



Н. М. Жинкова



ЗАПИСКИ ОТОРИНОЛАРИНГОЛОГА – ФОНИАТРА

*Многолетний опыт применения
нелекарственных
лечебно-профилактических средств
компании «Фитолон»
для профилактики
и лечения ЛОР-заболеваний*



Нордмедиздат

Санкт-Петербург

2008



УДК 615.874.25
ББК 56.8 Ж 66

Автор - Жинкова Надежда Михайловна, врач высшей категории, стаж практической работы 32 года, в том числе в поликлинике № 40 для творческих работников 23 года.

Жинкова Н.М. – автор 2-х изобретений и ряда научных статей о применении натуральных биологически активных веществ из отечественного растительного сырья для профилактики и в комплексном лечении ЛОР-заболеваний.

Публикация представляет интерес для врачей различных специальностей: оториноларингологов-фониатров, терапевтов, врачей общей практики, стоматологов (челюстно-лицевая хирургия, терапевтическая стоматология), семейных врачей, а также для широкого круга читателей, заинтересованных в улучшении качества жизни и сохранении своего здоровья.



Мое знакомство с продукцией компании «ФИТОЛОН»

Более 15 лет назад на одной из научных конференций я познакомилась с Некрасовой Валерией Борисовной - научным сотрудником Ленинградской лесотехнической академии им. С. М. Кирова (теперь СПб. Государственная лесотехническая академия, ЛТА). Она заинтересовала меня рассказом об уникальном человеке - своем учителе, профессоре ЛТА Федоре Тимофеевиче Солодке, основоположнике лесобиохимии. От В. Б. Некрасовой я узнала об уникальных свойствах биологически активных веществ хвои. Знания о целебном действии хвойных продуктов основаны на многовековом опыте поколений и на глубоких научных исследованиях, проведенных в ЛТА под руководством Ф. Т. Солодкаго в проблемной лаборатории, которая так и называлась: «живых элементов дерева». Последователи Федора Тимофеевича продолжают дело своего учителя, изучают полезные свойства не только хвои, но и других целебных растений.

От Валерии Борисовны я впервые узнала о продукции из хвои сосны и ели и пищевой бурой водоросли ламинарии, необходимой для укрепления здоровья человека и производимой в научно-производственной фирме (НПФ) «Фитолон». Важно, что вся продукция была апробирована в отечественных медицинских центрах, таких как НИИ онкологии им. проф. Н. Н. Петрова, НИИ гриппа РАМН, НИИ радиационной гигиены и других ведущих научно-медицинских центрах России.

Меня заинтересовали яркий рассказ Валерии Борисовны и примеры использования созданных в НПФ «Фитолон» средств. Будучи человеком любознательным, я решила проверить, так ли уж эффективны лечебно-профилактические средства, разработанные научным отделом НПФ «Фитолон» под руководством В. Б. Некрасовой.

Случай представился быстро. У меня наблюдалась пациентка М., 35 лет, с хроническим гайморитом и выраженным обострением пародонтоза. Ее лечение было затруднено в связи с тем, что многие препараты, как местные, так и общие, у нее вызывали аллергическую реакцию. Вследствие пародонтоза питание ее было ограничено, иммунитет снижен. Традиционные методы лечения, в том числе у пародонтологов, были неэффективны. Помог ей препарат «Фитолон». Для меня стало совершенной неожиданностью, что М. появилась раньше назначенного срока и поделилась своей радостью: наступил резкий перелом в затяжной болезни. Осмотрев М., я убедилась, что воспалительный процесс десен действительно прекратился. Особенно поразило меня то, что с момента нашей предыдущей встречи прошли всего сутки!

С тех пор продукцию НПФ «Фитолон» я сама применяю более 15 лет и назначаю ее своим пациентам для профилактики и в комплексном лечении ЛОР-заболеваний. Эта натуральная продукция из отечественного растительного сырья оказалась чрезвычайно эффективной. Часть продукции я использую и местно, и per os. Это касается биологически активных добавок к пище (БАД) – иммуностимуляторов и антиоксидантов.

О роли биологически активных добавок к пище (БАД)

БАД появились в России сравнительно недавно – в конце прошлого столетия. По законодательству они относятся к пищевым продуктам (Закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов, 29-ФЗ от января 2000 г). Сегодня Роспотребнадзором зарегистрировано и обращается на нашем фармацевтическом рынке более 6000 различных БАД. Это свидетельствует о том, что началось бурное развитие фармаконутрициологии, вновь широко используется фитотерапия и гомеопатия, старые дисциплины наполняются новым содержанием.

В наше экологически неблагоприятное время, в условиях увеличения количества побочных явлений при употреблении антибиотиков, токсичных химиопрепаратов, роста аллергии, выраженного снижения иммунитета требуется расширенный подход к выбору эффективных методов лечения и профилактики. Врачи разных специальностей должны идти в ногу со временем, учитывать тот большой интерес, который проявляют к БАД их пациенты, и грамотно использовать БАД в своей практике.

Мы не умаляем достоинств эффективных лекарственных препаратов, но к настоящему времени натуральные природные вещества вновь привлекли внимание ученых и врачей, благодаря своей безвредности, а в ряде случаев и высокой эффективности. Являясь концентратами жизненно необходимых веществ, БАД восполняют дефицит овощей и фруктов, витаминов, других микронутриентов в питании. То, что БАД не являются лекарствами, не имеют побочных действий, выгодно отличает их от фармацевтических препаратов. Давайте не разрушать связь с Природой!

К сожалению, чаще всего россияне узнают про БАДы по агрессивной рекламе, представляющей очередную панацею, или по назойливым дистрибьюторам, предлагающим «чудо продукты». Огромное количество БАД, произведенных из экзотических животных и растений, содержащих малоизученные компоненты, даже гормоны и наркотические вещества, заполнили аптеки. Нарушены основополагающие правила отечественной медицины: серьезная доклиническая и клиническая апробация этого класса продуктов. Бесконтрольное использование таких БАД может привести к негативным последствиям для здоровья россиян.

Преимущества БАД компании «Фитолон»

В отличие от встречающейся порочной практики, научный отдел НПФ «Фитолон» свято соблюдает традиции отечественной науки: субстанции и продукция проходят этапы доклинических, а затем клинических испытаний. К чести производителя, подробно исследуется состав БАД и осуществляется контроль их качества.

Важен концептуальный подход компании «Фитолон» к созданию своей продукции: использование натурального растительного сырья из отечественной экологической ниши; сохранение природных комплексов в нативном состоянии за счет применения мягких технологий; исключение синтетических красителей, ароматизаторов, консервантов; обратная связь с научными медицинскими центрами Санкт-Петербурга и других регионов России. Такая продукция выгодно отличается от многих других БАД безвредностью и высокой эффективностью и вызывает доверие у врачей и пациентов.

Перечень продукции, применяемой для профилактики и лечения ЛОР-заболеваний

С 1995 года и по настоящее время мы активно применяем продукцию, представленную в таблице.

Таблица
Лечебно-профилактическая продукция для профилактики
и комплексного лечения ЛОР и сопутствующих заболеваний

Наименование продукта	Групповой состав	Способ применения
Лесмин - хвойные таблетки	Липидный концентрат хвои сосны и ели, МКЦ, крахмал	Внутрь
Альгиклам, таблетки	Липидный концентрат ламинарии, альгинат кальция, МКЦ, крахмал	Внутрь
Фитолон, таблетки и капсулы	Медные производные хлорофилла в липидном комплексе из хвои или ламинарии, МКЦ, крахмал	Внутрь
Фитолон, масло	Масляный раствор медных производных хлорофилла в липидном комплексе из хвои или ламинарии	Местно
Фитолон, сироп	Производные хлорофилла из хвои, экстракт душицы и мяты, сахар (для диабетиков фруктоза)	Внутрь
Фитолон, капли*	Спирто-водный раствор медных производных хлорофилла в липидном комплексе из хвои или ламинарии	Внутрь и местно

**При отсутствии в аптеках фитолона (капли), в домашних условиях можно применить фитолон-масло путем разведения его спиртом 1 : 1.*

ЛОР-заболевания как следствие ослабления иммунитета

Еще древние говорили: «Болезнь легче предупредить, чем лечить», поэтому в работе ЛОР-врача профилактике заболеваний отводится важнейшее место.

Частота и длительность заболевания ЛОР-органов зависят от общего состояния организма и тесно связаны с состоянием иммунной системы. По степени проявления и частоте ЛОР-заболеваний в течение года можно сделать выводы о здоровье человека и о состоянии его иммунной системы. Некоторые виды хронических заболеваний (тон-

зиллиты, синуситы, фарингиты и другие), в свою очередь, снижают иммунитет, вызывают заболевания сердечно-сосудистой системы, суставов, почек и т.д.

Необходимо отметить тесную связь заболеваний ЛОР-органов с факторами внешней среды. Ухудшение экологической обстановки в регионе отрицательно влияет на состояние слизистых, в первую очередь, носоглотки, а также гортани и трахеи. Снижение местных защитных сил, изменение микрофлоры приводят к возникновению хронических заболеваний. Для защиты организма от неблагоприятных факторов окружающей среды необходимо применять иммуностимуляторы и антиоксиданты, такие как Фитолон (спиртовые капли, масляный раствор, таблетки, сироп), Альгиклам и Лесмин.

Приходится учитывать фониатрический профиль поликлиники № 40, связанный с особым контингентом больных. В основном на прием приходят артисты, певцы, экскурсоводы, администраторы. Потеря голоса, как правило, является следствием перенапряжения голосовых связок из-за работы в больном состоянии или на фоне астенизации после перенесенной ОРВИ.

При снижении тонуса голосового аппарата (гипотония мышц гортани) для его нормализации мы назначаем Фитолон, капли, что позволяет нормализовать тонус голосовых связок и восстановить певческий и речевой голос. При этом нормализуется уровень гемоглобина в крови и снимается астенический синдром – повышается работоспособность. Внутрь назначается Лесмин, Альгиклам, Фитолон (капли).

Несколько примеров. Больной А., 43-х лет, солист Малого оперного театра им. Мусоргского обратился с жалобами на осиплость голоса и общую слабость (снижение жизненного тонуса, астению после перенесенной ОРВИ неделю назад). При осмотре выявлено: умеренные катаральные явления со стороны носа, глотки, трахеи; связки с пастозностью краев, тонус их снижен (смыкание неплотное, голос осиплый). Назначено лечение: Фитолон (капли) внутрь по 20 капель 2 раза в день в течение 10 дней; Лесмин – 2 таблетки 2 раза в день – 20 дней; полоскание Фитолоном (1/2 чайной ложки на полстакана воды – 2 раза в день в течение 7 дней; вливание в гортань масляного раствора Фитолон – 7 дней и лидаза. Через 5 дней голос восстановился, тонус связок нормализовался, воспалительные явления со стороны глотки и трахеи прошли.

Пациент Б., 39 лет, артист детского музыкального театра «Сказки на Неве» в период новогодних праздников имел повышенную голосо-

вую нагрузку (2 – 3 спектакля ежедневно), вследствие чего голос к концу дня садился, а иногда исчезал. Было назначено аналогичное лечение. В результате комплексного лечения голос стал выдерживать многочасовые перегрузки.

Если учесть, что мною назначается подобная комплексная схема лечения практически каждому пятому пациенту из 20 – 25 человек в течение 1 приема, то за прошедшие годы количество излеченных пациентов исчисляется тысячами. В связи с перегрузками (в том числе нервными) и неблагоприятной экологией, приводящим к нарушению иммунитета, потребность в таком лечении ежегодно возрастает. За многолетнюю практику применения этой продукции мы не наблюдали ни одного случая аллергии.

При многократных случаях обострения хронического тонзиллита у пациентов различных возрастных групп (от 5 до 70 лет), проводили промывание лакун миндалин раствором Фитолон. При этом наблюдается противоотечный и противовоспалительный эффект со стороны миндалин: лакуны сокращаются, гиперемия слизистой миндалин становится меньше. Выявлено, что применение Фитолон на турундах при воспалениях наружного и среднего уха оказывает быстрое обезболивающее действие.

Ниже приведен пример значительного уменьшения частоты рецидивов и сокращения сроков обострения заболеваний при применении Лесмина внутрь, а Фитолон внутрь и местно.

Пациентка К., 63-х лет, журналистка, часто болеющая простудными заболеваниями, состоит на диспансерном учете с 2002 года с диагнозом: двусторонняя сенсоневральная тугоухость, вазомоторный ринит. При каждом очередном простудном заболевании у нее ухудшался слух вследствие присоединения евстахеита. Восстановление слуха затягивалось до 3-х – 4-х недель, несмотря на общепринятые методы интенсивного лечения. В 2005 году для повышения иммунитета ей был назначен Фитолон-капли и Лесмин согласно инструкции. В результате носовое дыхание нормализовалось, явления обострения вазомоторного ринита проходили, сроки ремиссии возрастали (частота заболевания с 5 раз в год сократилась до 2-х раз). На наш взгляд, ремиссия наступала в результате стабилизации кровяного давления и нормализации вегетативной нервной системы, что крайне важно при нейровегетативной форме вазомоторного ринита. В течение последующих лет (2005 – 2007 гг.) К., благодаря профилактическому применению

Фитолон и Лесмина не болеет простудными заболеваниями, что позволяет ей активно заниматься журналистской работой.

Значительное уменьшение частоты рецидивов и сокращение сроков обострения заболеваний при применении Лесмина - внутрь, Фитолон - внутрь и местно, наблюдаем и у других пациентов.

Пациентка Ч., 35 лет, актриса, болевшая с детства хроническим заболеванием уха и вазомоторным ринитом около 20 лет страдала обострениями, которые протекали долго, до 2-х недель и более, с частотой 2 – 3 раза в год. Для повышения иммунитета ей были назначены: Фитолон-капли – наружно и внутрь и Лесмин внутрь. В результате за последние 3 года у пациентки было всего одно обострение на фоне ОРВИ, при лечении которого применяли турунды с Фитолоном (капли) в ухо 2 раза в день на 1 час в сочетании с 1%-м раствором диоксида в нос и ухо 2 раза в день в каплях. Срок лечения до полного выздоровления – 5 дней (без антибиотиков!).

Пациент К., 40 лет, состоящий на диспансерном учете в группе часто и длительно болеющих в течение 7 лет, 2 – 3 раза в год обращался с острым трахеитом после ОРВИ. Заболевание протекало, как правило, в течение 15 – 17 дней, что сопровождалось больничным листом. В комплексное лечение была включена антибиотикотерапия.

После применения 2 – 3 курсов Лесмина в год по 20 дней каждый, обращения с острым трахеитом сократились до 1, реже – 2 раз в год, притом лечение протекает без антибиотиков и без больничных листов. Выздоровление наступает через 5 – 7 дней. В лечении использовались также интраназальные вливания стрептомицина и масла Фитолон.

В условиях нашего холодного и влажного климата самыми распространенными являются заболевания верхних дыхательных путей, зачастую приводящие к хроническим заболеваниям носоглотки и гортани. При хронических процессах в гортани (часто субатрофического характера), в первую очередь страдает голосовая функция, беспокоит сухой кашель и першение в горле.

Нами отмечено быстрое восстановление голосовой функции, уменьшение сухости и снятие дискомфорта в гортани при применении масла Фитолон интраназально (вливания) и приема внутрь Альгиклама и капель Фитолон.

Больная С., 50 лет, диспетчер страховой компании (работа связана с напряжением голоса), обратилась с жалобами на першение в горле, периодическую охриплость голоса, вплоть до его исчезновения (до 3-х

месяцев). При осмотре выявлено: нос без особенностей; слизистая задней стенки глотки субатрофична, нормального цвета; миндалины за дужками без воспалительных явлений; связки серые, суховаты, в узловых точках слизь; при фонации смыкание неплотное, голос с сипотой. Назначено лечение: масло Фитолон – в нос и вливание в гортань, смазывание глотки – в течение 10 дней; внутрь Альгиклам – 30 дней по 2 таблетки 3 раза в день. При осмотре через 10 дней больная отметила уменьшение сухости и першения в горле, голос стал более чистым, устойчивым голосовому напряжению. Объективно: связки стали более блестящими, менее сухими, скопление макроты на связках уменьшилось.

При применении масла Фитолон в виде капель в нос, смазывания глотки, особенно при гранулезном фарингите с болевым синдромом и внутригортанном вливании, у пациентов отмечается смягчающий, обезболивающий эффект, уменьшение сухости и першения. Мокрота на связках не задерживается, не засыхает, легко отходит, а голосовая функция быстрее восстанавливается.

Одним из факторов риска, способствующих возникновению ЛОР-заболеваний, является дисбактериоз желудочно-кишечного тракта (ЖКТ), приводящий к развитию анемии и снижению иммунитета. Для нормализации работы ЖКТ следует применять симбиотик: лакто- и бифидум бактерии (пробиотик) в комплексе с пребиотиком – сиропом «Фитолон». Сироп обладает и другим достоинством – повышает уровень интерферона в крови, оказывает противомикробное и противовирусное действие. Сироп «Фитолон» целесообразно использовать в комплексном лечении, особенно после антибиотикотерапии, для восстановления нормальной и подавления патогенной микрофлоры кишечника.

От общего количества ЛОР-заболеваний 5–7% составляет наружный отит грибкового происхождения. У пациентов в ушах возникает зуд и ощущение влажности, иногда заболевание сопровождается ослаблением слуха. Заболевание может протекать в течение нескольких лет.

Для лечения грибкового отита мы применили промывание ушей раствором марганцевокислого калия ($KMnO_4$) и турунды с раствором Фитолон (спиртовый раствор) на 1 – 2 часа 2 раза в день, курс – 7 дней. Учитывая нарушение трофики кожи, ее мезерацию, и, как следствие, болевую реакцию, мы рекомендуем применять поочередно Фи-

толон-спиртовые капли (разведение 1 : 1) и Фитолон-масло – также 2 раза в день, курс – 7 дней. Возможно применение спирто-масляного раствора (1 : 1) без дополнительного разведения.

Применение Альгиклама в комплексном лечении ЛОР-заболеваний

С 1995 г. Альгиклам (Кламин + Кальций) активно применяется в комплексном лечении ЛОР-заболеваний, особенно при хронических процессах: хронических ларингитах (субатрофических и гипертрофических); хронических тонзиллитах (особенно субкомпенсированных формах); хронических полипозных риносинуситах; хронических субтрофических и атрофических ринофарингитах; хронических наружных отитах.

Применение Альгиклама в комплексных схемах связано с тем, что в 70% случаев у таких больных имеются сопутствующие заболевания, такие как сахарный диабет, хронические гастроэнтероколиты, хронический бронхит, гипертония и ишемическая болезнь сердца. Во всех указанных случаях применение Альгиклама благоприятно сказывается на результатах лечения, способствует улучшению состояния слизистой носа, глотки, гортани: уменьшается сухость, образование вязкой слизи, нередко в виде корочек в носовых ходах, а иногда на связках, что приводит к охриплости и даже исчезновению голоса. При хронических ларингитах фиброматозного характера, особенно у курильщиков, ухудшается голосовая функция. Улучшение и регрессия наступает с приемом Альгиклама. Важно, что можно обойтись консервативным лечением.

Эффективно назначение Альгиклама больным с предраковыми заболеваниями: хроническими ларингитами с лейкоплакией слизистой, гиперкератозом, пахидермией межчерепаховидного пространства.

У больных с хроническими тонзиллитами при применении Альгиклама наряду с местным лечением (промыванием лакун миндалин раствором Фитолон и другими препаратами) улучшается общее состояние и показатели ЭКГ, связанные с улучшением работы сердечной мышцы, а в связи с повышением иммунитета уменьшается частота рецидивов обострения хронического тонзиллита.

В последние 5 – 7 лет увеличилось количество больных с наружными отитами, нарушением трофики кожи, склонной к воспалению, нередко требующему стационарного лечения. Эти заболевания дают ре-

цидивы до 3-х раз в год. Для нормализации состояния кожи, в том числе и слуховых проходов, для повышения иммунитета Альгиклам назначают внутрь, а местно в уши – масляный раствор Фитолон на остаточных стадиях воспаления и для профилактики в период ремиссии. Методика: местно масляный раствор Фитолон 1 раз в день на турундах (курс - 10 дней) и Альгиклам по 2 таблетки 2 раза в день - 20 дней, курсы приема Альгиклама повторять 2 – 3 раза в год.

Несколько интересных наблюдений из практики. Больная М, 35 лет, наблюдалась с 2003 года в течение 3-х лет. Обратилась с жалобой на образование кровоточащей корочки в носу с одной стороны в течение 2,5 месяцев. При удалении корочки, она возникала вновь, что грозило перфорацией носовой перегородки на месте рецидивирующей корочки. При первичной риноскопии: слизистая носовых ходов розовая, сухая, особенно слева в области носовой перегородки в переднем отделе, где имеется эрозия слизистой на месте удаленной корочки. Сопутствующие заболевания: хронический гастрит, дискинезия желчевыводящих путей, в анамнезе - травма позвоночника. Проведено обследование у невролога, терапевта. Биохимия, клинический анализ крови, в том числе на сахар, в пределах нормы. В мазках из носа и глотки патогенной микрофлоры не выявлено.

Мною многократно проводилось общеукрепляющее лечение – витаминотерапия в инъекциях, местное лечение: мази, аппликации маслом облепихи, масло кедрового ореха местно и внутрь, увлажняющий спрей в нос. Но эффект от лечения был незначительный, корочка продолжала образовываться, а после снятия возникала вновь.

Эффективным оказалось лечение, назначенное в марте 2006 года, когда стали применять аппликации маслом Фитолон на 15 мин 2 раза в день в течение 20 дней, а внутрь - антиоксиданты, иммуностимуляторы, поливитаминно-фитонцидные комплексы Лесмин (2 таблетки 2 раза в день – 20 дней) и Альгиклам (1 таблетка 2 раза в день – 20 дней). После 2-недельного курса лечения образование корочки прекратилось, эрозия слизистой на месте корочки исчезла, осталась умеренная сухость в переднем отделе носовой перегородки. Жалоб больная практически не предъявляет. Была осмотрена 2 раза за период 2006 года, при последнем посещении в 2007 году – жалоб нет, слизистая носа - умеренно суховата. Объективно и субъективно рецидива заболевания нет. Пациентка забеременела, и никаких изменений со

стороны слизистой носа не наблюдается. Она проводит профилактические курсы вышеуказанными эффективными нелекарственными средствами 2 раза в год.

При обращении последующих больных с подобными жалобами (уже 7 человек в течение 2007 года), теперь уверенно назначаю проверенный способ лечения и наблюдаю положительный результат – в 100% случаев!

В 2008 г. известный артист (назовем его «Ш.») одного из Санкт-Петербургских театров с 30-летним стажем курильщика по 1 пачке в день, обратился по поводу 3-месячного дискомфорта в горле, гортани и возникшей в связи с этим депрессией. Ш испытывал ощущение ожога: «Как будто отсутствует слизистая оболочка».

Работа артиста связана с высокой голосовой нагрузкой, перенапряжением голосовых связок с превышением допустимой нормы. У больного Ш. начались проблемы с работой, поскольку голос быстро уставал или вовсе пропадал, усиливались боли в горле.

При осмотре выявлена сухость слизистой задней стенки глотки, покрытой вязкой, плохо отходящей слизью; закругленные, сухие, мутно-розовые, пастозные края связок; при санации остается щель до 2-х мм; голос с выраженной сипотой.

Больному Ш. назначено масло Фитолон – закапывать в нос 3 раза в день в течение 2-х недель и таблетки Лесмин – 30 дней по 2 таблетки 3 раза в день; ограничение курения в 2 раза. При этом в течение 2-х недель 1 раз в день проводили следующие процедуры: вливание в гортань масла Фитолон и смазывание им глотки.

Помимо этого были назначены 1 раз в день в течение 7 дней: антигистаминные препараты «Эриус», гранулят «Флуифорт»; физиопроцедуры – ультразвуковая терапия на связки и фибромассаж шеи № 7.

В результате комплексного курса лечения у Ш. через 7 дней уменьшилось чувство дискомфорта и ощущение ожога, а через 2 недели полностью восстановился голос и работоспособность. Объективные наблюдения: слизистая задней стенки глотки блестящая, без наличия слизи, с незначительной сухостью; связки серо-перламутрового цвета с острыми краями; при санации – удовлетворительное смыкание, голос звучный, чистый. Психологическое состояние и работоспособность Ш. полностью восстановлены, он «чувствует себя бодрым и здоровым».

За время использования лечебно-профилактических средств фирмы «Фитолон» я убедилась в эффективности этой продукции, наблюдала у пациентов положительную динамику в ходе лечения не только ЛОР, но и сопутствующих заболеваний.

Так, при регулярном приеме Фитолона в различных товарных формах (капли – наружно), Лесмина и Альгиклама внутрь 3 – 4 курса в год заметно повышается иммунитет, что проявляется в значительном снижении частоты простудных и других сопутствующих заболеваний, в сокращении сроков лечения.

Для меня очень ценным является возможность применения немедикаментозных средств, какими являются указанные продукты, и при ЛОР-заболеваниях, и в фониатрической практике.

Надеюсь, что мои многолетние практические наблюдения окажутся полезными для коллег и их пациентов. С заинтересованными людьми я всегда готова поделиться накопленным опытом.

Желаю всем здоровья и долголетия!

Н.М.Жинкова
2008 г.