

Остеохондроз – не приговор!

вместо предисловия

Сложность лечения остеохондроза заключается не в методике врача, а в психологии пациента. Методики могут быть разные, психология – одна: **«Я не виноват в своих болезнях!»**

Преобладающее число людей при разного рода болях (например, в позвоночнике, в суставах, в сердце, тазовые боли) полагают, что это болезнь. То есть они, мол, попали под воздействие на их организм посторонних факторов, не зависящих от их поведения, воли и образа жизни. Поэтому и лечить их должен врач.

Что же касается хронических заболеваний позвоночника, суставов и сосудов – это расплата за неправильную эксплуатацию тела или, как сейчас принято говорить, **за неправильный образ жизни.**

По учению И.П. Павлова, знаменитого русского физиолога, организм человека – это машина, саморегулирующаяся, самовосстанавливающаяся и даже самосовершенствующаяся.

За этой машиной (человеческим организмом) так же, как и за любой другой, нужен уход и профилактика, в данном случае – **гигиена**. Если ухода нет, рано или поздно потребуются ремонт. Если время мелкого ремонта упущено, требуется капитальный, что по отношению к организму человека связано прежде всего с трудом и терпением... **К сожалению, большинство из нас не хотят трудиться и во всем винят медицину.**

...единым системообразующим органом, безусловно, является мышечная ткань... Но этот орган, составляющий 60 % тела человека, симптоматической медициной **не учитывается вовсе**. Знаменитый американский врач и исследователь Герберт Шелтон в своей работе «Натуральная гигиена» пишет: *«Медицина столь безопасно спряталась в «официальном невежестве», что слепа к простым истинам, кои любой разумный человек в состоянии постичь. Гигиена должна до основания разрушить всю лекарственную систему и дать народу систему ухода за телом и разумом, основанную на законах природы. Прискорбно, что люди умирают от нарушения элементарных законов, когда даже простое знание их не только бы помешало им стать пищей для земляных червей, но сделало бы их жизнь прекрасной и содержательной».*