] 1, (Odborný překlad). Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995, 51 s. ISBN 807067489X, str. 8-38.
18. ŽVÁČEK, Dušan. Úvod do teorie překladu (pro rusisty). 2. vyd. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1998, 53 s. ISBN 8070678143, str. 10-17.
19. БАРХУДАРОВ Л. С. Язык и перевод (Вопросы общей и частной теории перевода). М., «Междунар. отношения», 1975, str. 5-6.
20. ГАРБОВСКИЙ, Николай К. Теория перевода: Учебник. 2. Москва: Издательство Московского университета, 2007. ISBN 978-5-211-05333-5, str. 405-411.
21. РЕЦКЕР Я.И. Теория перевода и переводческая практика. М., 1974, str. 7.
22. ФЕДОРОВ А.В. Основы общей теории перевода. М., 1983, str. 10.

SEZNAM INTERNETOVÝCH ZDROJŮ

1. About Homeopathy: Proving the remedies. International Academy of Classical Homeopathy [online]. ©2016 [cit. 2021-02-03]. Dostupné z: <https://www.vithoukas.com/homeopathy/about-homeopathy>
2. HEŘT, Jiří. Alternativní medicína a léčitelství – Kritický pohled. V Praze: Věra Nosková, 2010. 265 s. Dostupné z: https://www.sisyfos.cz/old/files/Alternativni_medicina_Hert.pdf
3. HRDLIČKA, Milan. K překladatelskému porovnávání jazyků (v plánu rusko-českém). *Opera Slavica* [online]. 2001, (11), 6-14 [cit. 2021-03-01]. ISSN 1211-7676. Dostupné z: https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/117425/2_OperaSlavica_11-2001-4_3.pdf?sequence=1
4. KŘÍŽOVÁ, Eva. Alternativní medicína v České republice. Vydání druhé. Praha: Karolinum, 2015, 1 online zdroj (149 stran). ISBN 9788024625331, str. 14-119.
5. Seznam Slovník – on-line překlad z češtiny do angličtiny, francouzštiny, němčiny, španělštiny, italštiny, ruštiny, slovenštiny a naopak. Seznam Slovník – on-line překlad z češtiny do angličtiny, francouzštiny, němčiny, španělštiny, italštiny, ruštiny, slovenštiny a naopak [online]. Copyright © 1996 [cit. 27.03.2018]. Dostupné z: <https://slovník.seznam.cz>
6. SHIKOV, Alexander N. Medicinal Plants of the Russian Pharmacopoeia; their history and applications. ScienceDirect [online]. 2014, 481-536 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0378874114002827?token=A2D5A7363C3F54973FE4731553E6A9ED492601644C383963BF2D0597540423286247F4F440C48F7FA6F4DE5BC6AF2EE7>
7. Transkrece. *Překlady a tlumočení* [online]. 30.9.2019 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://translation-interpreting.cz/magazin/sluzby/transkrece>
8. Uznání alternativní medicíny by uvítalo 85 procent lidí, zjistil průzkum. Deník.cz [online]. Praha, 2014 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: https://www.denik.cz/z_domova/uznani-alternativni-mediciny-by-uvitalo-85-procent-lidi-zjistil-pruzkum-20140826.html

9. ZÍDEK, Josef. 2011. *Komentovaný překlad odborného textu: Vybrané články Občanského zákoníku Ruské federace*. Magisterská diplomová práce. Ústav slavistiky Masarykovy univerzity v Brně.
10. АНДРЕЕВ, Федор. Академик РАН видит в изучении гомеопатии научный интерес. Российская газета [online]. 17.3.2020 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://rg.ru/2020/03/17/akademik-ran-vidit-v-izuchenii-gomeopatii-nauchnyj-interes.html>
11. КОМИССАРОВ, Вилен Н. Современное переводоведение. Курс лекций. [online]. Москва: ЭТС, 1999 [cit. 2021-03-05]. ISBN 5-93386-015-8. Dostupné z: <https://studfile.net/preview/4534952/>
12. КУХАРЕНКО, Екатерина. Алексей Водовозов: гомеопатия — темная сторона медицины, плата за которую — совесть. Новости России и мира за сегодня - BFM.RU [online]. 11.9.2019 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://www.bfm.ru/news/424054>
13. Отношение к направлениям нетрадиционной медицины среди москвичей в возрасте 25-45 лет. *СканМаркет* [online]. 10.10.2017 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://scanmarket.ru/research/issledovanie-otnoshenie-k-netraditsionnoy-meditsine>
14. САМАРСКАЯ, Татьяна А. а Галина А. ТЕПЕР. Альтернативная медицина российской провинции. *Журнал исследований социальной политики* [online]. 2007, 87-103 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: http://ecsocman.hse.ru/data/2011/05/06/1268032406/t.a._samarskaiax2c_g.a._teper_alternativnaia_medicina_rossiiskoi_provincii.pdf
15. СДОБНИКОВ, В.В. Новые тенденции в переводоведении. Казанский вестник молодых ученых [online]. Издательство Казанского университета, 2018, (4), 1-8 [cit. 2021-03-02]. ISSN 2587–9669. Dostupné z: <https://kpfu.ru/portal/docs/F1770079829/18.Sdobnikov.pdf>
16. ЧИГИЛЕЙЧИК, Лада Ю. Здоровый образ жизни и нетрадиционная медицина. Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс» [online]. 2013, , 1-13 [cit. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://interactive-plus.ru/e-articles/588/Action588-474584.pdf>
17. ШАМОВА, Нина В. Разграничение понятий "эквивалентность" и "адекватность" в переводе. Вестник московского университета. Серия 19:

лингвистика и межкультурная коммуникация [online]. Москва: Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, 2005, (2), 171-180 [cit. 2021-03-01]. ISSN 2074-1588. Dostupné z: <https://cyberleninka.ru/article/n/razgranichenie-ponyatiy-ekvivalentnost-i-adekvatnost-v-perevode/viewer>

18. ШУТЁМОВА, Наталья В. Современные теории перевода: тенденции развития отечественной транслатологии [online]. Пермь: Пермский государственный национальный исследовательский университет, 2020 [cit. 2021-03-01]. ISBN 978-5-7944-3482-8, str. 8-9. Dostupné z: <http://www.psu.ru/files/docs/science/books/uchebnie-posobiya/shutyomova-sovremennye-teorii-perevoda-tendencii-razvitiya-otechestvennoj-translyatologii.pdf>

Zdroj originálního textu překladu

<https://uloz.to/file/rdNywNQc7eXb/naumov-dmitrij-terapiya-bez-tabletok-byt-zdorovym-legko-rtf>

SEZNAM PŘÍLOH

1. Rusko-český glosář
2. Seznam zkratkových slov
3. Originální text

ПРÍЛОЖУ

1 Rusko-ĉeský glosář

A

абсцесс, -а т	absces
адреналин, -а т	adrenalin
аксон, -а т	axon (výběžek nervové buňky)
алкоголизм, -а т	alkoholismus
амилоидоз, -а т	amyloidóza
аминокислота, -ы ž	aminokyselina
незаменимые аминокислоты	esenciální aminokyseliny
анатомия, -и ž	anatomie
патологическая анатомия	patologická anatomie
анемия, -и ž	anémie, chudokrevnost
антибиотик, -а т	antibiotikum
асфиксия, -и ž	dušnost
атрофия, -и ž	atrofie

Б

белок, -лка т	bílkovina, protein
синтез белка	syntéza bílkovin
биополе, -я st	biopole
биохимия, -ии ž	biochemie

болезнь, <i>-и ž</i>	onemocnění, nemoc
желчнокаменная болезнь	cholelitiáza
язвенная болезнь	žaludeční vřed
В	
васкулит, <i>-а т</i>	vaskulitida
вещество, <i>-а st</i>	látka, hmota
питательные вещества	živiny
вирус, <i>-а т</i>	virus
витамин, <i>-а т</i>	vitamin
водоросль, <i>-и ž</i>	vodní řasy
морская водоросль	mořská řasa, chaluha
Возрождение, <i>-я st</i>	renaissance
волокно, <i>-а st</i>	vlákno
нервное волокно	nervové vlákno
воспаление, <i>-я st</i>	zánět, zápal
Вселенная, <i>-ой ž</i>	vesmír
Г	
газ, <i>-а т</i>	plyn
углекислый газ	oxid uhličitý
гангрена, <i>-би ž</i>	gangréna

гепатохолецистит, <i>-а т</i>	hepatocholecystitida
гипотония, <i>-и ž</i>	hypotenze, nízký krevní tlak
глюкоза, <i>-ы ž</i>	glukóza
гомеостаз, <i>-а т</i>	homeostáza
грань, <i>-и ž</i>	mezník
грипп, <i>-а т</i>	chřipka
Д	
диагноз, <i>-а т</i>	diagnóza
Ж	
железа, <i>-ы ž</i>	žláza
поджелудочная железа	slinivka břišní
простатическая железа	předstojná žláza
щитовидная железа	štítná žláza
желтуха, <i>-и ž</i>	žloutenka
желудок, <i>-дка т</i>	žaludek
атония желудка	atonie žaludku
секреция желудка	žaludeční sekrece
слизистая желудка	žaludeční sliznice
жизнедеятельность, <i>-и ž</i>	životaschopnost
жир, <i>-а т</i>	tuk

З

заболевание, *-я st* onemocnění

запор, *-а m* zácpa

И

изжога, *-и ž* pálení žáhy

изомер, *-а m* izomer

иммунитет, *-а m* imunita

гуморальный неспецифический иммунитет humorální nespecifická

imunita

специфический иммунитет specifická imunita

ингалятор, *-а m* inhalátor

инквизиция, *-и ž* inkvizice

иннервация, *-и ž* inervace

инсульт, *-а m* mozková mrtvice

интерферон, *-а m* interferon

инфаркт, *-а m* infarkt

Истина, *-ы ž* Pravda

К

канал, *-а m* kanál

астральный канал astrální spojení

биоэнергетический канал	bioenergetické pole
дыхательный канал	dýchací trubice
информационный канал	informační kanál
мочеиспускательный канал	močová trubice
покровной канал	pokožka
спектральный канал	spektrální pásmo
энергокинетический канал	kinematický řetězec
кардиомиопатия, <i>-u ž</i>	kardiomyopatie
кислород, <i>-a m</i>	kyslík
кислота, <i>-ы ž</i>	kyselina
азотная кислота	kyselina dusičná
серная кислота	kyselina sírová
пировиноградная кислота	kyselina pyrohroznová
соляная кислота	kyselina chlorovodíková
уксусная кислота	kyselina octová
жирные кислоты	mastné kyseliny
кишечник, <i>-a m</i>	střevo
кишка, <i>-u ž</i>	střevo
двенадцатиперстная кишка	dvanácterník
прямая кишка	konečník
толстая кишка	tlusté střevo
тонкая кишка	tenké střevo

СИГМОВИДНАЯ КИШКА	sigmoidní tlusté střevo
клетка, -и <i>ž</i>	buňka
животная клетка	živočišná buňka
нервная клетка	nervová buňka
половые клетки	pohlavní buňka
раковые клетки	rakovinné buňky
растительная клетка	rostlinná buňka
эпителиальные клетки	epiteliální buňky
КОЛИТ, -а <i>т</i>	kolitida
язвенный колит	ulcerózní kolitida
конкремент, -а <i>т</i>	konkrement, kámen v orgánech
корь, -и <i>ž</i>	spalničky
кость, -и <i>ž</i>	kost
перелом кости	zlomenina
кровь, -и <i>ž</i>	krev
артериальная кровь	arteriální krev
плазма крови	krevní plazma
белая кровь	bílá krev
красная кровь	červená krev
кровопотеря	krvácení
сгущение крови	sražení krve

Л

лёгкие, <i>-их pl.</i>	plíce
воспаление лёгких	zánět plic
лейкемия, <i>-и ž</i>	leukemie
лимфа, <i>-ы ž</i>	lymfa
лимфообращение, <i>-я st</i>	lymfatický systém
лимфоцит, <i>-а m</i>	lymfocyt
липопротеин, <i>-а m</i>	lipoprotein

М

медицина, <i>-ы ž</i>	medicína
современная медицина	moderní medicína
традиционная медицина	tradiční medicína
месячные, <i>-ых pl.</i>	menstruace
микроб, <i>-а m</i>	mikrob
микрон, <i>-а m</i>	mikron, mikrometr
миометрий, <i>-я m</i>	myometrium, svalová vrstva dělohy
мозг, <i>-а m</i>	mozek
кора головного мозга	mozková kůra
полушария головного мозга	mozková hemisféra
молекула, <i>-ы ž</i>	molekula
белковые молекулы	bílkovinné molekuly

органическая молекула	organická molekula
мукополисахарид, <i>-a m</i>	mukopolysacharid
Н	
надпочечник, <i>-a m</i>	nadledvinka
настойка, <i>-u ž</i>	extrakt
уксусная настойка мяты	octový extrakt z máty
нерв, <i>-a m</i>	nerv
блуждающий нерв	bloudivý nerv
нитроглицерин, <i>-a m</i>	nitroglycerin
норадреналин, <i>-a m</i>	noradrenalin
О	
оболочка, <i>-u ž</i>	obal, plášť
овощи, <i>-ей pl.</i>	zelenina
квашеные овощи	kvašená zelenina
овуляция, <i>-u ž</i>	ovulace
озноб, <i>-a m</i>	zimnice
опухоль, <i>-u ž</i>	nádor
орган, <i>-a m</i>	orgán
органы пищеварения	trávicí orgány

организм, <i>-a m</i>	organismus, tělo
отделение, <i>-я st</i>	oddělení, odbor
экстренное хирургическое отделение	oddělení urgentního příjmu
отросток, <i>-тка m</i>	výběžek, výrůstek
П	
панкреатит, <i>-a m</i>	pankreatitida
острый панкреатит	akutní pankreatitida
пациент, <i>-a m</i>	pacient
тяжелобольной пациент	těžce nemocný pacient
пепсин, <i>-a m</i>	pepsin
пилорус, <i>-a m</i>	pylorus, vrátník
незакрытый пилорус	neuzavřený pylorus
пищеварение, <i>-я st</i>	trávení
пищевод, <i>-a m</i>	jícen
пневмоторакс, <i>-a m</i>	pneumotorax
показатель, <i>-я m</i>	indikátor
поликистоз, <i>-a m</i>	polycystóza
понос, <i>-a m</i>	průjem
почка, <i>-и ž</i>	ledvina
воспаление почек	zánět ledvin

препарат, <i>-a m</i>	přípravek
продукт, <i>-a m</i>	produkt, potravina
кислотный продукт	kyselá potravina
щелочной продукт	zásaditá/alkalická potravina
простатит, <i>-a m</i>	prostatitida
острый простатит	akutní prostatitida
протеинурия, <i>-и ž</i>	proteinurie
пузырь, <i>-я m</i>	měchýř, bublina
жёлчный пузырь	žlučník

Р

радикал, <i>-a m</i>	radikál
ревматизм, <i>-a m</i>	revmatismus, onemocnění kloubů
рецептор, <i>-a m</i>	receptor
ригидность, <i>-и ž</i>	rigidita (nekompromisnost)
роговица, <i>-ы ž</i>	rohovka

С

сердце, <i>-a st</i>	srdce
система, <i>-ы ž</i>	system
лимфатическая система	lymfatický systém

склероз, <i>-a m</i>	skleróza, kornatění
слизь, <i>-u ž</i>	hlen
сок, <i>-a m</i>	šťáva
пищеварительный сок	žaludeční šťáva
соль, <i>-u ž</i>	sůl
вредные соли	škodlivé soli
нейодированная соль	nejodizovaná sůl
сосуд, <i>-a m</i>	céva
артерий сосуд	tepna
спазм, <i>-a m</i>	spasmus, křeč
сперматозоид, <i>-a m</i>	spermie
спирт, <i>-a m</i>	láh, alkohol
стенокардия, <i>-u ž</i>	stenokardie
сфинктер Одди, <i>-a m</i>	Oddiho svěrač
T	
таблетка, <i>-u ž</i>	tableta, pilulka
ткань, <i>-u ž</i>	tkáň
соединительная ткань	pojivová tkáň
тракт, <i>-a m</i>	trakt, systém
желудочно-кишечный тракт	trávicí trakt

У

углеводы, *-ов pl* sacharidy

учёный, *-ого* vědec

Ф

фермент, *-а m* enzym, ferment

ферменты поджелудочной железы pankreatické enzymy

пищеварительные ферменты trávicí enzymy

фермент липазы enzym lipázy

щелочные ферменты zásadité enzymy

протеолитические ферменты proteolytické enzymy

функция, *-и ž* funkce, činnost

экзогенная функция exogenní funkce

эндогенная функция endogenní funkce

Х

хеликобактер пилори, *нескл.* Helicobacter pylori (bakterie)

хирургия, *-и ž* chirurgie

хлор, *-а m* chlór

холецистит, *-а m* cholecystitida

хрусталик, *-а m* čočka (oční)

Ц

целлюлоза, <i>-ы ž</i>	celulóza
цианокобаламин (витамин В12), <i>-а т</i>	kyanokobalamin (vitamin B12)
цикл, <i>-а т</i>	cyklus
месячный цикл у женщин	menstruační cyklus
цирроз, <i>-а т</i>	cirhóza (tvrnutí orgánů těla)

Ш

шизофрения, <i>-и ž</i>	schizofrenie
шлак, <i>-а т</i>	škodlivá látka

Э

экстрасистолия, <i>-и ž</i>	extrasystola
электрон, <i>-а т</i>	elektron
эндометрий, <i>-я т</i>	endometrium, slizniční vrstva dělohy

Я

язва, <i>-ы ž</i>	vřed
яйцеклетка, <i>-и ž</i>	vajíčko (pohlavní buňka)
яичник, <i>-а т</i>	vaječník

2 Seznam zkratkových slov

NaCl (хлорид натрия)	chlorid sodný
ОРЗ (острое респираторное заболевание)	akutní respirační infekce
ИБС (ишемическая болезнь сердца)	ischemická srdeční choroba
ЖКТ (желудочно-кишечный тракт)	trávicí soustava

3 Перевод специализированного текста

Теория Б. В. Болотова как эпохальное явление

Развитие естествознания происходит таким образом, что ранее достигнутые познания, устоявшиеся в сознании людей и ученых, зачастую препятствуют дальнейшему развитию цивилизации.

Философия Аристотеля существовала до эпохи Возрождения. Тогда бытовало мнение, что все уже познано и открыть что-то новое невозможно. В Европе более 2000 лет до появления теории Николы Коперника считалось, что Солнце вращается вокруг Земли, а не наоборот. Ученых, развивающих альтернативную теорию, Галилео Галилея, открывшего спутники Юпитера, подвергли репрессиям и унижению, а Джордано Бруно был сожжен на костре инквизицией.

Отказ принимать новое знание, граничащий с немотивированным упрямством (ригидностью), у психиатров всегда вызывает беспокойство, т. к. это явный признак шизофрении («шизо» - расщепление, «френ» - разум). В современной медицине есть новоиспеченный культ «хеликобактер пилори» (бактерия, которая живет в полости желудка).

Нельзя отрицать достижения инструментальной медицины, оперативной хирургии, неотложной помощи. Хирурги применяют свое мастерство там, где неэффективны терапевтические методы. Вопрос только в том, почему они неэффективны? Может ли быть эффективным воздействие на объект через его тень? Традиционная медицина лечит в основном последствия, а не первопричину заболеваний. В интересном положении находится современная медицина, т. к. понятия, которыми она оперирует, противоречат научным достижениям, а существенных достижений нет, потому что она остается описательно-констатационной.

Все признают, что медицина – наука неточная, но Б. В. Болотов сделал ее точной, а методики лечения – простыми и эффективными. Тем не менее главный аргумент невосприятости новой научной теории – то, что ее автор – не врач по образованию. Медики не способны осознать теорию Б. В. Болотова как

феноменальное явление. И именно этот факт не позволяет избежать заблуждений в созданной ими медицинской теории.

Изучая философские труды древнегреческого философа Платона, Б. В. Болотов обратил внимание на метод познания Истины. Истина – закон существования жизни, Вселенной в их неразрывной связи. Б. В. Болотов развил ее до 384 граней и описал 24 принципа ее познания. Что касается форм жизни, то наиболее применимым на практике оказался принцип парности.

В природе существует только две формы жизни – растительная и животная. Существуют только растительные и животные клетки. Грибы, морские водоросли относятся к животному миру. Растительные клетки построены на спиртах и их производных, а клетки животного происхождения – на уксусной кислоте. Так называемые раковые клетки по своей функции относятся к клеткам растительного происхождения.

Принцип парности пронизывает построение человеческого организма. Существует две крови: лимфа и красная кровь, два сердца, две почки, два легких, два полушария головного мозга, две половые клетки – сперматозоид и яйцеклетка.

Благодаря Б. В. Болотову получен ключ к расшифровке процессов жизнедеятельности. Это дало возможность эффективно ими управлять, оперировать процессами, а не диагнозами!

Заново созданная медицинская теория Б. В. Болотова – это нормальная и патологическая анатомия, нормальная и патологическая физиология, нормальная и патологическая биохимия. И это доведено до высшего уровня научного познания. Какие же методы воздействия на человеческий организм применяет Б. В. Болотов? Они необычны, но эффективны.

Царская водка, царский бальзам, бальзам Б. В. Болотова

Большинству людей из курса школьной химии известно, что царская водка – это смесь концентрированных соляной и азотной кислот, которая способна растворять золото, однако к лечению людей это не имеет никакого отношения. Поэтому я предложил называть слабый раствор царской водки бальзамом Болотова. В действительности компоненты, входящие в бальзам Болотова, соответствуют

3%-ному раствору соляной кислоты, который готовится в аптеках. То есть бальзам Болотова никакого разрушающего воздействия на ЖКТ не оказывает.

По своей значимости для человеческого организма бальзам Болотова можно сопоставить с водой для рыбы. Серная кислота превращает сахара в мукополисахариды и способствует растворению соединительной ткани. Соляная кислота участвует в растворении старых клеток и улучшает пищеварение. Пировиноградная кислота питает клетки. Азотная кислота, которая содержит нитроглицерин, усиливает синтез коры надпочечников, адреналина и норадреналина.

Бальзам оказывает мощное воздействие на все процессы жизнедеятельности организма, в том числе нейтрализует щелочные агенты воспаления, то есть окисляет организм.

Огромная заслуга Б. В. Болотова в том, что он своей теорией объяснил, какие продукты относятся к кислотным, а какие к щелочным. Ранее этому вопросу не уделялось никакого внимания. Вспоминается, как на лекции по биохимии заведующий кафедрой утверждал, что квашеные овощи относятся к щелочным продуктам. Это очень важно для работы открытого мною рефлекса Болотова-Наумова.

Неоспоримым достижением теории является то, что она доказала несостоятельность понятия о повышенной кислотности и отсутствие рецепторов, отличающих кислоту от щелочи.

Введено понятие – витамин Т (тепло), которое препятствует избыточному синтезу, накоплению белка и образованию опухолей.

Сформулировано пять правил оздоровления организма:

1. Увеличение числа молодых клеток.
2. Превращение шлаков в соли.
3. Выведение вредных солей.
4. Борьба с болезнетворными микробами.
5. Регенерация ослабленных органов.

Впервые в мире произведена регенерация пораженных гангреной рук и ног.

Открыто взаимодействие человека с окружающей средой и Вселенной через восемь каналов, что дало возможность многогранно влиять на здоровье людей.

Кризис традиционной медицины очевиден; с ним постоянно сталкиваются больные. Но прогресс неотвратим, тем более когда время его пришло.

Особенности построения человеческого организма

Человеческий организм состоит из клеток животного происхождения, поглощающих электроны. Клетки формируют системы, а системы – органы. Средний размер клеток – 10 микрон (1 микрон – одна миллионная часть метра). Наибольшей клеткой является яйцеклетка – до 50 микрон, наименьшей – сперматозоид (2 микрона). Отростки нервных клеток – аксоны – образуют нервные волокна и стволы, общий размер которых сопоставим с размером человека. Клетки состоят из белковых молекул, которые, в свою очередь, являются цепью из аминокислот, образуют первичную, вторичную, третичную и четвертичную структуры и имеют удивительные свойства. Например, белок протамин, находящийся в оболочке сперматозоида, имеет РН-16, т. е. он более щелочной, чем едкий натр. Аминокислоты состоят из карбоксильного кислотного окончания и аммонийного щелочного. В зависимости от того, какой радикал заблокирован, аминокислоты могут обладать как щелочными, так и кислотными свойствами.

Структурными элементами человеческого организма являются L-изомеры. Изомеры – органические молекулы, имеющие одинаковое химическое строение, но разную ориентацию в пространстве и отклоняющие поляризованный свет в одну или другую сторону. D-изомеры не только бесполезны, но и вредны. Например, D-изомер глюкозы-целлюлоза, которая в организме не усваивается. Клетки же питаются L-изомером-глюкозой.

Для организма полезны только L-изомеры витаминов и L-изомеры аминокислот. Суточная потребность в витаминах группы В – до 10 миллиграмм, в цианкобаламине (витамин В12) – до 20 миллиграмм, жирорастворимых А, D, Е – от 0,5 до 1 миллиграмма. Витамины и незаменимые аминокислоты имеют РН меньше 7. РН – показатель кислотно-щелочных свойств вещества. РН = 7,0 – это как 0 градусов по Цельсию, РН больше 7 – щелочная среда, РН меньше 7 – кислотная среда.

Незаменимые аминокислоты имеют РН меньше 7,0. Из одной из них – метионина – сотканы прозрачные роговица и хрусталик глаза. Лечебное воздействие витаминов, введенных в организм больше суточной нормы, обусловлено тем, что они создают кислотную среду. У человека отсутствуют рецепторы, которые отличают кислоту от щелочи, поэтому кислый вкус во рту может говорить как о щелочной, так и о кислотной среде. Например, висящее на яблоне незрелое яблоко на вкус кислое, но кислым на вкус является и проквашенное яблоко. Однако от незрелого яблока возникает гастрит, а проквашенным яблоком этот гастрит вылечивается. Также сильнощелочным является несброженный лимон.

Органическая химия значительно отличается от неорганической. Это обусловлено тем, что органические молекулы могут иметь одинаковый состав, но разные химические свойства. Поэтому методы исследования в неорганической химии не способны интерпретировать свойства органических молекул. Например, РН-метр покажет кислотную среду (РН меньше 7) незрелого и проквашенного яблока.

РН желудка здорового человека – 1,2, системы двенадцатиперстной кишки – 12. Человеческий организм в 60 лет в 5 раз синтезирует соляной кислоты меньше, нежели в 20 лет.

У людей тяжелобольных и преклонного возраста в плазме крови существенно снижено количество натрия и хлора. Системы организма разделены и пребывают в равновесии.

Какова роль лимфатической системы, какие органы в нее входят? Некоторые специалисты говорят, что для иммунитета. Лимфатическая система состоит из белой крови (лимфы) и органов, входящих в нее. Белая кровь идентична крови морских моллюсков и ракообразных. Щитовидная и простатическая железы относятся к органам лимфатической системы и работают на йодном обмене, в то время как в красной крови обмен происходит с участием хлора. У женщин также есть простатическая железа, но очень маленькая, однако она оказывает существенное влияние на состояние яичников и репродуктивную функцию. Женские яичники потенциально состоят из 400 тысяч яйцеклеток. В процессе овуляции на протяжении детородного периода во время месячного цикла будет израсходовано даже 10 яйцеклеток, то есть за 400 месячных циклов будет израсходовано около 5 тысяч

яйцеклеток. После окончания месячных циклов у женщины остается 395 тысяч яйцеклеток. Будучи более щелочной, чем красная кровь, лимфа транспортирует по организму к месту синтеза белка щелочные аминокислоты. Таким же способом лимфа транспортирует экстракты лекарственных трав.

Иммунная система, иммунитет

Много говорится об иммунной системе, но, если спросить, какие органы к ней относятся, мало кто ответит правильно. Согласно традиционным научным представлениям, каждый человек имеет разный иммунитет. Но при катастрофах гибнут десятки и сотни людей, и, несмотря на то, что иммунитет разный, человеческие тела через 2–3 дня начинают разлагаться. Это при том, что клетки делятся, лимфоциты еще живут до двух недель, растет борода.

Мои пациенты удивляются: «Доктор, если у меня раньше ОРЗ тянулось 2–3 недели, то теперь исчезает за 2–3 дня». Как известно, наши препараты насыщают организм кислотами. Пока человек дышит, конечным продуктом обмена является уксусная кислота, которой в организме за сутки синтезируется около 1 л. В сочетании с соляной кислотой желудка и другими кислотами она создает мощный гуморальный неспецифический иммунитет.

Специфический иммунитет образуется в результате вакцинации ослабленными вирусами и микробами, а также возникает у переболевших некоторыми инфекционными заболеваниями, например корью.

Очень важным элементом противомикробного и противовирусного иммунитета является слизь, выделяемая эпителиальными клетками носовых ходов, бронхов. Она является мукополисахаридом и состоит из соединения серной кислоты и сахаров, которые склеивают вирусы и микробы, предотвращая их развитие.

Таким образом, равновесие между системами, видовая идентичность систем, необходимое количество NaCl в крови, достаточное количество уксусной кислоты обеспечивают здоровье человека.

Особенности функционирования человеческого организма

Здоровый человеческий организм функционирует по принципу обратной связи. Клетки образуют организм, а человеческий организм заботится о каждой клеточке. Это является демократическим принципом.

Клетки делятся, поддерживая специфический гомеостаз (постоянство) каждой системы и выделяя специфические ферменты. Клетки стареют, и за сутки у взрослого человека образуется до 1 килограмма старых клеток. Они растворяются соляной кислотой и пепсинами желудка, которые поступают в кровь. Органы пищеварения выделяют ферменты не только в просвет желудка и кишечника (экзогенная функция), но и в кровь (эндогенная функция ферментов). Эндогенная функция гораздо важнее экзогенной. Благодаря ей происходит омоложение организма. В просвете желудка и кишечника белки расщепляются до аминокислот, а жиры – на глицерин и жирные кислоты. Затем они усваиваются в виде самых простых молекул. Щелочные аминокислоты и глицерин поступают в лимфу, а более кислотные аминокислоты и жирные аминокислоты – в кровь. Фермент липаза поджелудочной железы способствует расщеплению жировых запасов и образованию жирных кислот для питания клеток сердца и мышц. Чем моложе организм и меньше орган, тем быстрее идет омоложение. Например, эпителиальные (выстилающие) клетки слизистой желудка обновляются за несколько минут, клетки сердца – за 2–5 месяцев, почек – за 3–6 месяцев, легких – за 5–10 месяцев, сосудов – за 1–2 года, костной ткани – за 2–3 года.

Конечным продуктом превращений белков, жиров, углеводов в организме является уксусная кислота. Этот процесс сопровождается выделением энергии, углекислого газа и воды. Реакция нейтрализации – основная реакция при функционировании организма – схематически может быть представлена так: кислота + щелочь = соль + вода + углекислый газ.

Эта реакция вредна для организма: при взаимодействии щелочных ферментов двенадцатиперстной кишки и кислотных ферментов желудка между щелочными и кислотными продуктами питания образуются сотни тысяч разновидностей вредных солей, но только не поваренная соль NaCl. Очень полезен для организма запрограммированный синтез белка, когда взаимодействуют щелочные и кислотные остатки аминокислот, образуя при этом еще и воду. То есть при постоянном синтезе белка уменьшается жажда.

Аминокислота + аминокислота = белок + вода.

Распад и синтез органических молекул способствуют получению энергии и поддержанию постоянной температуры тела. При систематическом

переохлаждении организма температура поддерживается за счет беспорядочных реакций между аминокислотами с образованием нетипичного для человеческого организма белка, что приводит к развитию опухолей. Человеческие клетки питаются как глюкозой, так и жирными кислотами. Нервные клетки, в отличие от остальных, усваивают глюкозу без инсулина.

Таким образом, наиболее важной функцией, обеспечивающей здоровье человека, является поступление пищеварительных ферментов в кровь и лимфу, растворение старых клеток, расщепление жиров с высвобождением свободных жирных кислот.

Синтезируемые уксусная, соляная и другие кислоты, в том числе кислоты цикла Кребса, препятствуют размножению сапрофитов («соседей»), условно патогенных микробов и вирусов.

Каналы взаимодействия человеческого организма с окружающей средой и Вселенной

Человек за один год пропускает через желудочно-кишечный тракт около одной тонны продуктов и напитков. И если они не будут превращаться в питательные вещества для организма, то никакими таблетками нельзя будет нейтрализовать их вред.

Дыхательный канал

Газообмен идет через легкие. Легкие, кроме кислорода, способны усваивать водяной пар, что дает возможность уменьшить потребности в воде. Особенно эффективно введение через дыхательный канал фермента чистотела в виде аэрозоля при затяжных бронхитах и воспалении легких.

Мой коллега, хирург Анатолий Иванович Мельник, болел воспалением легких более двух месяцев и испробовал мой метод на себе. Когда стационарный ингалятор был заправлен ферментом чистотела, мокрота начала отходить эффективнее – так, как будто отрывалась от диафрагмы. Это позволило пациенту быстро выздороветь. А ведь использование щелочно-масляных ингаляций давало только неприятное першение в горле! Дыхательный канал также можно использовать для избавления заядлых курильщиков от вредной привычки. Для этого нужно поместить в изголовье кровати, возле подушки, сетку с листьями табака. За

счет вдыхания алкалоидов никотина у курильщика будет снижаться потребность в курении.

Каналы взаимодействия человеческого организма с окружающей средой и Вселенной

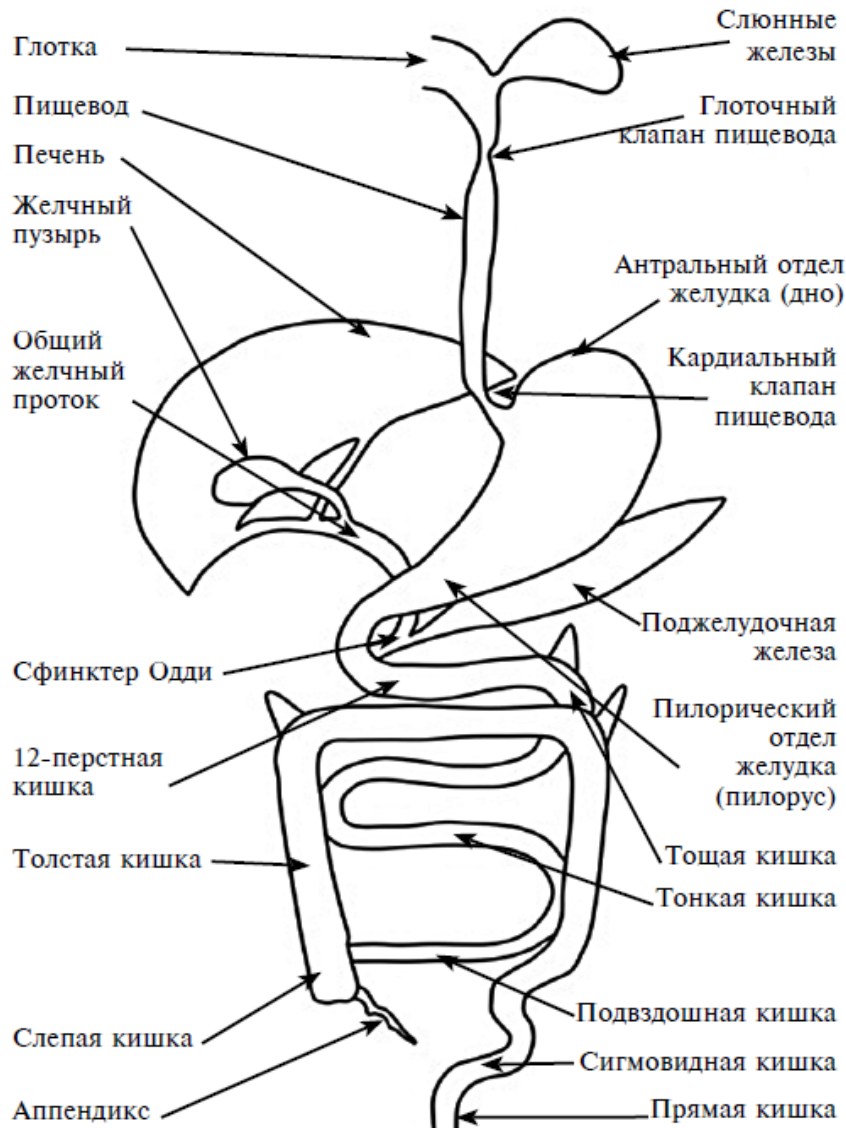


Рис. 1

Покрывной канал

Через кожу, потовые железы, поверхностные лимфоузлы человек способен не только дышать, усваивая кислород и выделяя углекислый газ, но также выводить токсические и получать полезные вещества. Кожа способна испарять или поглощать до 4 литров жидкости во время потогонных процессов.

Энергокинетический канал

Это канал взаимодействия человека с окружающим миром через опорно-двигательный аппарат. Общая протяженность сосудов в организме человека составляет десятки тысяч километров. Сердце не способно самостоятельно прокачать кровь по такой обширной сети.

Всякое сокращение мышц способствует усилению сосудистой перистальтики и движению венозной и артериальной крови в разных направлениях. Поэтому умеренные физические нагрузки способствуют перекачиванию крови и уменьшению нагрузки на сердце. Известные упражнения Попова очень полезны для восстановления опорно-двигательного аппарата, особенно позвоночника.

Спектральный канал

Каждое нагретое тело излучает специфический спектр. Каждый человеческий орган имеет свое излучение. Температура тела – 36,6 градусов (310 градусов по Кельвину) – только в 19 раз меньше, чем температура поверхности Солнца (6000 градусов по Кельвину). Таким образом, часть Солнца, имеющая одинаковый объем с человеческим телом, излучает лишь в 361 раз больше энергии. С учетом специфики строения и излучения органов и систем человека после окисления организма становится понятной польза прогревания всего организма в горячей ванне. При воспалениях почек рекомендуется прогревание их горячим песком, при воспалении легких – прогревы горячей картошкой, печени – разогретым гор охом, при переломах костей – прогревы с корнем живокости.

Биоэнергетический канал

Биополе – искривление пространства под воздействием пространственной ориентации атомов и молекул. Наиболее эффективным воздействием обладают атомы углерода. Через клетки кожи рук и ног, ладоней и подошв можно оказывать на организм такое же воздействие.

Для практического применения свойств биополя необходимо ладони рук сблизить на минимальное расстояние, не касаясь ладонями. У большинства людей при этом возникает ощущение тепла и покалывания на кончиках пальцев. Увеличивая и уменьшая расстояние между ладонями, мы выполняем упражнение,

тренирующее и усиливающее биополе. У здорового человека сильное, обширное биополе является показателем его здоровья.

Его энергия особенно полезна для снятия головных болей. Эффект биополя желательно использовать для лечения близких, родных и приятных вам людей. Снятие болей производится следующим образом: объект воздействия помещается между ладонями, пациент при этом будет ощущать тепло, исходящее от активной руки. Продолжительность воздействия – несколько сеансов по 5–10 минут. Активной рукой сделайте собирательное движение, как будто хотите взять растопыренными пальцами маленький мяч, затем интенсивно стряхните кисть руки. После проведения сеанса руки нужно помыть проточной водой. Метод противопоказан для снятия боли у раковых больных, поскольку такой энергетики в этих случаях недостаточно.

Информационный канал

Информация имеет многогранное воздействие. Она воспринимается восемью органами чувств: слуха, зрения, обоняния, вкуса, осязания, восприятия биополя, сновидения и астраловидения.

Нежелателен для человека информационный мусор, поэтому крайне важно избегать негативной информации. Современная медицина в основном лечит последствия, а не первопричину заболеваний. Их можно победить, только управляя процессами жизнедеятельности в соответствии с принципами Б. В. Болотова.

Астральный канал

Солнце-мой взгляд,
Воздух-моя душа,
Ветер-дыхание,
Земля-мое тело.

«Рик Веды»

Рик Веды – священная книга индоевропейской общности людей, написанная на санскрите. Название книги в переводе значит «нести знания».

Название астрального канала происходит от слова *Astra* – звезда. Астральное поле относится к тонким взаимодействиям, соразмерным с мерцаниями звезд. Но некоторые люди способны эти поля видеть и взаимодействовать через астральный канал с информационным полем Земли и Вселенной. Например, по словам далай-ламы, его монахи в состоянии медитации путешествуют в иных мирах, иных планетных системах и могут видеть происходящее на них. Астральную оболочку имеют спелые плоды и хлеб, небесные тела, планета Земля. Одним из ярких примеров описания астральных полей является песня Б. Гребенщикова «Город золотой». Изречение «Красота спасет мир» имеет глубокий смысл.

Из глубины тысячелетий к нам пришел праздник, соединяющий человека с астральными полями даров Земли и именуемый Спасом. Празднуется Яблочный, Медовый Спас, но и другие дары природы заслуживают такого же почтения. То есть, по идее, должен быть вишневый, грушевый, сливовый, виноградный, абрикосовый, тыквенный, морковный, грибной Спас и т. п. Люди приурочили празднование Спаса ко времени, когда большинство плодов обычно созревает. Нельзя не восхищаться совершенством даров природы. К плодам нельзя притрагиваться острыми предметами, ножом, а хлеб принято не резать, а преломлять, чтобы не нарушать астральное поле. Во время празднования люди поглощали плоды не только в буквальном смысле, но и насыщались астральными полями плодов, увеличивая и усиливая свои энергетические поля.

Очень мощным астральным полем обладает зеленый цвет (сочетание синего и желтого цветов) растений. Гениальные композиторы Бах и Моцарт не писали музыку, а записывали ту, что приходила к ним из космоса. Менделееву Периодическая таблица элементов приснилась во сне. Химику-органику, открывшему формулу бензола, состоящую из шести атомов углерода, замкнутых в кольцо, приснилась змея, кусающая свой хвост. Высокоразвитые интеллектуальные люди имеют связь с астральным полем через кору головного мозга, свое самосозерцание. Они способны видеть мозгом. Каждый человек имеет тонкую астральную оболочку в виде кокона разной величины, которая имеет связь с корой головного мозга. При немотивированном страхе кора головного мозга у человека отключается с одновременной потерей астральной оболочки, поэтому необходимо знать, в каких случаях это происходит.

Например, гипнотизеры во время сеанса в зале всегда рассказывают какую-нибудь устрашающую историю, предложив зрителям перед этим сомкнуть в замок пальцы рук. Некоторые этот замок разомкнуть не могут, это значит, что у них отключилась кора головного мозга. В постоянной подпитке астральным полем нуждаются те, кто внушает страх или пытается управлять другими людьми при помощи страха. Это психопаты, шизофреники, преступники, совершившие убийства, религиозные фанатики.

Способы восстановления и набора астральной энергетики – дыхательные упражнения во время восхода и заката солнца, пребывание на природе после грозы, нахождение возле речки, в лесу, около дерева, соответствующего дню рождения согласно календарю друидов, возле открытого костра. Восстановлению и увеличению астрального поля способствует настоящая любовь.

Способы защиты от вампиризма

В начале рабочего дня или в предчувствии неприятной ситуации необходимо вначале потренировать свое биополе (см. раздел «Биоэнергетический канал»), а затем представить мысленно защитный кокон вокруг себя. Этот кокон нужно мысленно вращать вправо или влево. Если вам удалось создать защиту, то при боковом взгляде в сторону субъекта, пытающегося вас «вампитить», вы можете наблюдать у него страдания. Также с целью защиты своей энергетики не нужно «выходить из себя», не поддавайтесь на провокации.

Система пищеварения – ключ к здоровью и долголетию

Система пищеварения обеспечивает строительным материалом и энергией органы и системы организма.

Прохождение пищевого комка через здоровый желудок

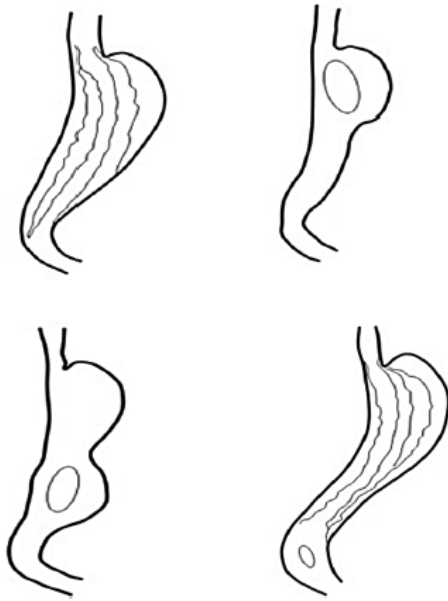


Рис. 2

Желудок с системой поджелудочной железы

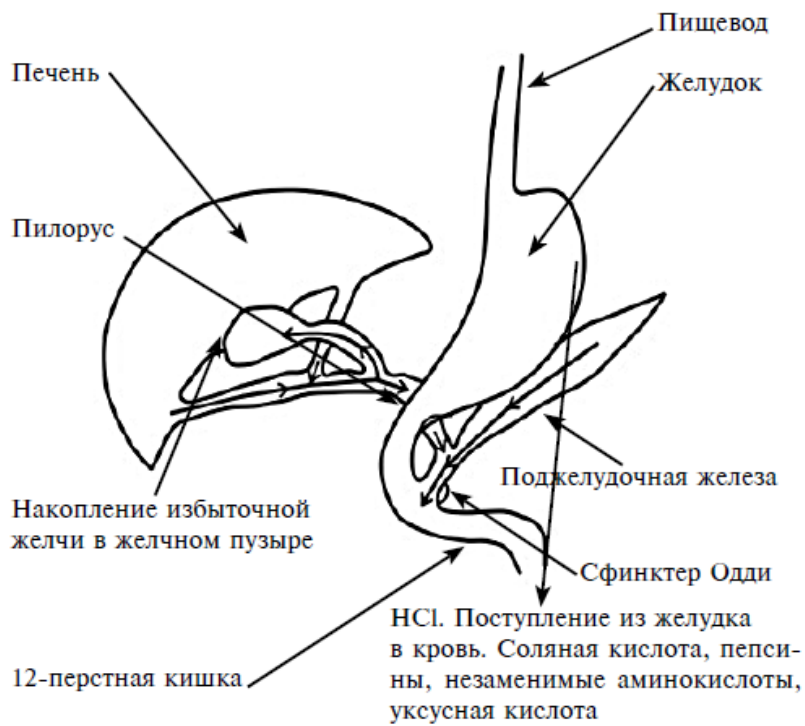


Рис. 3

Этиология и патогенез (причина и развитие) заболеваний с точки зрения традиционной медицины и с точки зрения медицины Б. В. Болотова

Традиционная медицина исходит из того, что причинами заболеваний являются генетические нарушения, наследственность, микробное и вирусное инфицирование. Большое значение придается роли аутоиммунных комплексов, циркулирующих в организме и оказывающих повреждающее действие на органы и системы.

У студентов младших курсов медицинских вузов есть такая поговорка: «Антитело – антиген, надоело ты нам всем». Вопрос в том, почему этот комплекс образуется.

Причиной многих заболеваний считается кислое и соленое. Сахар и соль – белая смерть. Очень вредны животные жиры, в т. ч. сало. Очень полезны растительные жиры, потому что причиной поражения сосудов является холестерин. Если медики не понимают основных причин заболевания, к диагнозу добавляется слово «идиопатический» или «индуральный».

С позиции Истины, причиной заболеваний в первую очередь является блокирование работы желудка, снижение уровня выделяемой им соляной кислоты. Отказ от соли, квашеных овощей, избыточное употребление салатов из свежих овощей с растительными жирами приводит к атонии желудка, атрофии слизистой, к раскрытию пилоруса и в итоге к смешиванию соков двенадцатиперстной кишки и желудка с образованием патогенных солей. В дальнейшем начинает снижаться уровень содержания и активности ферментов, происходит сгущение крови и лимфы, ухудшается расщепление продуктов питания в просвете желудка и кишечника. Интенсивно начинают стареть клетки, органы и системы.

«Ляпсус Трубецкой»

Вспоминается, как на лекции по ревматизму профессор терапии рекомендовал назначать пациентам растительно-молочную диету. Традиционная медицинская наука совершенно не разделяет продукты на щелочные и кислотные. Для них одинаково: что свежее, что кислое молоко, что овощи квашеные, что свежие. Для лечения ревматизма и других воспалительных заболеваний используются производные уксусной кислоты, так называемые нестероидные

противовоспалительные препараты, т. е. одновременно больным рекомендуют щелочное питание и назначают кислотные препараты, что не только сводит к нулю эффект лечения, но и способствует накоплению в организме патологических солей. При гастроскопии видно, что желудок наполовину наполнен щелочной желчью, но доктора утверждают, что у человека повышенная кислотность. К нарушению пищеварения, воспалению всего желудочно-кишечного тракта и образованию язв приводит незакрытие пилоруса. Но диагноза «незакрытие пилоруса» у традиционных (ортодоксальных) медиков нет.

Вместо этого во всех бедах обвинен сапрофитный микроб, который «проживает» в пилорической части желудка в нейтральной среде и не может выживать в желудке с РН 1,2 и двенадцатиперстной кишке, где РН равен 12. Этот микроб находят у 90% населения, но только у 4% возникают язвенные процессы в желудке и двенадцатиперстной кишке.

Медики часто стремятся добиться желчегонного эффекта, но куда эта желчь будет поступать, если не будет закрыт пилорус? Конечно, в желудок! Консультируя пациентов, кандидаты и доктора наук утверждают, что если у пациента ощущается горечь во рту, то проблема с желчным пузырем, но из желчного пузыря желчь не может поступать в пищевод никаким другим путем, кроме как из двенадцатиперстной кишки через незакрытый пилорус.

Сало является источником жирных кислот для питания сердца, но считается причиной возникновения ишемической болезни сердца (ИБС). В рекомендуемый рацион при любых заболеваниях входят котлеты на пару, молочные супы и каши. Обязательный элемент большинства диет – избыточное употребление растительных жиров, но это не только не способствует выздоровлению, а, наоборот, делает заболевания хроническими.

Медицина запрещает употребление горчицы, которая стимулирует выработку фермента липазы. Такие подходы внушались населению на протяжении многих десятилетий. Поэтому все считают лимон кислотным продуктом, хотя в действительности между ним и гастрономической лимонной кислотой в пакетиках есть две большие разницы. Лимон – сильно щелочной, а лимонная кислота реально кислотная.

Многие считают, что употребление пищевой соли NaCl способствует отложению солей, но никто не видел в анализе мочи кристаллов NaCl. Наоборот, ее употребление и подкисление продуктов и напитков уксусной кислотой предотвращает образование вредных солей. Считается, что в консервированных овощах вреден уксус, а в действительности вредными являются щелочные фракции этих овощей. И то минимальное количество уксуса, которое добавляют при консервации, не способно их нейтрализовать.

Диагноз – ярлык, критерии – ваш шанс

Теория Б. В. Болотова позволяет отслеживать и корректировать течение некоторых процессов в организме, а не только заниматься «диагнозоискательствами». Одно только нарушение работы желудка можно описать с помощью длинного списка диагнозов на несколько страниц. Конечно, всегда должны быть в поле зрения диагнозы катастроф здоровья, особенно такие, как шок, инфаркт, инсульт, асфиксия, абсцесс, пневмоторакс, кровопотеря и т. п. Остальные диагнозы являются следствием определенных процессов.

Многие пациенты попадают в «карусель» бесконечных обследований без какой-либо динамики улучшения здоровья. Поэтому мною разработаны критерии, по которым можно отслеживать состояние организма. Для каждого пациента свой набор критериев.

Язвенной болезни нет, если она не превратилась в характер

Так называемые «язвенники» бледны на вид, истощены, всегда всем недовольны; у них возникают боли не только в области желудка, но и в левом и правом подреберьях. Если фиброгастроскопическим методом выявляются язвы на слизистой желудка или двенадцатиперстной кишки, то глубина их, как правило, не превышает 0,1 см, а диаметр – 1 см. В подслизистой оболочке нет нервных окончаний, и постоянное присутствие язв не создает постоянный болевой синдром.

Спрашивается, почему возникают боли? Нервные окончания в желудке сформировались при pH 1,2, а в двенадцатиперстной кишке при pH 12. При незакрытом пилорусе щелочные ферменты поступают в желудок, а кислотные – в двенадцатиперстную кишку, вызывая боль. Если человек получает травму с

кровопотерей (даже до 1 л), у него быстро происходит восстановление крови, и это не оказывает существенного влияния на кроветворение. Спрашивается, может ли язвочка указанного размера оказывать такое пагубное воздействие на организм? То есть язвочки, образуемые на слизистой, являются следствием, а не первопричиной заболевания. Его реальной причиной являются незакрытие пилоруса и пресловутая растительно-молочная диета («нельзя ни кислого, ни соленого, ни жирного»).

Постоянное незакрытие пилоруса приводит к тому, что нарушается кислотное пищеварение в желудке и щелочное – в двенадцатиперстной кишке. Снижается количество пищеварительных ферментов, как кислотных, так и щелочных. Поэтому организм испытывает недостаток пластического материала для регенерации, в том числе слизистой желудка и двенадцатиперстной кишки. Блокируется поступление из желудка специфических веществ для построения костного мозга, поэтому развивается анемия, а в далеко зашедших случаях – так называемая лейкемия.

Рефлекс Болотова-Наумова

История открытия

Почему-то наиболее запоминающимся в курсе нормальной физиологии оказался рефлекс отечественного физиолога Сердюкова, который заключается в том, что пилорус закрывается в ответ на поступление в желудок или выделение им соляной кислоты. Если вы спросите о нем у гастроэнтерологов, вряд ли кто ответит, что это такое. Современные врачи «компенсируют» незнание рефлекса Сердюкова познаниями о хеликобактере пилори. Теоретические и практические исследования показали, что пилорус закрывается не только в ответ на попадание соляной кислоты, но и на поступающие в желудок кислотные продукты, РН которых меньше 7,0, левовращательные изомеры витаминов.

Рефлекс Болотова-Наумова:

Закрытие пилоруса, повышение тонуса желудка в ответ на поступление в него кислотных продуктов, РН которых меньше 7,0.

Борис Васильевич свою теорию создавал самостоятельно, без оглядки на медицинскую науку, поэтому он никогда не вспоминал о рефлексе Сердюкова. Его

заслуга в том, что разработанная им теория показала, какие продукты являются кислотными, а какие щелочными. Она также дала возможность сформулировать правило Болотова-Наумова. Работу желудка и пилоруса иллюстрирует таблица «Принципы здорового питания и шкала щелочных продуктов».

Принципы здорового питания и шкала щелочных продуктов

Табл. 3

Если в меню есть продукты животного происхождения, грибы, борщи с квашеными овощами, то сначала нужно съесть мясо или нарезки, яйца, рыбу, творог и блюда из них, борщи с квашеными овощами, а не салаты, винегреты или гарниры. В момент приема пищи следует употреблять один вид мяса, один вид жира. При потреблении мяса, сала, яиц, рыбы, жиров нужно добавлять горчицу (стимулирует расщепление жиров, белков). Борщи лучше готовить с квашеными овощами. Необходимыми являются кисломолочные продукты. Дрожжевые выпечки — не свежие. Морепродукты и отвары из них. Каши — комбинированные, картофель — с квашеными овощами. Свежее молоко употреблять после смешивания со свежесваренным картофелем, свежими клубникой, малиной, шелковицей (они обеспечивают взаимопереваривание).

↑
Продукты, pH которых > 7.0, разрушают кислотную среду желудка при их чрезмерном и регулярном употреблении, в особенности у больных ЖКТ (вред уменьшается при употреблении во 2-й половине дня):

**У
В
Е
Л
И
Ч
Е
Н
И
Е**

Наркотики

**В
Р
Е
Д
А**

Табак

Алкоголь

↑
Томат-паста

Консервированные овощи и фрукты, которые не были проквашены

Свежие овощи, фрукты, винегреты лучше употреблять во второй половине дня подсоленными; овощи мелко порезать, добавить сметану. Полезно регулярное употребление качественных консервированных, засоленных грибов, в основном опят и груздей.

10 частей сала и 1 часть чеснока перемолоть на мясорубке, употреблять с хлебом. Пить чистую воду, квасы.

Больной, ослабленный организм не способен переваривать жирную белковую пищу, поэтому продукты животного происхождения следует ограничить.

Рекомендуется в кипяченую воду с кусочком мяса (или без него) добавить разную крупу до консистенции супа или кулеша, соль, зелень по вкусу. После готовности в суп, который варится без мяса, нужно добавить взбитое яйцо.

↑
**У
В
Е
Л
И
Ч
Е
Н
И
Е**
**В
Р
Е
Д
А**
↑

Борщи из свежей зелени

Борщи и рагу из свежих овощей

Комбинированные жиры

Маргарин

Масло в консервах, в особенности растительных

Растительные жиры

Мука, не переработанная дрожжами

Молоко свежее и кипяченое

Крашеная вода

Макароны

Необходимое сочетание

продуктов: студень с горчицей; сосиски, мясо с капустой; гуляш, рыба с картофелем; птица с яблоками; яйца в окрошках; творог с хреном, а крестьянский — с медом или подсоленный, со сметаной и молоком; орехи и маргарины — в выпечках; кашу из злаковых лучше сдабривать сливочным маслом, а блюда из кукурузы и бобовых — сыродавленным растительным маслом. Подсолнечное масло сочетать с квашеными и уксуссодержащими продуктами.

Ферменты сохранять в стеклянной посуде в темном прохладном месте. Образование однородной пленки и осадка свидетельствует о выработке продуктов ферментации. Во время приема не взбалтывать, осадок и пленку не употреблять.

↑
У
В
Е
Л
И
Ч
Е
Н
И
Е
В
Р
Е
Д
А
↑

Горячий хлеб

Бобовые

Кофе

Какао

Орехи

Овсянка, гречка и другие

крупяные каши на воде

и молоке

Халва

Употребление ферментов: от

1 ст. л. на 0,5 стакана прохладной кипяченой воды; рекомендуемая доза — до 0,3—0,5 стакана неразбавленного фермента за 20—30 мин до еды.

Опьянение после приема является признаком чрезвычайно сильного лечебного действия за счет увеличения собственных гормонов, в особенности вырабатываемых в коре надпочечников. Через 30 мин после еды следует положить 0,2—0,5 г соли на язык или съесть соленый морепродукт. За счет этого можно добиться большего выделения слюны. За счет ее проглатывания стимулируется противораковый иммунитет, повышается АО, уменьшаются боли.

Молока рыб разрушает мембраны клеток (онкоопасно для мужчин)!



У

В

Е

Л

И

Ч

Е

Н

И

Е

В

Р

Е

Д

А



Гречка

Гарниры

Сладости

Варенье

Компоты

Сливы

Груши

Свежие овощи и фрукты

импортные и несезонные

Сезонное, физиологическое и повседневное меню

Меню формируется в зависимости от климатических условий, времен года, физических нагрузок, климатических и токсических влияний на организм.

В холодные времена года необходимо употреблять больше калорийной пищи (холодцы, жирные сорта рыбы, бекон, сало с прожилками мяса). В зависимости от физической нагрузки спортсменам нужно чаще употреблять холодцы, для

восстановления связочного аппарата конечностей. В условиях интенсивного потения, в жару, при работе в жарких цехах нужно увеличить потребление соли, поскольку она теряется с потом. Для устранения токсического влияния алкоголя нужно употреблять хрен, блюда из гороха с грибами. Во все времена года в обед должны употребляться горячие блюда из квашеных овощей, а на второе – каши из злаков.

В отличие от так называемых борщей из свежих овощей, свежей зелени, борщи из квашеных овощей, капустники, рассольники могут храниться в холодильной камере при температуре не выше +5 °С несколько дней, не теряя питательных свойств. В зависимости от потребности организма следует разогревать необходимое количество продукта, остальное остается в холодильной камере. При этом нет необходимости каждый день готовить первые горячие блюда и тратить на это время.

Чай можно пить по желанию на первый, второй завтрак, полдник или ужин, но не сразу после приема калорийных блюд. Кофе лучше употреблять во второй половине дня.

Проблемные диагнозы. Постхолецистэктомический синдром

После удаления желчного пузыря у многих пациентов возникает диспептический синдром, проявляющийся горечью во рту, отрыжкой газом, изжогой, запорами или поносами, тяжестью в подложечной области. Пациента снова «сажают» на пресловутую диету. Считается, что причиной этого заболевания является сама операция. Но перечисленные неприятные явления отмечаются и до операции, только в меньшей степени, а наркоз, медикаментозная подготовка, антибиотики в до- и послеоперационный период еще больше приводят к атонии желудка и открытию пилоруса.

К тому же после удаления желчного пузыря остаются культы симпатической и парасимпатической нервной системы, осуществившей его иннервацию. В зависимости от того, ветвь какой нервной системы раздражается, сфинктеры в ЖКТ будут находиться в спазмированном или расслабленном состояниях. Ко мне приходили пачками письма, в которых прооперированные пациенты жаловались, что «до операции были цветочки, а после операции – конкретные ягодки».

Топографические схемы желчных путей и желчного пузыря до и после операции

Топография желчевыводных протоков желчного пузыря до удаления желчного пузыря

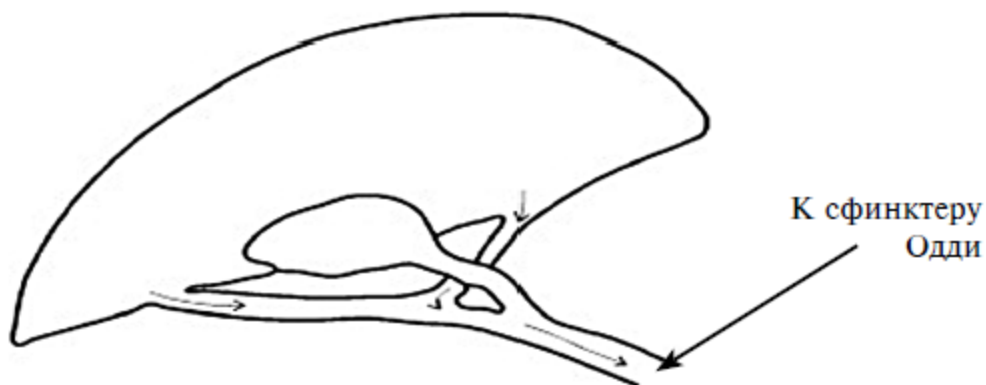


Рис. 4

Топография желчевыводных протоков желчного пузыря после удаления желчного пузыря

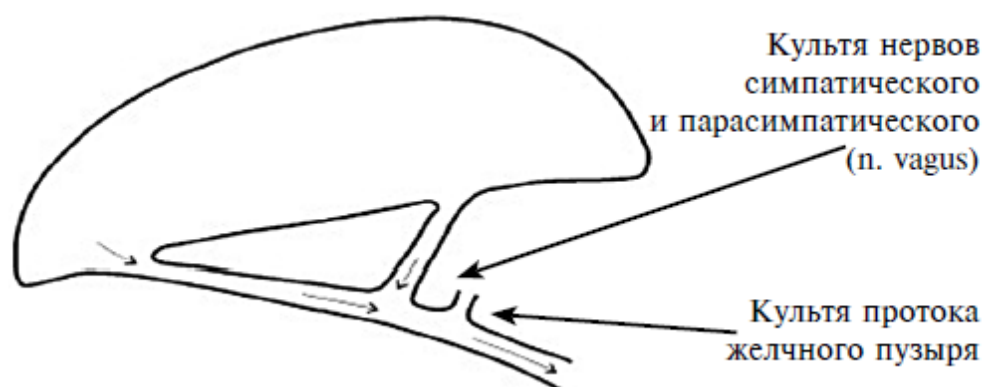


Рис. 5

Лечение постхолецистэктомического синдрома:

- жмыхи капусты за 1 час перед завтраком и обедом,
- при изжоге – жмыхи моркови,
- фермент чистотела (до 50 мл за полчаса перед едой) – в течение 2 недель,
- во время еды употреблять фермент Болотова по 1 ст. л.,
- при тяжести в желудке после принятия пищи ситуационно принимать таблетированные ферменты, типа мезим, панкреатин, креон,

- чай подкисляется бальзамом Болотова или уксусной настойкой мяты (1 ч. л. на 1 стакан чая),
- через полчаса после еды рассасывать соль, а слюну проглатывать.

Следует также обратить внимание на состояние грудного отдела позвоночника. При остеохондрозе необходимо выполнять упражнения Попова.

Язвенная болезнь, гастродуоденит, холецистит, панкреатит

Если верить традиционной медицине, причиной гастродуоденита и язвенной болезни является бактерия, которая инфицирует различные области желудка и двенадцатиперстной кишки, – хеликобактер пилори, а также повышение кислотности желудка. Отсюда закономерно вытекает лечение: антибиотики, антацидные препараты, блокаторы секреции желудка протонной помпы.

Причиной холецистита считается наличие в нем конкрементов. Причина панкреатита непонятна, поэтому ему присвоено название «идиопатический» («индуральный»). С позиции Истины, причиной язвенной болезни, гастродуоденита, холецистита и панкреатита является стойкое или рецидивирующее незакрытие пилоруса. Причинами незакрытия пилоруса являются:

- стрессы, приводящие к возбуждению блуждающего нерва;
- остеохондроз грудного отдела хребта (вертеброгастральный синдром);
- отсутствие рефлекса Сердюкова;
- отсутствие рефлекса Болотова-Наумова.

Незакрытие пилоруса приводит к перемещению пепсинов и соляной кислоты в двенадцатиперстную кишку, а щелочных ферментов – из двенадцатиперстной кишки в желудок. При этом возникает боль и спазмируется сфинктер Одди, что вызывает затрудненный отток желчи и ферментов поджелудочной железы с повышением давления в их протоках и желчном пузыре. Повышенное давление в них приводит к ухудшению крови и лимфообращения, в первую очередь в желчном пузыре. Таким образом, язвенная болезнь, гастродуоденит, холецистит, панкреатит являются следствием конкретных проблем, а не состояниями, возникающими сами по себе.

Клиническими проявлениями перечисленных выше заболеваний являются боли в подложечной и эпигастральной областях, боли в левом и правом подреберье,

которые характеризуются положительным симптомом Ортнера. При постукивании ребром ладони по нижнему краю ребра, в зависимости от локализации, справа или слева будет ощущаться боль. Если справа, то это говорит об гепатохолестите, если слева, то о панкреатите. Язык в данном случае будет сухой, обложен белым и коричневым налетом. Данное состояние характеризуется снижением пищеварительной способности как желудка, так и двенадцатиперстной кишки.

Лечение:

- жмыхи свежей капусты – принимать от нескольких дней до 2 недель, ситуационно – жмых моркови (при изжоге);
- фермент чистотела по 50 мл за 20–30 минут до еды;
- 1 ст. л. бальзама Болотова во время еды;
- в чай добавлять 1 ч. л. уксусной настойки мяты;
- через 0,5 часа после еды рассасывать щепотку (до 0,5 г) нейодированной соли, добиваться наибольшего количества слюны и слюну проглатывать;
- если после приема пищи возникает тяжесть в области желудка, ситуационно принимаются таблетированные ферменты, типа панкреатин, мезим, фестал, креон;
- для улучшения оттока желчи и сока поджелудочной железы принимать капли уролесан (5–10 капель) в 17:00;
- при вертеброгастральном синдроме выполнять упражнения Попова и протирать хребет уксусной настойкой багульника.

Желчнокаменная болезнь

Традиционная медицинская наука не дает ответа на вопрос, почему образуются камни в желчных протоках печени и желчном пузыре.

Причиной образования камней является реакция нейтрализации между кислотными и щелочными продуктами, смешивание пищеварительных соков желудка и двенадцатиперстной кишки вследствие незакрытия пилоруса.

Образовавшиеся в кишечнике соли через воротную вену поступают в печень, выпадают в осадок и образуют конкременты, в том числе и в почках.

Лечение:

- с целью предупреждения образования камней необходимо правильное питание с применением первых блюд из квашеных овощей,
- чай необходимо подкислять уксусом или уксусными настойками (1 ч. л. на чашку чая).

При камнях в желчных протоках печени и желчном пузыре необходимо принимать желчь птиц самок-несушек (по 20 капель два раза в день в 15:00 и 17:00). Желчный пузырь курицы содержит 40 капель желчи. Сделать мякиши из хлеба с консистенцией несброженного теста размером со среднюю фасолину, капнуть на них 2 капли желчи, тщательно «замуровывать» капли таким образом, чтобы хлебные «капсулы» не прохудились, и желчь при проглатывании не попала в пищевод или желудок.

Во второй половине дня активизируются щелочные ферменты поджелудочной железы и печени. Поэтому для лучшего всасывания поступившей желчи необходимо ограничить прием кислотных продуктов (квашеные овощи, мясо, рыба, яйца, животные жиры). Нужно принимать в пищу каши, овощные супы. Курс приема желчи – 2 недели, при необходимости, повторный курс-через 2 недели.

Желчный пузырь сокращается и расслабляется, вследствие чего в него поступает желчь из общего желчного протока. Пузырь, который потерял сократительную способность, называют немым. Желчь не может ни поступать в него, ни выходить наружу. Основная причина образования этого пузыря – большое количество конкрементов, мелких или крупных камней в желчном пузыре. В таком случае мало шансов растворить камни в желчном пузыре. Наоборот, если камни находятся во взвешенном состоянии, то есть «плавают», шансы растворить их гораздо выше.

Диаметр протока желчного пузыря гораздо меньше общего желчного протока (см. схему на рис. 4), поэтому камни, диаметр которых больше диаметра протока желчного пузыря, из него выйти не могут. Желчный пузырь в данном случае не может быть причиной механической желтухи. Ее вызывают камни, проникшие из печени в общий желчный проток. Камни, находящиеся в общем желчном протоке, способны вызвать его закупорку и, раздражая стенки, способствуют спазму сфинктера Одди, из-за чего и развивается механическая желтуха.

В медицинских кругах бытует убеждение, что если есть камни в желчном пузыре, то его необходимо удалять, но операция не всегда решает проблемы, а иногда, наоборот, их усугубляет. Разумеется, есть весомые основания для удаления желчного пузыря – это в первую очередь регулярные приступы болей в области желчного пузыря, сопровождающиеся температурой. Также в плановом порядке можно удалить «немой» желчный пузырь.

Язвенный колит – заболевание неординарное

Официальная медицина не дает внятной причины развития этого заболевания. Считается, что причиной может быть наследственность, аутоиммунные реакции. Мы считаем причиной этого заболевания нарушение пищеварения на уровне желудка и двенадцатиперстной кишки и недостаточное поступление питательных веществ для формирования и обновления слизистой оболочки кишечника.

Важную роль при этом играет локальное лимфообращение, поскольку питание кишечника осуществляется и через лимфу. А неспецифический язвенный колит часто сопровождается увеличением лимфоузлов по ходу толстого кишечника (так называемый синдром Кона).

У всех пациентов заболевание начинается по-разному, но имеет общие последствия. Например, пациент М., старший офицер, город Львов. До удаления желчного пузыря человек был совершенно здоров. После удаления лапароскопическим методом у него возникли запоры, затем поносы. Через три месяца развилась картина, характерная для н-язвенного колита с поражением сигмовидной кишки. Больной резко похудел. В данном случае пищеварение было нарушено из-за ухудшения моторики ЖКТ. В других случаях импульсом развития н-язвенного колита является невылеченная диарея (понос).

Лечение традиционной медицины приводит к гормональной лекарственной зависимости, но характеризуется низкой эффективностью.

Предлагаемое лечение многогранно и требует постоянной коррекции:

- питание (см. «Принципы здорового питания»);
- фермент чистотела (50 мл за 30 минут перед едой и 2 ст. л. 3 раза между приемами пищи);

- аскорутин: 3 раза в день за 10 минут до еды в виде порошка, запить минеральной водой с кислотными свойствами (типа «Миргородская»): 5 дней – по 2 таблетки, а затем по 1 таблетке-до 2 недель;
- во время еды принимать бальзам Болотова (по 1 дес. л.);
- 1 ч. л. уксусной настойки мяты, полыни или бальзама Болотова на чашку чая;
- приготовить смесь солей: 250 мл NaCl и 1 ч. л. глауберовой соли. Через полчаса после еды 3 раза в день между приемами пищи положить на язык до 0,5 грамма смеси, рассасывать до образования соленой слюны. Слюну проглотить (принимать постоянно);
- после приема пищи при тяжести в области желудка ситуационно принимать ферменты, типа панкреатин, мезим, фестал, креон, панзинорм;
- викасол (1 мл внутримышечно на протяжении 3 недель);
- кожу протирать уксусной настойкой полыни.

Лечение продолжать еще 2 недели после нормализации стула, а правильное питание, прием соли, уксусные настойки к чаю-постоянные рекомендации.

Острый панкреатит

Это острое, иногда внезапное воспаление поджелудочной железы, несущее угрозу жизни человека.

Проявляется острыми болями в животе опоясывающего характера, иногда приводящими к шоку, сопровождающимися повышенной температурой, рвотой. Язык сухой и обложен белым или коричневым налетом, живот может быть вздут и при пальпации напряжен. При более глубокой пальпации – боли в левом подреберье, симптом Ортнера положителен слева (при постукивании ребром ладони по краю ребра отмечается резкая боль). Диастаза мочи, которая составляет в норме от 8 до 32, увеличивается до нескольких тысяч; если диастаза мочи меньше 8, врач может заподозрить панкреонекроз.

Лечение должно производиться в экстренном хирургическом отделении. Эффективно традиционное лечение – внутривенное капельное введение физраствора и других солевых растворов; при высокой диастазе вводятся ингибиторы противолетического фермента типа контрикала, применяются обезболивающие средства, вплоть до наркотических, при повышенной температуре

вводятся антибиотики. Успех лечения зависит от мастерства лечащих докторов. Как правило, острый панкреатит является следствием продолжительного незакрытия пилоруса, спазма сфинктера Одди, но поскольку традиционная медицина совершенно не придает значения этим проблемам, лечение является очень продолжительным. Возможны рецидивы и переход болезни в хроническое состояние.

Лечение:

- жмыхи свежей капусты и свежей моркови чередовать (по 3 ст. л. 3 раза в день);
- фермент чистотела – от 20 до 100 мл 3 раза в день (очищение языка является хорошим прогностическим фактором);
- увлажнение кожи тела уксусными настойками (1 часть уксуса на 2 части воды, протирать 4 раза в день);
- для устранения спазма сфинктера Одди пить подсоленный чай из кукурузных рылец (2–3 глотка 3 раза в день) или донника (1–2 глотка 3 раза в день);
- для улучшения пищеварения необходим прием ферментов панкреатина и его производных по 1 таблетке 3 раза в день;
- прием аптечных энтеросорбентов.

Неспецифические заболевания. Оздоровление сосудов

Атеросклероз, синдром Такаясу, неспецифический простатит

Специфические воспалительные заболевания человеческого организма вызываются конкретным микробом или вирусом. Но существует много заболеваний, причина и характер развития которых с точки зрения традиционной медицины непонятны. Такие болезни называют неспецифическими. Их пытаются лечить гормонами, иммунодепрессантами, цитостатиками, также проводится симптоматическое лечение, и все это, увы, без особого успеха.

Склероз – это замещение полноценных функциональных клеток, сосудов или органов соединительной тканью. Такое замещение происходит после перенесенных инфарктов сердца и других органов, обширных травм и ранений или после

воздействия постоянных повреждающих факторов (например, пневмоканиоз легких у людей, постоянно вдыхающих пыль).

Атеросклероз – склероз артериальных сосудов человека. С точки зрения традиционной медицины повреждающим фактором артериальных сосудов является холестерин и его повышение выше нормы. Но у людей Севера (эвенков, чукчей и других народностей, которые питаются печенью тюленей, олениной, жирными сортами рыб) атеросклероза не наблюдается, и ортодоксальная, то есть традиционная, медицина на этот вопрос отвечать отказывается.

Холестерин – это химическое соединение, в основе которого находится шестиуглеродная молекула бензола, образующая соединение в виде пчелиных сот. Поскольку бензол имеет свойства жира, холестерин имеет тропность (сродство) к жирам. В зависимости от того, с каким жиром он взаимодействует, будут зависеть свойства всего комплекса. Биохимия признает полезным для человеческого организма холестерин высокой плотности и вредным – холестерин низкой плотности. Разумеется, при взаимодействии с растительными и животными жирами его свойства будут разными. Он способен образовывать соединения с жиробелковыми комплексами (липопротеинами). Жирные кислоты, образовавшиеся в результате расщепления сала, взаимодействуя с холестерином, будут делать его полноценным и адаптированным для человеческого организма. Холестерин – это строительный материал для мембран клеток, женских и мужских половых гормонов, гормонов коры надпочечников, поэтому холестерин имеет важнейшее значение в жизнедеятельности организма. Повышение его содержания в организме наблюдается тогда, когда процессы разрушения клеток преобладают над процессами их образования. Это случается при тяжелых заболеваниях и в старости, особенно у мужчин, когда снижается уровень андрогенов, способствующих нарастанию мышечной массы.

Причинами поражения артерий являются васкулиты (воспаления сосудов). Они могут иметь вирусную или химическую природу. Например, после длительных постов с употреблением в пищу растительных жиров у постившихся ухудшается зрение, развивается варикозное расширение вен. Холестериновая теория склероза сосудов не дает ответа на вопрос, почему образуются атеромы, локальные наросты и утолщения стенок артерий.

Оздоровление сосудов – база для избавления от сердечно-сосудистых заболеваний и омоложения организма.

Вот что рекомендуется предпринять для этого:

- есть жмыхи свежей капусты по схеме на протяжении 2 недель;
- питание, в соответствии с табл. 3;
- употребление сала, перемолотого с чесноком в соотношении 10:1 по 1 ст. л. 3 раза в день;
- фермент хвои – до 0,5 стакана за 30 минут до еды;
- бальзам Болотова – по 1 ст. л. во время еды;
- рассасывание соли с проглатыванием слюны-через 30 минут после еды;
- 2 ст. л. морской капусты – через 30 минут после еды;
- протирание кожи в области вен уксусной настойкой багульника;
- регулярные посещения сауны 1 раз в неделю (см. «Покрывной канал»). Курс лечения – от 1 до 2 месяцев с перерывом 2–3 недели, но необходимо постоянно придерживаться режима питания и регулярно посещать сауну. Эта методика подходит для лечения такого сложного заболевания, как неспецифический аортоартериит (синдром Такаясу).

Заболевания сердца и сосудов. Профилактика и лечение

Экстрасистолия, мерцательная аритмия, стенокардия

Традиционная медицина считает причиной этих заболеваний сужение сосудов, употребление жирной пищи, изменение проводимости нервных волокон сердца, сгущение крови. Реальная причина этих заболеваний – снижение уровня жирных кислот в крови, поскольку сердце на 80% питается жирными кислотами и на 20% – глюкозой. Традиционная медицина пытается лечить такие заболевания стентированием, т. е. введением тонких трубочек в места сужения коронарных артерий. К сожалению, результат таких операций не всегда оправдывает ожидания: стенты зарастают, поэтому приходится проводить повторное стентирование.

Яркий пример: Борису Ельцину была проведена операция – аортокоронарное шунтирование собственными сосудами.

Предлагаемое лечение:

- диета (см. «Принципы здорового питания»);
- сало, перемолотое с чесноком в соотношении 10:1 по 1 ст. л. 3 раза в день;
- бальзам Болотова по 1 ст. л. во время еды и по 1 ч. л. к чаю;
- серый желтушник на кончике ножа через 1–1,5 часа после еды, рассасывать соль и слюну проглатывать;
- 1 ч. л. уксусной настойки мяты к чаю.

Дилатационная кардиомиопатия, сердечная недостаточность

Дилатация – расширение камер сердца. Возникает при гипертонической болезни, нарушении клапанного аппарата, после перенесенных миокардитов. Все эти заболевания приводят к сердечной недостаточности. Устраняется путем лечения основного заболевания.

Но есть расширения сердца, которые не вписываются в эти диагнозы. Причину и развитие таких дилатаций традиционная медицина объяснить не может. Поэтому они называются идиопатическими. С позиции медицины Истины, данные заболевания развиваются вследствие старения сердечной мышцы из-за блокировки процессов обновления.

Лечение:

- обновление сосудов (см. раздел);
- употребление одного из ферментов (ландыша, серого желтушника, шалфея);
- серый желтушник принимать на кончике ножа через 1–1,5 часа после еды 2–3 раза в день, горькую слюну рассасывать и проглатывать;
- пащтет из отварного сердца свиньи – по 1 ст. л. 3 раза в день.

ГИПОТОНИЯ-ПОНИЖЕНИЕ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ

Понижение давления является грозным осложнением шока, способным привести к смерти. Наиболее частая причина резкого падения артериального

давления – инфаркт миокарда. Поэтому пациенту должна быть сделана электрокардиограмма.

Что касается глобальной причины гипотонии, то традиционная медицина считает таковой понижение тонуса сосудов. Однако главной причиной гипотонии все же является незакрытие пилоруса.

Лечение:

- необходимо исключить «диагнозы катастроф» (инфаркт, инсульт, пневмоторакс);
- употреблять жмыхи из свежей капусты (за 1 час до завтрака и обеда);
- питание (см. «Принципы здорового питания»);
- подкисление чая 9%-ным уксусом и уксусными настойками трав;
- рассасывание соли с проглатыванием соленой слюны (через 30 минут после еды и еще несколько раз между приемами пищи).

Простатит

Простатиты бывают острые и хронические.

Острый простатит развивается в результате переохлаждения промежности и органов малого таза, а также инфицирования. Проявляется резкими болями в области прямой кишки, в паху, с откликами (иррадиацией) в ступни и пальцы ног. Острый простатит может приводить к отеку простаты и сдавливанию мочеиспускательного канала, что может привести к затруднению оттока мочи. Это является реальной угрозой жизни. Поэтому острый простатит нужно лечить в срочном порядке в условиях урологического стационара. Урологи успешно справляются с этим заболеванием, применяя антибиотики, противовоспалительные свечи и инструментальные методы.

Хронический простатит возникает на фоне недолеченного острого застоя простатических соков, изменения среды простаты. Именно такой простатит является неспецифическим, поскольку противомикробные препараты не дают никакого улучшения. Это заболевание безуспешно лечат годами. При хроническом

простатите клинические проявления аналогичны симптомам острого простатита, но они менее выражены.

Лечение простатита:

- питание (см. «Принципы здорового питания») с ограничением щелочных продуктов и увеличением в меню количества морепродуктов;
- фермент чистотела (до 0,5 стакана за 30 минут до еды) на протяжении 2 недель;
- фуразолидон (нитрофураны) – по 2 таблетки 3 раза в день после еды на протяжении 2 недель;
- чай из донника – 1–2 глотка через 1–1,5 часа после еды на протяжении 2 недель.

Пример: Пациент В., 23 года. С 2004 г. лечился 3 года в урологических кабинетах: разнообразные антибиотики, массажи простаты, и безрезультатно. С помощью описанной выше методики вылечен за 2 недели. На протяжении 6 лет никаких проявлений простатита.

Женское здоровье. Лечение и профилактика женских заболеваний

Боли при месячных

Матка состоит из двух основных слоев: миометрия – мышц, образующих тело матки, и эндометрия – внутренней оболочки матки. Во время менструального цикла внутренний эпителий отторгается, и эпителиальные клетки вместе с кровью выходят наружу, чтобы освободить место для вновь формирующегося эндометрия. В процессе отторжения эндометрия немаловажное значение имеет активность желудка, а именно – выделяемые им соляная кислота и пепсины. Отторжению эндометрия препятствует прорастание его в стенку миометрия, что приводит к его неравномерному выходу и болям при месячных. Употребление анальгетиков изменяет восприятие боли.

Лечение:

- питание в соответствии с табл. 3 (см. «Принципы здорового питания»);
- оздоровление желудка;
- во время болезненных месячных – употребление бальзама Болотова по 1 ст. л. во время еды и по 1 ч. ложке на стакан чая;
- при отсутствии бальзама Болотова применять уксусную настойку материнки (1 ч. л. на 1 стакан чая);
- рассасывание солей через 30 минут после еды, более частое употребление пищи аналогичным способом (до 6 раз в сутки).

Гиперплазия шейки матки, эндометриоз

Это заболевание обусловлено снижением уровня протеолитических ферментов и их блокированием.

Лечение:

- жмыхи капусты курсом до 2 недель;
- бальзам Болотова во время еды;
- рассасывание соли как минимум 6 раз в день (1 ч. л. Сульфатов – глауберовой соли – смешать с 1 стаканом каменной нейодированной соли);
- спринцевание на ночь подсоленным чаем из донника;
- посещение сауны (см. «Покрывной канал») 1 раз в неделю.

Примеры: У Татьяны (26 лет) через 1 месяц после лечения гиперплазия уменьшилась на 70%. У Лидии Николаевны (ранний пенсионный возраст), которой был поставлен диагноз «эндометриоз», через 2 месяца после лечения толщина эндометрия уменьшилась с 7,1 мм до 6,3 мм.

Вирусные инфекции. Профилактика и лечение

Грипп

Возбудителем гриппа является вирус, который меньше человеческой клетки в несколько сотен раз. Он проникает в клетку и направляет ее синтезирующий

аппарат на воспроизводство вируса. А ведь одна клетка может произвести несколько сотен и тысяч вирусов! Попадая в кровеносное русло, они повреждают другие клетки. Развивается лавинообразный процесс, приводящий к токсическому поражению органов и систем организма, что может сопровождаться понижением артериального давления, то есть токсическим шоком.

Лечение гриппа:

- постельный режим, ношение маски, изолирование от окружающих.

Категорически запрещается:

- горячая ванна и горячий душ;
- физические перегрузки;
- употребление свежих лимонов с чаями и в сыром виде;
- употребление спиртных напитков;
- употребление свежего и кипяченого молока.

Применяемые средства:

- в 1 л кипяченой воды растворить 1/3 ч. л. лимонной кислоты (на кончике ножа), после охлаждения раствора до температуры ниже 40 °С в него нужно добавить 2–3 ст. ложки одного вида ягод, не проваренных, перетертых с сахаром (смородины, малины, черники, брусники, ежевики). За сутки выпивать 1,5–2 литра полученного средства;
- перед едой употреблять по 2 таблетки аскорутин (растертых в порошок);
- в пищу употреблять брынзу, разносолы, квашеные яблоки, морепродукты, сало, перемолотое с чесноком в соотношении 10:1;
- кожу тела увлажнять уксусным раствором (1 часть уксуса на 1–2 части кипяченой воды) до 4 и более раз в сутки; если грипп протекает без температуры, то раствор следует подогреть до 40 °С. Увлажнение кожи раствором уксуса прекратить через 3 дня после того, как пациент перестанет потеть;
- аспирин (1–2 таблетки после еды);
- ситуационно для устранения симптомов применять противокашлевые,

обезболивающие препараты.

Существует народный метод борьбы с гриппом – водка с черным перцем. В 100 г водки добавить черный перец на кончике ножа. Выпить при ранних проявлениях гриппа одновременно. Иногда это может иметь успех. Эффект этого средства объясняется следующим образом: смесь оказывает раздражающее действие на мембраны человеческих клеток. Через раскрытые мембраны в кровеносное русло выбрасываются кислотные белки, интерфероны, которые связывают и инактивируют вирусы. Но этот метод можно использовать только для лечения людей со здоровым сердцем и желудком.

Ранние клинические проявления гриппа:

- позывы на сухой кашель;
- озноб;
- общая слабость;
- ломота во всем теле;
- боли в руках и ногах.

Насморк при гриппе возникает не всегда.

Предотвратить развитие гриппа можно следующим образом:

- необходимо рассасывать щепотку соли и проглатывать соленую слюну (до 10 раз в течение 30 минут). Если сухой кашель пройдет, значит, развитие заболевания предотвращено.

Рассасывание соли приводит к образованию соляной кислоты и активизации пепсинов желудка, поступающих в кровь и растворяющих клетки, пораженные вирусом гриппа. Таким образом, лавинообразный процесс синтеза вирусов приостанавливается.

Пища, которая лечит

Основные принципы приготовления здоровой пищи

- не нарушать правила сочетания продуктов (употреблять студни с горчицей или хреном; мясо – с капустой, рыбу – с картофелем, творог подсоленный или с медом);

- бульон для первых блюд варить из одного вида мяса (свинина, телятина, птица и т. д.);
- в первых блюдах обязательно должны присутствовать квашеные овощи (огурцы, помидоры, капуста, свекла);
- очень полезно употребление студня из свиных ножек с горчицей или хреном;
- на подсолнечном масле жарить только рыбу и грибы, все остальное – на животном жире;
- для приготовления блюда применять один вид жира (свиной жир, смалец, сало или сливочное масло);
- растительное масло холодного отжима применять только с уксусосодержащими продуктами (квашеными овощами, соусами) и с бобовыми;
- любую рыбу перед жаркой мариновать в соке лимона;
- очень полезны каши из злаковых зерновых со сливочным маслом.

Неотложные состояния

Алкогольный цирроз

Конечным продуктом распада алкоголя является уксус. В первую очередь расщепляет алкоголь печень (в этом процессе участвует фермент алкогольдегидрогеназа), но при чрезмерном употреблении спиртного в процессе расщепления участвуют и другие органы и системы: сердце, почки, легкие, мышцы, головной мозг, что постепенно приводит к их атрофии.

Печень является кладовой гликогена (животного крахмала) – полимера из глюкозы, имеющей кислотные свойства. При взаимодействии со щелочными молекулами спирта образуется труднорастворимая соль, которая заполняет межклеточное пространство, уплотняя и увеличивая печень, сдавливая вены, артерии и желчные протоки.

Алкоголизм – заболевание, которому особенно подвержены люди с существенно сниженным содержанием фермента печени алкогольдегидрогеназы. Географически уровень этого фермента снижен у жителей Восточной Европы.

Лечение

Людей, не осознающих вред алкоголизма, лечить очень трудно. Они всегда находят повод, чтобы принять очередную дозу и уйти в запой. Поэтому самым главным является защита печени и ликвидация токсического воздействия алкоголя на организм. На следующий день нужно принять до 2 г аспирина (это лекарство категорически запрещено принимать одновременно с алкоголем). Энтеросорбенты, активированный уголь можно принимать в количестве до 10 таблеток как до употребления спиртного, так и – после.

Для предотвращения развития цирроза важно принимать соки корней хрена, петрушки, черной редьки. Наиболее простой способ-употребление магазинного хрена со свеклой (по несколько ложек 3 раза в день) с брынзой или сыром.

Большое количество спиртного блокирует работу желудка, снижает уровень пепсинов и соляной кислоты, а также ферментов поджелудочной железы.

Для восстановления пищеварения необходима следующая диета:

- уменьшение количества животного белка (мяса, яйца) в рационе;
- употребление борщей, рассольников с квашеными овощами;
- гороховое пюре с грибами, разносолами, тюлькой, селедкой и морской рыбой;
- употребление тушеной печени с большим количеством лука;
- ягоды, перетертые с сахаром;
- сухофрукты (изюм, урюк);
- моченые яблоки;
- из напитков – квасы.

До полного восстановления пищеварения необходимо принимать фермент панкреатин и его производные.

Поликистоз

При поликистозе из-за скопления старых клеток происходит нарушение функций и разрушение органов. Например, поликистоз почек приводит к почечной недостаточности. Традиционная медицина не объясняет причин возникновения поликистоза и тем более не предлагает его эффективного лечения. В

действительности причиной развития заболевания является снижение уровня соляной кислоты желудка, то есть недостаток поваренной соли, хронические воспалительные процессы, систематические переохлаждения.

Лечение поликистоза:

- жмыхи свежей капусты курсами до 2 недель;
- употребление органоспецифических ферментов (до 0,5 стакана за 0,5 часа до еды);
- бальзам Болотова – во время еды;
- посещение сауны (см. «Покрывной канал») 1 раз в неделю.

Пример: Мужчина 78 лет, диаметр кисты почки 7 см. Через 3 месяца после лечения уменьшился до 2 см.

Амилоидоз

Симптом этого заболевания-протеинурия (выделение большого количества щелочного белка – амилоида, – до 12 г в сутки). Пациенты бледны до восковой бледности, у них существенно снижен белок плазмы крови (50 г/л и менее).

Традиционная медицина лечит таких больных с помощью пульс-терапии (большие дозы гормонов типа преднизолон, до 500 мг одномоментно на протяжении нескольких дней).

Лечение малоэффективно; у больных неуклонно ухудшается состояние, увеличивается слабость.

Лечение амилоидоза:

- питание в соответствии с табл. 3 с ограничением щелочных продуктов с целью предотвращения синтеза щелочного белка;
- жмыхи свежей капусты за 1 час до завтрака и обеда;
- фермент за 0,5 часа до еды до 0,5 стакана (подбирается индивидуально);
- бальзам Болотова по 1 дес. л. 3 раза в день;
- поход в сауну с употреблением фермента малины (см. «Покрывной канал») 1 раз в неделю.

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Bc. Barbora Tichá
Katedra:	Katedra slavistiky
Vedoucí práce:	PhDr. Milena Machalová
Rok obhajoby:	2021

Název práce:	Překlad odborného textu (zdravá strava a alternativní medicína)
Název v angličtině:	Specialized translation (healthy eating and alternative medicine)
Anotace práce:	Magisterská diplomová práce se zabývá teoretickou i praktickou stránkou překladu ruského odborného textu o zdravé stravě a alternativní medicíně. Teoretická část se věnuje překladu a také alternativní medicíně. Praktická část podává překlad publikace doplněný o vlastní komentář. Vybrané části publikace se zabývají alternativními postupy léčení určitých nemocí. Třetí část práce obsahuje rusko-český terminologický glosář, seznam zkratkových slov a originální text publikace.
Klíčová slova:	zdravé stravování, alternativní medicína, konvenční medicína, výživa, strava, nemoc, jídelníček, překlad, odborný text
Anotace v angličtině:	The Master's Thesis deals with the theoretical and practical aspects of the translation of the Russian scientific text on healthy eating and alternative medicine. The theoretical part presents a theoretical overview of the process of translating and

	<p>alternative medicine. The practical part provides a translation of the publication supplemented by its own commentary. Selected parts of the original publication deal with alternative treatments for certain diseases. The third part of the Thesis contains a Russian-Czech terminological glossary, a list of abbreviations, and the original text of the publication.</p>
Klíčová slova v angličtině:	<p>healthy eating, alternative medicine, conventional medicine, nutrition, diet, disease, diet, translation, specialized text</p>
Přílohy vázané v práci:	<p>Rusko-český glosář, seznam zkratkových slov, originální text publikace.</p>
Rozsah práce:	<p>96 stran</p>
Jazyk práce:	<p>český</p>