**ПРОДУКТЫ, КОТОРЫЕ ВРЕДЯТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ**

Фрагмент интервью Огулова А.Т. с диетологом из Австралии Ангелиной Володиной

**Интервьюер:** Уважаемые господа! У нас в программе сегодня ведущий специалист по натуропатии, специалист из Австралии, который к нам достаточно редко приезжает, но, в общем-то, когда мы встречаемся, нам есть о чем всегда поговорить.

**Ангелина:** Это уж точно…

**Интервьюер:** Да, перед нами Ангелина Володина.

**Ангелина:** Ну, мне, во-первых, очень приятно, конечно, вот Ваше внимание, и то, что у меня есть возможность как-то рассказать о том, что я делаю. Дело в том, что перед отъездом в Австралию, где-то 23 года назад, я защитила диссертацию по немедикаментозным методам профилактики и лечения в педиатрии. И с этого, наверное, все и началось, хотя подготовка к работе велась 10 лет. И в результате этой работы мы и познакомились с Александром Тимофеевичем, потому что хотели сделать натуропатический факультет. Но пока не вышло, может, еще получится…

Особое внимание в работе – и в научной, и в последующей – мы уделяли питанию пациентов, в частности, беременных женщин и детей, которые в эксперименте проводились без единого химиопрепарата. С такими хорошими результатами, что пришлось защищаться, несмотря на то, что я была с 3-мя детьми, это было не так легко. Но мои научные руководители просто настоятельно предложили, потому что как так – ни одного медикамента, и такие хорошие результаты. Ни одной хронической патологии, ни у одного ребенка, практически.

**Интервьюер:** Была поддержка?

**Ангелина:** Была поддержка. И потом были научные исследования детей, беременных: до массажа, после массажа, людей, которые не поддерживали нашу диету и которые придерживались нашей диеты. То есть, показатели иммунитета были настолько лучше в экспериментальной группе, что мне, как участковому педиатру, не оставалось ничего, кроме как подобрать свои все возможности и защищаться.

 С тех пор прошло много лет, и я Вам хочу сказать, что злободневность этой темы, она сейчас только выше. Потому что вот буквально в последние годы я стала встречать в натуропатической литературе в Австралии, что надо питаться так, чтобы щелочные валентности присутствовали в 80% случаев, а в 20% случаев – кислые валентности. Я думаю: так мы это еще 25 лет назад, в общем-то, ну…

**Интервьюер:** Об этом говорили…

**Ангелина:** Об этом говорили, и доказывали, и боролись с творожными разгрузочными днями у беременных. Разъясняли, так сказать, почему аллергия к молоку – это аллергия №1 во всем мире. И поэтому беременных женщин нельзя разгружать творогом. Почему творог каждый день нельзя? Почему мясоеды болеют чаще, чем люди, которые реже едят мясо. Почему красные, рыжие, черные продукты надо есть осторожно, с оглядкой, и точно знать, что из них закисляет организм, что из них ощелачивает, понимаете? Поэтому вот сегодняшний наш разговор, он, я считаю, очень злободневен. Сегодня я вот смотрю вокруг, я тут редко бываю, но то, что я вижу: практически все увлечены питанием. Но питанием каким? Как похудеть, или как прыщи на лице убрать, или как поправиться. Да нет же, питание – совсем не это. Питание – это не то, сколько ты ешь, а насколько оно отвечает лично тебе.

Вот Вы, Александр Тимофеевич: к Вам пациент приходит, и Вы видите на столе человека, у которого печень на 5 см ниже реберной дуги. Как Вы с ним справляетесь?

**Интервьюер:** Ну, естественно, мы начинаем работать, а потом даем рекомендации.

**Ангелина:** По питанию?

**Интервьюер:** Обязательно.

**Ангелина:** Так я про это и говорю. Вот я здесь несколько недель, и что я увидела? Россия тонет в кофе, просто тонет, понимаете? У меня все мои друзья болеют кофейным синдромом. Я начинаю рассказывать, я говорю: Вы что, забыли? Мы 20 лет назад об этом громко, четко говорили. Ну, тут такая реклама, тут вот ну то… Кто ж на этой рекламе-то зарабатывает? Ребята, голова где? И вот кофейные циститы, кофейные маститы, кофейные артриты. И вот я, честно говоря, немножко подрасстроилась, поэтому и пришла к Александру Тимофеевичу: Что делать будем? Наверно, надо как-то выправлять ситуацию грамотными рекомендациями, потому что все как-то призабыли…

**Интервьюер:** Я думаю, что хорошо бы, наверное, нам договориться на какое-то время, чтобы было твое выступление, чтобы хоть какая-то информация была.