

## ОТЧЁТ

### О работе по программе РСоЭС «Экология и здоровье» («ЭиЗ»)

Координатором–руководителем программы «ЭиЗ» является индивидуальный член РСоЭС, член Совета Ассоциации журналистов-экологов СЖ России Геннадий Мингазов, утверждённый в качестве координатора на конференции РСоЭС в 2016 году.

Члены Координационного совета – координаторы программы «ЭиЗ» в регионах – Александр Веселов (Уфа), Алексей Карпенко (Кондопога), Владимир Лагутов (Новочеркасск), Наталия Манзурина (Екатеринбург), Константин Майоров (Москва) и Игорь Огородников (Новосибирск).

Экспертный совет пока полностью не сформирован, хотя в его составе уже есть экологи из Московской и Саратовской областей и врач из Крыма.

Как видим, программой точечно охвачена почти вся страна, не считая её окраинные территории, где, конечно же, также есть проблемы со здоровьем населения, живущего в климатически неблагоприятных зонах или рядом с экологически неблагоприятными производствами.

В ушедшем в историю Году экологии произошло много всяких событий в большой политике, экополитике и вообще в жизни России. Отличался ли он от предыдущих лет в плане решения экологических задач? Видимо, да, но посмотрим, что покажут официальные итоги в Государственных докладах Минприроды и Минздрава, которых мы ещё не скоро увидим.

Работа координаторов нашей программы «ЭиЗ» идёт сегодня, как и раньше, практически по их собственным планам и направлениям. И если по ходу деятельности появляется некая медицинская или медико-экологическая составляющая, то она непременно и незамедлительно отмечается.

Так, например, **координатор Игорь Александрович Огородников** и его соратники, разрабатывающие много лет тему экологического домостроения, создали и реализуют проект **«ЭКОДОМ»**. В нём учитывают в обязательном порядке не только комфорт и экономичность экоддома, но и его экологичность, безопасность для проживания и защиту от неблагоприятной окружающей среды в целях сохранения здоровья.

К сожалению, эти факторы не в полной мере учитывают строители большинства традиционных домов даже в Сибири и даже с применением новейших технологий и при наличии на рынке самых разнообразных материалов. Возможно, вопрос чаще всего лишь в цене?..

Приходится ещё сожалеть, что пока мало кто из экологов обращается к Игорю в качестве заказчика, или хотя бы просто за советом по домостроительству.

Последнее из важных дел команды Огородникова – это внедрение новых технологий в поселении Хужир на байкальском острове Ольхоне, где за последние годы построено уже свыше 30 различных отелей, гостиниц, гостевых домов.

В 2016-2017 гг. он участвовал в реализации президентского гранта **«Ольхон – территория развития»**. Прочитал 15 лекций, провёл более 40 персональных консультаций, несколько деловых игр по решению основных экологических проблем острова. Выясняли, какие из экологических проектов будут востребованы в первую очередь на территории острова. Оказалось, что это круглогодичные теплые компостирующие биотуалеты и круглогодичные биоветеринарии, предназначенные для туристических баз.

«По результатам этого гранта нам предложили написать второй. Мы его назвали **«Ольхон - территория экоразвития»**.

Построил своими руками с привлечением местных жителей летний компостирующий биотуалет на Сарайском пляже, два микрорезервата для местного эндемика «черепоплодник почтишерстистый» и обустроил 300 метров экотропы на этом же пляже (территория заповедника «Заповедное Прибайкалье»). Сейчас заканчиваю маленький комплекс: солнечный концентратор на 5 кв. м зеркал + тёплый компостирующий биотуалет, на котором расположен воздушный солнечный коллектор, который нагревает туалет до 28 градусов (на улице -8), + водяной аккумулятор на 300 литров. В принципе, этот комплекс моделирует систему жизнеобеспечения экоддома. Работает в автоматическом режиме. Автоматика простейшая, но живёт себе своей жизнью, без участия человека.

Народ на это всё посмотрел и начал говорить нашими словами: надо бы замкнутые циклы на базе сделать, экоддом бы надо подумать, как построить и т.д. Пока говорят, но думаю, что и начнут.

**На Ольхоне создаётся экокмплекс.**

В основе проект **«Биокомплекс замкнутого цикла на базе очистных сооружений»**. В нём предусмотрено служебное жильё из экоддомов, предназначенное для сотрудников, обслуживающих экокмплекс и пермакультурный парк. Энерго- и теплоснабжение экоддомов осуществляется за счёт энергии, вырабатываемой экокмплексом.

Возить на остров еду с материка дорого, поэтому поставлена цель: обеспечить жителей и гостей Ольхона относительно дешёвой овощной продукцией, используя технологию по производству грунта при помощи дождевых (или земляных) червей.

Содержание гумуса в ольхонских почвах где-то на уровне 4-5%. Черви же производят почву с содержанием гумуса до 30-40%. Таким образом, на острове можно запустить непрерывный процесс переделки почвы в местах хозяйственной деятельности людей.

**Вокруг экокмплекса предусмотрено формирование пермакультурного парка**, в котором будут использоваться излишки экопродукции. После прохождения экокмплекса очищенные сточные воды попадают в систему прудов пермакультурного парка. В этих прудах осуществляется глубокая доочистка сточных вод после экокмплекса и утилизация биогенных элементов, таких как фосфор, азот и калий.

В зимнее время излишние воды, поступающие из очистных сооружений, намораживаются, чтобы в вегетационный период талые воды использовать для орошения пермакультурных огородов.

Выращенная экологически чистая продукция будет использоваться для питания местных жителей и отдыхающих туристов.

**Экокомплекс и пермакультурный парк**, созданные по предлагаемым технологиям, являются безубыточными и возвращают в природу больше, чем взяли у неё. Такой подход является основой устойчивого и комплексного эко развития территории острова Ольхон».

**Координатор Алексей Степанович Карпенко** в план работы карельской региональной общественной организации зелёных «Сандал» включил проведение десятков мероприятий, направленных на контроль над состоянием здоровья людей, проживающих вблизи зоны воздействия Кондопожского бумажного комбината на население и природу своими выбросами газов в атмосферу и сбросами отходов производства в водную среду.

К сожалению, несмотря на все усилия экологов и другой общественности в союзе с администрацией города и района, сдвигов пока недостаточно, и объяснение этому традиционное: нет достаточных средств на защиту окружающей среды. Денег не хватает даже на зарплату сотрудникам. Многих уже уволили...

**Тем не менее «Сандал» под руководством Алексея Степановича продолжает вести большую работу по повышению экологического сознания и культуры жителей Кондопожского района.**

Регулярно выходит экологическая страница в местной газете «Новая Кондопога» с заметками, репортажами, а также с советами по сохранению здоровья, ежегодно проводятся экологические фестивали, конкурсы экологических рисунков, фотовыставки не только в районе, но и в Петрозаводске. Систематически ведутся беседы, уроки экологии в школах города и района. А в рейды по сбору мусора выходят не только молодёжь, но и люди постарше, много пенсионеров.

Весьма активно в Кондопоге действует клуб «Серебряный возраст».

**Деятельность председателя организации «Союз экологов Башкортостана» Александра Калиновича Веселова** проходит в условиях непрекращающихся неправовых действий со стороны не только загрязнителей, но и контролирующих органов власти в столице субъекта Федерации и на местах. Дело дошло даже до покушения на жизнь эколога, но, к счастью, всё обошлось, потери трудоспособности не произошло. Работа координатора Веселова не прерывалась и начатые им дела успешно идут и завершаются. Преступник, как обычно бывает в таких случаях, до сих пор не найден.

В сводке, присланной Веселовым по электронной почте, значатся следующие итоги его деятельности в 2017 году:

- не менее **50** публикаций в газетах, журналах и интернете, выступления на радио и телевидении, в том числе **20** выпусков радиопередачи "Экология и мы", **два** номера журнала "Право. Экология. Отходы";

- **несколько** публичных выступлений на местном, региональном, межрегиональном, федеральном и международном уровнях;
- участие **в трёх** семинарах и «круглых столах»;
- участие **в пяти** государственных и общественных экспертизах проектов полигонов ТКО и других объектов;
- проведение или участие в **15** рейдах и проверках.

Думаю, немногие члены РСоЭС могут осуществить за короткий срок столь внушительное количество реальных дел, львиная доля которых проведена на общественных началах, так как сегодня ни выступления, ни публикации, как правило, не оплачиваются. Их появление в свет (на бумаге или в эфире) обусловлено лишь активной жизненной позицией и энтузиазмом, которых у юриста-эколога и координатора проекта «ЭиЗ» Александра Веселова пока хватает.

**Координатор Константин Петрович Майоров** трудится заместителем генерального директора по инновационным проектам московской организации **«СИНТЭК»**, деятельность которой в текущем году, в основном, направлена на предложение новинок для создания условий, благоприятствующих освоению просторов Крайнего Севера.

**Решения, предлагаемые и осуществляемые группой компаний «СИНТЭК» не только за Полярным кругом:**

**1. Материалы и изделия из них**, способные автономно работать в диапазоне от – 70 - +100 градусов по Цельсию, а также готовые изделия, устройства и механизмы, позволяющие человеку легко адаптироваться к существованию и к работе в условиях Крайнего Севера. В их числе:

а) **Система отопления.** Включает в себя экологически чистый, безопасный способ получения альтернативной электроэнергии, систему отопления новой конструкции (медленный пиролиз на органических отходах или электричество), новые теплоизоляционные материалы (вакуумсодержащий стеклопакет, тёплые полы, стены и другие части конструкций).

б) **Новый вид ткани.** Это углеволокно – токопроводящее сукно из углеродосодержащего сырья. Позволяет иметь внутренний подогрев в «нужных» местах (одежда, коммуникации, оборудование и т.д.).

в) **Новый строительный материал «керпен».** Так называется лёгкий, микросферический материал из твёрдых бытовых и промышленных отходов (ТБиПО). Получается методом плавления ТБиПО в спецпечах. В результате - близкая к нулю теплопроводность, лёгкость, керамическая водостойкая поверхность и прочность. Это идеальный материал для кровли, теплоизоляции внутри жилых и производственных помещений и для многого другого.

**2. Модифицированный спецтранспорт.** Эти механизмы сконструированы на гусеничном ходу и на воздушной подушке. В перспективе – создание «под ключ» своего типа летательных аппаратов для доставки, перемещения людей и грузов, обработки с воздуха тундры и других задач.

**3. Биоорганические комплексы (препараты).** Они позволяют «мягко» корректировать рост растительности во всех климатических зонах. Например, основной корм северных оленей – ягель после его обработки новым препаратом растёт быстрее,

имеет большую массу, набирает больше питательных и ростовых веществ. А так как ледяная корка в тех местах тундры, где произошла её обработка, образуется ниже ростков, то животные не голодают, ибо поедают ягель в достаточном количестве.

Кроме того новые биопрепараты эффективны при утилизации бытовых и производственных отходов.

**4. Энергетика.** Предлагаются новые ветровые энергетические установки (ВЭУ). Их отличия от ныне распространённых трёхлопастных ветряков: автономность, эффективность (до 90%), надёжность (начало выработки электроэнергии при скорости ветра от 1 м/сек и до 30 м/сек.), простота (возможность монтажа без специального оборудования) и красивый внешний вид многолопастных установок. Новые ВЭУ позволяют уверенно получить любое требуемое количество энергии в любом месте. Они могут эксплуатироваться без ограничений даже непосредственно в зоне проживания людей или содержания животных.

Есть и другие характеристики, резко отличающие их от уже морально устаревших и дорогостоящих ветродвигателей.

**5. Вода и другие жидкости.** Новые подходы к решению проблем по очистке, подготовке воды и других разнообразных жидкостей.

**6. Земля.** Восстановление «мёртвых» и загрязнённых земель.

**7. Питание.** Организация «Синтэк» берёт на себя сложную задачу обеспечения северян и вахтовиков качественными и дешёвыми сельскохозяйственными продуктами питания на местах, используя теплицы собственной оригинальной конструкции.

...

**Координатор Владимир Викторович Лагутов** (профессор, д.т.н.) помимо участия в нашей программе «ЭиЗ» приступил к составлению не менее, а, может быть, более актуальной на данном этапе истории, - бассейновой программы РСоЭС.

Он считает, что в связи с основной функцией программы по Здоровью, связанной с обеспечением благоприятных условий существования человека в природе или в той среде, что от неё осталось, необходимо рассмотреть этот параметр через призму бассейновой концепции устойчивого развития, т.е. через экологическую основу жизни в речных экосистемах.

А в них на сегодняшний день **повсеместно:**

- **низкое питьевое качество воды**, и все болезни с этим связанные (раковые, желудочно-кишечные, почечные и т.п.),

- **тепловое заражение воды и связанное с этим изменение климата** с последующей утратой эндемиков и инвазией чуждых видов,

- **обилие химических сбросов вредных веществ в водоёмы** из-за недееспособности администраций разного уровня и несовершенства законодательно-правовой системы,

- **рыба, как основной пищевой продукт коренного населения, тотально уничтожена,**

- **рыба, как основной биоиндикатор здоровья речных экосистем, утрачена.**

Учёный также предполагает в ходе реализации обеих программ учитывать:

- сбросы вредных веществ в воздух через промышленные источники,
- утрату урожайности сельскохозяйственных культур и многих видов полезных насекомых,
- накопление ядов и вредных веществ в растениях и пищевых продуктах,
- то же самое в сельскохозяйственных животных.
- уничтожение вод подземных водоисточников или утрату их качества,
- уничтожение зелёных «лёгких» городов,
- вредные выбросы от автомобилей,
- шумовое и радиоманнитное загрязнение,
- психопатическое загрязнение от ТВ, рекламы и т.п.
- несовершенство и вредительство минздрава, которое скрывает или искажает реальную статистику, что не позволяет построить карты смертности по стране.

### **В результате:**

- подаются расчёты в процентах, а не в абсолютных величинах заболеваний,
- скрываются и приводятся недостоверные данные по смертным эпикризам,
- происходит уничтожение многих кладбищенских архивов.

### **Основные выводы из вышеизложенной системной позиции:**

1. В условиях нарастающего антропогенного воздействия абсолютное большинство болезней человека идёт через гидросферу по линии загрязнённости речных экосистем.
2. Наиболее эффективный способ лечения человеческого сообщества как дискретного материала идёт через чистоту воды – восстановление естественных воспроизводств проходных видов рыб, являющихся универсальным биоиндикатором здоровья речных экосистем.
3. Обеспечение естественного мониторинга, т.е. восстановление естественных воспроизводств осетровых достигается через установление международного экологического бассейнового законодательства на основе бассейновой концепции устойчивого развития.
4. Только при излечении речной экосистемы можно кардинально улучшить и здоровье человека.

Думается, что с данными выводами эколога Лагутова трудно не согласиться. Вот только, кто и как их будет анализировать, и как они будут выполняться?..

**Координатор Наталия Борисовна Манзунова** с августа 1987 года до развала СССР работала на Украине на ликвидации последствий аварии на ЧАЭС ведущим инженером. Сначала в цехе дезактивации и рекультивации территории 30-км зоны, потом в цехе специальных инженерных работ (СИР) НПО «Припять». Занималась захоронением РАО и ведением могильников. «Заработала» инвалидность.

Подробнее о ней в интервью «Чернобыль будет мстить ещё долго» здесь же на сайте.

На конференции в 2016 г. Н.Манзунова утверждена **координатором ещё одной программы РСоЭС «Против ядерных и радиационных угроз»**, имеющей непосредственное отношение к её профессиональным интересам – защите населения, проживающего на территориях, пострадавших от Чернобыльской катастрофы и от воздействия испытаний ядерного оружия на полигонах.

Она вспоминает, как не так давно посетила Управляющую компанию в Екатеринбурге по личным делам: «Увидела новенький большой стенд, как себя вести в случае р\а угрозы. Внимательно ознакомилась. Зашла к главному инженеру и говорю: *«На вашем стенде написано, что я должна бежать в спец.убежище. И обязательно капать йодную настойку в воду и пить. У меня вопрос: где эти убежища в моём районе? И ещё: «Знаете ли Вы, что йод через ЖКТ фактически не усваивается, что можно им ожечь внутренности, особенно это опасно давать ребёнку? Ведь правильно и более эффективно наносить на кожу голени йодную сетку»*. Он в ответ спросил: *«Вы из проверяющей организации?»* Услышав, что я простая жительница, выгнал меня. Мол, день у него неприёмный...

**В былые советские времена в каждом ЖЭКе висели стены, где рассказывали, как себя вести при угрозе р\а.**

Указывались номера телефонов так называемых звеньевых, которые своему звену должны были сообщить о ситуации и где собираться. Мы учились надевать противогазы, эвакуироваться. Сейчас ничего этого нет».

В настоящее время такие материалы как «Лекарства от радиации в чрезвычайных ситуациях» <https://geektimes.ru/post/280694/> можно прочитать, наверное, только на нашем сайте и на специализированных сайтах.

## **О другом.**

В уходящем году я участвовала в научно-образовательном семинаре-практикуме «От экологии природы – к экологии человека: опыт народной педагогики». Делала доклад об экопоселениях и практиках здорового образа жизни.

Сегодня молодёжь столицы Урала, вдохновлённая, в том числе, идеями Года экологии, **запускает с моим участием «Эко-проекты Екатеринбурга»**. В их основе – стремление делать экологически чистую продукцию (одежда, еда), внедрять экотехнологии и многое другое.

**Запущен первый проект. Это кафе быстрого и полезного питания «ВегБургер»**, где предлагается вкусная и полезная пища здорового поколения Life-food.

В основном ассортименте, помимо напитков, значатся:

- бездрожжевые булочки на закваске с добавлением цельнозерновой муки,
- натуральные авторские соусы,
- котлеты из пророщенных зёрен,
- фермерская молочная продукция,
- много свежих овощей и зелени.

Кроме этого все блюда готовятся с применением минимального количества жира (с любовью к вашей печени)! Блюда "ВегБургера" содержат витамины, аминокислоты и полезные микроэлементы, при этом отлично насыщают.

Новое кафе быстро завоёвывает популярность как хорошая альтернатива в сфере быстрого питания. Отведать экологически чистую еду приезжают из других районов города.

**В заключение отчёта слово экспертам: Оксане Цитцер и Николаю Глухову.**

**Эксперт программы «Экология и здоровье» РСоЭС – внештатный эксперт Министерства природных ресурсов и экологии Оксана Юрьевна Цитцер (Московская область):**

«Только что (это было в конце осени 2017 г. – Г.М.) вернулась из Челябинска, там жизнь кипит, возник новый вид общественного объединения – сетевой, когда почти никто никого лично не знает. Но получается эффективно. И уже расширяется круг вопросов в повестке...

Выступая в «Президент-Отеле» на "Дне Года экологии" по теме «Гражданская активность в решении экологических проблем и устойчивого развития регионов России на примере Челябинской области», я рассказывала о том, что люди на Южном Урале объединяются по одной или нескольким большим проблемам и в режиме реального времени – от часа до пары суток организуют и осуществляют конкретные действия, направленные на защиту окружающей среды и здоровья граждан.

Например, выезд на своём транспорте в проблемные места с параллельным оповещением всех необходимых органов, фото- и видеосъёмкой, подготовкой одномоментно сотен и тысяч личных обращений, с юридическим сопровождением и участием в бесконечных судах и митингах, в пикетах...

Внешних денег нет, кроме перечислений самих граждан на Яндекс-кошелёк выбранного всем миром держателя его, с ежемесячными отчётами трат на шарики, флажки, плакаты, видеотрансляции, помощь задержанным... Я сама несколько раз перечисляла по 200-300 р.

Ещё это движение отличает молодость участников... Ты можешь себе представить, чтобы по мессендж-рассылке, смс-оповещению, телефонии и др. 4000 простых граждан ЗА ДВА ДНЯ!!! своими ногами пришли в суд и лично написали со-иски по лесам?

Иск подал юрист Владимир Казанцев, и ему посоветовали собрать со-иски от челябинцев. Кинули клич и около 4000 человек откликнулись, пришли к зданию суда с детьми, колясками... Они не просто расписались, а подали полноценные иски, которые были приобщены к делу!

Или при получении разрешения на митинг в пятницу вечером - народ собрался в воскресенье на митинг. Пришли не менее 2500 человек, также с детьми и домочадцами, несмотря на отвратительную погоду с резким ветром, снегом и дождём. А ребята организовали практически за один день флажки, шарики, подписные листы и трибуну с аудио- и видеозаписями.

**Словом, это совсем новое явление в России! И это не одноразово. Оно продолжается уже четыре года...**

Юридическое лицо мы не оформляем и не собираемся...



Прилагаю для сведения (с учётом повышенного внимания к экологическим проблемам Челябинской области) подборку моих недавних материалов - публикации и видеозаписи в Челябинске, где я активно сотрудничала как с органами местной власти, так и с научным сообществом и общественными организациями:

видеозапись - О результатах Конференции по Устойчивому развитию регионов России и альтернативах в филиале РАНХиГС в Челябинске ...

<https://www.youtube.com/watch?v=cv4snf2QaUE>

А это ссылки на мои недавние видеозаписи по проблемам и ситуации в Чел.области, стратегии развития и по новым экологическим рискам...

<https://www.youtube.com/watch?v=3V1rFmzixTQ&t=10s>

<https://www.youtube.com/watch?v=CUUT3XY7Nf0&t=4s>

<https://www.youtube.com/watch?v=f9jroDGY1EI&t=2s>

**Второй эксперт – врач из Крыма Николай Глухов.**

**Предлагаю прочесть его большое интервью, подготовленное мной в отчётном 2017 году.**

**Доктор Николай Глухов: «Я моим "инетным" пациентам оказываю помощь эксклюзивно».**



**Зная немного историю жизни Николая Ивановича, не будет преувеличением сказать, что он сделал себя сам. Рождённый слабым по физическому здоровью, но с умной головой, он стал врачом, чтобы разобраться в своих хворях, ликвидировать их по возможности и со временем, а также лечить людей и помогать им в самооздоровлении!**

**Справка:** Н.И. Глухов в 1988 г. окончил Крымский мединститут (лечебное дело, психиатр-нарколог), в 1989 г. стажировался в московской клинике им. Гельмгольца ("Практическая иридодиагностика"). В Киеве изучал гомеопатию, в Новокузнецке освоил азы краниальной мануальной терапии, а в Симферополе – психотерапию.

В 2002, 2007 и 2013 гг. обучался на курсах повышения квалификации Крымского государственного медицинского университета им. С.И. Георгиевского, получил сертификаты врача-специалиста в области «Народной и нетрадиционной медицины».

В 2016 г. освоил ТИВРО — технику использования внутренних резервов организма (автор Алексей Колов).

К перечисленному можно добавить, что он много лет работал частным семейным врачом в России и на Украине. А один год трудился в медицинском центре города Осиек (Хорватия).

Его учителями были известные в научных кругах профессора Е.С. Вельховер, Н.Б. Шульпина и доктор Т.Д. Попова. Для него бесспорными авторитетами в медицине являются академики Н. Амосов и Н. Бехтерева. Своими заочными учителями он считает А.С. Залманова, Ферейдуна Батмангхелиджа, Н. Друзьяка, Е.Лаппо, М. Уесибу, В. Аверьянова, М. Элиаде, Моше Фельденкрайза, В. Райха, Самуила Ганемана и Уильяма Дж. Сазерленда.

Словом, перед нами всесторонне образованный специалист в области медицины, дипломированный целитель.

В прошлом году доктор Глухов дал согласие попробовать себя в качестве члена Экспертного совета в Программе «Экология и здоровье» Российского социально-экологического союза».

**С Николаем я познакомился около 10 лет назад на одном из семинаров по здоровью в Москве. Мы подружились, несмотря на некоторую разницу лет, и продолжаем общаться виртуально, благодаря современным средствам связи. Я почти не болею, поэтому темы наших бесед зачастую выходят за рамки его профессиональных интересов.**

**Нынче Год экологии, и поэтому теме «Экология» уделяется особое внимание не только в Кремле и Минприроде, но и в некоторых СМИ.**

**Вот и мне захотелось внести свою лепту в кампанию и рассказать через интервью об интересном, творческом человеке. Он много делает для сохранения здоровья людей, является примером врача, который в своём организме поправил недочёты природы, помогает людям сохранить здоровье и несёт полученные знания в массы.**

**Захотелось узнать больше о его делах, мыслях по поводу ситуации в стране, что он думает о возможностях по оздоровлению населения России.**

*- Николай, начать нашу беседу хочется с вопроса, который волнует многих людей, имеющих хоть какое-то отношение к Крыму.*

*Скажи, пожалуйста, насколько лучше или, может быть, хуже стало жителям полуострова после его "нелигитимного" (по мнению властей и некоторой части населения Украины и Запада) возвращения в лоно России?*

*- Спасибо, Геннадий, за приглашение к разговору, за интерес к моей точке зрения, но мне не хотелось бы обсуждать этот, в общем-то, политический вопрос о жизни в Крыму.*

На мой взгляд, это не имеет смысла, поэтому отвечу коротко и с точки зрения обывателя. Во всех гос. учреждениях уже три года постоянные очереди и нервотрёпка. Денег стало у людей немного больше, но жизнь в новых условиях оказалась дороже. Цены почти на всё резко «подросли», стали такими же, как в Москве, а зарплаты у работающих почти на том же уровне, что и до 2014 года. А самое неприятное и неожиданное, что и средняя зарплата, и пенсия старшего поколения оказалась ниже, чем в целом по России. Многие пенсионеры не ожидали такого непредвиденного изменения, поэтому просто тихо плачут. Впрочем, и по всей России, насколько я знаю, сложилась не особо радужная картина...

- Да, это уже стало общим местом... Уповать большинству пожилых людей приходится лишь на помощь родных, да на свои огородики, если они есть, конечно...

С некоторых пор ты общаешься не только с местными жителями, но и, благодаря интернету, с теми, кто живёт за пределами России. Здоровье людей, в целом, стало хуже или лучше? Где больше всего людей, имеющих проблемы с позвоночником, ведь именно он, мне кажется, является самой важной частью скелета?



- В ответ приведу известную уже многим статистику. Более половины жителей Земли имеют проблемы с опорно-двигательным аппаратом (ОДА), они знакомы с болью в спине, и эта боль часто является сигналом о наличии у человека хронического диагноза, даже инвалидности. Это уже не стало редкостью после сорока прожитых человеком лет даже в развитых, как мы говорим, странах Запада.

Не удержусь и напомним в связи с этим образчик «чёрного юмора»: «Если ты проснулся утром, и у тебя ничего не болит, значит, ты умер!».

- *Хм, смешно, если б не было так грустно. А вот твоё умение лечить даже лежащих больных, ставить их на ноги в прямом смысле этого слова, как-то облегчает общую неутешительную ситуацию? Ведь ты, в какой-то степени, являешься конкурентом тех крымских здравниц, которые обещают чуть ли не манну небесную, а на самом деле беззастенчиво обирают людей, лишь временно облегчая их многолетние страдания, и тем самым по-хитрому вынуждая их вновь и вновь приезжать в Крым на последние и даже взятые в долг деньги, надеясь на квалифицированную помощь...*

- Мой девиз сразу после окончания института: "Больных хватит всем". Мне уже тогда было понятно, что каждому врачу – свой пациент и всякому больному – соответственно свой врач.

Я в своей лечебной практике, длящейся более 30 лет, предпочитаю только самые сложные случаи. С моими коллегами сегодня мы не конкуренты. Меня также предполагаемое рабочее место в каком-либо престижном медицинском центре не интересует. Я помогаю людям по скайпу даже с пляжа. И вообще работать, сидя не только дома или в учреждении, а, например, в кафе или ресторане, и из любой точки мира – это сегодня настоящая свобода и высший пилотаж в профессии.

- *Здорово! Мир серьёзно изменился, благодаря новым технологиям. К сожалению только, люди не перестают болеть...*

*Хотелось бы знать, ведёшь ли учёт, скольким людям ты оказал за три десятилетия реальную помощь? Продлил ли им жизнь, научил ли бороться с недугами? Или это трудно поддаётся подсчёту?..*

*И тут же другой вопрос: как изменилась их жизнь после общения с тобой, обращаются ли они к другим эскулапам за дополнительной консультацией?..*

- Последние три года, владея различными способами и техниками работы с телом (основная из них – это исцеление методом «Волшебные приседания»), обучаю и лечу дистанционно, по Интернету, поэтому такой учёт веду. Особо отмечаю тех, кто живёт в экологически неблагоприятных местах. Для них нужен особый подход.

- *Однозначно следует учитывать многие факторы, не только конкретное состояние пациента, но и условия его существования, питания...*

- Сложность ещё в том, что, находясь в инете, народ, чаще всего, просто словам не верит. Надо как-то доказывать, что я не обманываю больных, поэтому знакомлю новичков с подобными случаями у других пациентов, предоставляю, с их разрешения контакты. Пусть они пообщаются и всё, что нужно узнают, как говорится, из первых уст.

Со всеми остальными, кого вылечил за тридцать лет, с удовольствием встречаюсь, откликаюсь на их просьбы и предложения. Мы сохраняем дружеские отношения, но мои пациенты продолжают стареть и болеть. У них уже появляются другие, возрастные диагнозы и, конечно, они обращаются по поводу своих недугов к тем специалистам, которым доверяют и которые, самое главное, недалеко живут.

К сожалению, от всех болезней на будущее не застрахуешься. Однако всё больше доверяющих мне, тех, кто просит помочь. Я моим «инетным» пациентам оказываю помощь эксклюзивно.

*- Твой девиз, а точнее констатация "Больных хватит всем" (имея в виду врачам, прежде всего), наводит на горестное размышление: "А не создаётся ли искусственное торможение призыву обратить внимание на профилактику здорового образа жизни? То есть, зачем пропагандировать умеренные физические упражнения, правильное питание, если люди по-прежнему хотят пить наркотические жидкости, разлитые в красивые бутылки и ждущие своих потребителей на самых видных местах в супермаркетах и других магазинах. Масса людей продолжает курить табак, а это тоже наркотики, отмечать праздники с алкоголем и обжорством яствами, а потом страдать от отравления, болей по всему организму?..*

*По мнению правительств многих стран и мафиозных структур человек должен, «вкалывая», лишь доживать до пенсионного возраста, а потом он, став "дармоедом", уже не нужен как рабсила...*

- О том, что больных хватит всем, я говорил коллегам ещё в 1986-ом году. Тогда я был ещё студентом, и мои товарищи мне не поверили. Сегодня, я думаю, у них другое мнение, ведь люди болели, болеют и будут болеть всегда – таков, на мой взгляд, закон природы. Болезнь и страдание даются за непонимание, ради чего ты рождён. И этот путь каждый проходит. В своём большинстве вся проводимая нынче профилактика правильного образа жизни ни к чему не приводит. Чехов писал, что все мы учились чистить зубы и закаляться (не помню дословно), но всё равно болеем! Ни в физкультуре, ни в медицине нет полного понимания, почему люди болеют, и нет до сих пор комплексных рекомендаций и практики, что с этим делать. То, что происходит с жизнью людей, называется образно: «Латание дыр»!

*- Но ведь так много разных рекомендаций, опыта собственного здорового образа жизни в книгах, кино, в интернете, наконец...*

- Да, всего полно, но люди, как поступали, так и будут поступать, следуя лишь своим жизненным ценностям и своему выбору. Часто ведь от ребёнка слышим: «Я сам!». А от чуть повзрослевших дополнительно: «Со мной так нельзя!..»

В то же время мы повсеместно становимся обществом потребителей.

*- И власть с нами обходится так, как ей выгодно, навязывая нам примитивный, потребительский образ жизни.*

- С властью я не пересекаюсь, лишь иногда лечу её представителей. Для людей власти я как из космоса... Ведь они не представляют, как можно вправить вывихнутое плечо или грыжу позвоночника по скайпу, что в принципе такое возможно. Не понимают, как действовать. Эти люди из прошлого века.

*- Ведёшь ли учёт тех, кто проживает в экологически неблагоприятных регионах? Выявляешь ли причинно-следственную связь заболевания с постоянным воздействием на организм пациента загрязнённого воздуха от магистралей или заводов, от низкокачественной воды, которую пьют люди в большинстве регионов страны? И что*

*советуешь, кроме переезда? Можешь ли ты реально им облегчить физическое состояние посредством своего метода «Волшебные приседания»?*

- Я помогаю теперь по всему Земному шару. Вот из Лондона сообщают о «плохой экологии» и проблемах в связи с этой ситуацией. Ещё лет двадцать назад я мог перечислить и сказать, в каком регионе и от чего болеют. Чаще всего виновата вода, как тогда думал.

В настоящее время пришёл к выводу, что жить и работать надо там, где родился. От переезда появляются другие болезни. Бывает, что-то давно хроническое пройдёт, но человек всё равно болеть будет. Раньше по себе замечал, как меняется самочувствие при перемещении даже на относительно небольшие расстояния. Особенно это заметно, когда попадаешь в условия высокогорья, но организм и там адаптируется, только для этого нужно больше времени.

*- Ты ведь тоже не сидел безвылазно в Крыму. Побывал в разных странах, городах. На себе испытал воздействие климата, других продуктов питания...*

- Да это так. Например, чувствовал по себе, как проявляется действие радиации, когда приезжал в Гомель. Я работал там несколько лет после аварии в Чернобыле, и мне было не по себе. Хвори одолевали. Испытал воздействие на своё здоровье в других местах. Убедился, что жизнь в крупных городах, типа Москвы, всегда неблагоприятна для здоровья. Редко кто в них доживает до преклонных лет...

*- Что же ты предлагаешь, чтобы хотя бы облегчить боль на различных стадиях заболеваний?*

- Знакомлюсь сначала с человеком, его образом жизни. То есть всё то, что делается в обычном кабинете участкового врача. Далее конкретные вопросы по проблеме.

Для тех, у кого беда с позвоночником, советую действовать не только по моей методике «Волшебные приседания» В арсенале, например, «ТИВРО - техника использования внутренних резервов организма», предлагаю воспользоваться для снятия болей «Ваннами по Залманову». Применяю такие методики как йодотерапия, психотерапия, гомеопатия, краниосакральная терапия и многое другое...

Цель: помочь в лечении, довести пациента до выздоровления. На время даже становлюсь домашним врачом, и помогаю без перемещения пережить обострения...

Другая цель: изменить осанку, походку. Это уже из области качества здоровья, жизни. Учу умению справляться с любыми стрессами самостоятельно.

Чтобы понять, для чего ты рождён, надо познать своё тело. Тогда мир увидится по-другому.

*- В коротком интервью всё не рассказать. Может быть, людям где-то дополнительно можно познакомиться с твоими наработками?*

- Есть смысл зайти на мой, пока временно неработающий сайт «[dr-gluhov.ru](http://dr-gluhov.ru)», но имеющий много нужной информации, и почитать книги авторов и моих учителей, там всё по плану и самое ценное.

Что называется – в полный стакан ведро воды не нальёшь и поэтому для многих то, что говорю и пишу, так и останется непонятым. Их жизненный опыт и сознание не позволяют усвоить информацию для своей пользы, она отвергается... Поэтому особо отмечу: у меня лечатся именно мои пациенты! Они уже прошли свой путь и готовы к новому, потому что не потеряли надежду стать здоровым. Они ищут!!

*- Не кажется ли тебе, Николай, что твоя мысль "Ради чего ты рождён?" – из области философии. Люди по большей части просто живут, удовлетворяя лишь свои витальные потребности. До идеальных потребностей дорастают считанные единицы, которые и становятся двигателями прогресса, первооткрывателями, и мы их называем гениями, но даже и они, ты правильно заметил, не понимают до конца, как функционирует их сложный "механизм" - человеческий организм. Мало кто понимает, что не органы чувств – главные стражи здоровья, а сам остов, скелет и его основная часть – позвоночный столб...*

- Начну с окончания вопроса. Человек может поднять голову и выпрямить спину для того, чтобы все органы чувств и все двигательные способности работали по-максимуму. По мере старения и нарастания болезней это всё притупляется и работает с очень низким КПД. Человек сгибается...

Я рассказываю об этом так: нам дали тело, как новенький мерседес ручной сборки, но мы поначалу даже не пользуемся его рулём, потому что он сам едет по заданному природой маршруту. Мы даже ещё и не знаем, что колёса надо было подкачать, а порой и накачать... Потом, по мере взросления, спохватываемся, суетимся, в «бензобак» заливаем отраву, к которой наш «мерседес» вовсе не готов...

В общем, тема затронута нами очень большая по объёму, и, чтобы разобраться в ней, что-то понять для себя и с пользой для других, нам потребуется, как минимум, двадцать часов общения по скайпу. Не все к этому готовы.

А в отношении образа жизни, ты прав, Геннадий. Абсолютное большинство просто живёт по инерции. Оно руководствуется инстинктом и опытом предшествующего поколения...

*- Продолжу мысль: ...Которое далеко не во всём правильно действует, как я убеждаюсь на примере и моих родителей, ведь они были очень зависимы от таблеток, уколов, не могли избавиться от вредных привычек, не умели справляться со стрессами. Очень жаль. Ушли в иной мир больными, перестав сопротивляться... Отцу-инвалиду войны было лишь 73 года и 80 лет маме – ветерану войны и труда, да и жили они в одном из самых загрязнённых городов страны – в Челябинске.*

*Если люди захотят обратиться к тебе после прочтения этого интервью, как они должны действовать, что должны сделать? Позвонить по какому-то номеру, попросить о помощи по факсу, электронной или обычной почте?*

*И ещё. Что ты должен знать, как доктор, кроме диагноза, кем-то поставленного, чтобы начать лечение, ибо помощь врача иначе как лечением трудно обозначить, не так ли? Как связаться с тем, кто может подтвердить эффективность лечения «по Николаю Глухову»?*

- Я могу дать нуждающемуся в лечении человеку контакты тех, кто был или является моим пациентом и пусть они общаются. Хотя на сайте опубликованы отзывы о лечении. Это отзывы реальных людей, даже инвалидов с самыми разными диагнозами. Это не та тайна, которая в народе именуется «врачебной»...

*- Итак, каков твой простой совет людям, испытывающим проблемы с позвоночником и желающим найти правильный путь к оздоровлению?*

- Наберите в любом браузере фразу «Методика Волшебные приседания». И вам откроется море информации. Или пишите «в личку» на ФБ: «Николай Глухов». Года полтора назад моя знакомая из Москвы набрала «Николай Глухов» и была потрясена тем, что ФБ выдал меня первым из тысяч Николаев Глуховых. А диагноз свой писать не надо. По ходу общения разберёмся. Кто лечит и помог, того диагноз и есть правильный!

Недавно я пять часов с небольшими перерывами вёл новую пациентку 60 лет, у которой жалобы на стопы и боль в пальцах. На втором часе я обнаружил у неё нарушение венозного оттока, на третьем удивил её известием, что у неё опущение матки, толстого кишечника и желудка. Она это знала, но то, что этот диагноз услышала от меня, не видевшего результатов клинического обследования, её убедило, что она имеет дело с профи!

У меня много работы не только с ней, но и с другими больными, поэтому в заключение нашего разговора предлагаю включить в программу «Экология и здоровье» мой авторский проект «К здоровому телу – методом «Волшебные приседания»:

<https://boomstarter.ru/projects/605696/129438>

<https://boomstarter.blob.core.windows.net/boomstarter/uploads/project/video/129438/video.mp4>

Здесь изложена нужная и доступная система восстановления здоровья, не имеющая аналогов в мире. К сожалению, видео выполнено непрофессионально, поэтому предлагаю сразу перейти к ссылке в конце материала. Там всё подано более подробно.

*- Спасибо, Николай Иванович Глухов, за интервью и методику. Желаю здоровья тебе и твоим пациентам. Побольше бы таких, как ты, и тогда, я уверен, мир будет интересней, а люди здоровее. Успехов!*

**Интервью вёл Геннадий Мингазов.**

## **Заключение**

В отчёте, не уделено внимание обратной связи. Случилось это по объективным причинам. Ведь чтобы понять, как изменилась экологическая ситуация, что изменилось в образе жизни и поведении людей, которые получили экологическую информацию от координаторов и участников программы «Экология и здоровье», необходимы дополнительные исследования и социологические опросы, проведение которых будем планировать при наличии такой возможности.



Предстоит интересная работа, которая, в какой-то степени, сможет послужить подспорьем и для органов власти в центре и на местах, если там, конечно, будет к ним проявлен практический интерес...

**Руководитель программы РСоЭС «Экология и здоровье» Геннадий Мингазов,  
gmingazov@yandex.ru  
www.rusecounion.ru**

**31.01.2018 г.**