

Ескерту: мұндағы әрбір ем ақпараттық негізде жасалған.  
Жауапкершілікті өздеріңіз аласыздар!

## 4R программа бойынша емдеу протоколы

### 1. **Remove** - алып тастау

Патогенді микрофлора мен қабыну процесін тудыратын факторларды анықтау және алып тастау (ауруына байланысты дұрыс диета таңдау, физиологиялық күштеме, стрессті шегеру)

### 2. **Replace** - орнын алмастыру. Бұл этапта ақазан ішек жолдарының жұмысын жақсарту мақсатында орнын толтыру (асқазан қышқылдығын қалыпқа келтіру, өт қышқылдары мен асқорыту ферменттерін қалыпқа келтіру).

### 3. **Reinoculate** – орнын толтыру. БАД және дұрыс тағаммен орнын алмастыру. Яғни құрамы пробиотиктерге бай және микрофлораның қоректенуіне қажет пребиотик пен метобиоткке толтыру.

### 4. **Repair** - емдеу. Жіңішке ішектің шырышты қабатын емдік мақсатта қолданатын тағаммен толықтыру.

## Ем протокол по 4 R әдістемесі

Алдымен минимум 2 аптадай не 1 айдай (Gap ауруыңызға қарай) диета ұстаймыз, содан кейін емге көшеміз.

СИБР не дырявий кишечник, СРК болса да , мына протокол сізге.

1 пленкаға қарсы

Пленкаға қарсы препараттарды емді бастамас бұрын бастау қажет және ем жасағанда жалғастыру қажет.

Пленкаға қарсы препараттар мыналар:

Вобэнзим мегазим;

Энтерол (аптекалық өнімдер);

Enzyme defense;

Biofilm Defense;

Laktoferin with colostrums;

Сахаромицеты буллорди (lherb сайтында).

## Мысалы ретінде:



А) Вобэнзим № 40 пленкаға қарсы препарат, аптекалық. 2 таблеткадан 3 рет, 30 минут тамаққа дейін. Курс - 2 апта.

Б) Энтерол аптека/ айхерб сахаромитет буллорди 1 капсула. 1-2 рет. Курс 14 күн.

**Есте сақтау:** 1 препараттан бастап, дозасын көбейту арқылы жалғастыру.

Бұл этапта детоксикацияны күшейту (сорбент, су көп ішу, НАС қолдану, өт айдайтын препараттар)

Сорбенттен Энтеросгель не Зостерин ультра.

Энтеросгель 1 үлкен қасықтан 2 мезгіл. Курс 10 күн (үлкен дәрет қаттылау болуы мүмкін, шошымаңыз уақытша болады)

Өт айдау (өт тас ) ауруы бар адамға қарсы көрсетілген

1	Креон 10.000 ЕД немесе айхерб дигест энзимедика дәрісі	1 капсула 3рет	1 ай
2	Урсосан (аптека) не Турциядан Урсоактив өте жақсы әсер береді	1 капсула ұйықтар алдында	2 ай
4	Хофитол	2 таблеткадан 3 рет 20 минут тамаққа дейін	2-3 апта
6	Лецитин	1 ст.ложка 1 рет ашқарында	Курс 2 ай

**Ескерту:** дәрілерді бір-бірден бастаймыз. Дозировкасын берілген схемадан азайтып.

Кальций, магний, темір препараттарды протокол барысында қолдануға болмайды.

2 аптадан кейін антимикробты дәрілер қосылады + өт препараттары жалғаса береді.

- Кора муравьиного дерева өте абай болу қажет.
- Берберин
- Полынь
- Экстракт грейпфрутовых косточек
- Лист оливы
- Цетрария
- Толокнянка
- Пижма
- Черный орех

Мысалы:

А) NutriBiotic, Жидкий концентрат GSE, с экстрактом семян грейпфрута 10 тамшыдан 200 мл суға араластырып 2 рет тамақпен бірге ішеміз. Курс 14 күн (айхерб).

**Мысалы:**

**А) NutriBiotic**, Жидкий концентрат GSE, с экстрактом семян грейпфрута 10 тамшыдан 200 мл суға араластырып 2 рет тамақпен бірге ішеміз. Курс 14 күн (айхерб).



немесе

**Б) Пиобактериофаг** ( аптека) 1 флаконды екіге бөліп тамақтан кейін. Курс 10 күн.



**B) Renew life Para smart** (айхерб) басында 1 таб бастап ары қарай көбейту, инструкция бойынша. Курс 15 күн.

**Ескерту:** аптекада аналогы жоқ препарат, өте күшті.

**Егер запор болған жағдайда өте күшті әсер етеді.**

### **3. Reinoculete** - орын толтыру.

Антимикробты терапиядан кейін, соңғы аптасында қоса бастаймыз.

Ішектің микрофлорасын қалыптастыру үшін метабиотик қажет.

Метабиотик дегеніміз не?

Бактериялардың ортасынан алынған метаболитті ферментативті орта, бірақ бактериясыз.

Метобиотик препараттар:

- Хилак форте, дайго;
- Актофлор С;
- Квашенные продукты (квашенная капуста, кимчи, моченые яблоки).

**Мысалы Хилак форте қосуға болады 40 тамшыдан 3 рет.**





#### 4. Келесі этап Repair - емдеу

Ең соңында қолданамыз:

1. Глютамин (5-10 гр күндіз қолдану)
2. Деглицирленген солодка
3. Алоэ полисахариді
4. Подорожник
5. Чага и танины
6. Закофальк
7. Цинк карнозин ішекті емдеуге өте қажет.
8. Метильсульфоний
9. MSM
10. Винилин
11. Облепиховое масло
12. Таннат желатина
13. Слизи (кора вяза, алтей, лен)
14. Пектиндер
15. Ребагит (аптека) дәрілік заттар
16. Энтеросан дәрілік заттар.

Мысалы маған ұнайтын айхербте, Renew life Intestinew (тек дәмі жағымсыздау) 1 өзінің өлшемдік қасығынан аш қарынға таңертең 1-3 ай ішу керек, бірақ ең мықтысы осы. Аптекада ішек қалыптастыруға жақсы препарат таппадым.



Цинк корназин өте жақсы ішекті қалыпқа келтіреді 2 капсула 14 күн ашқарынға ішу керек.



**Осымен ем бітті. Жағдайыңыз  
жақсаратынына сенімдімін!**