

ISSN 0869-267X

РУССКАЯ МЫСЛЬ



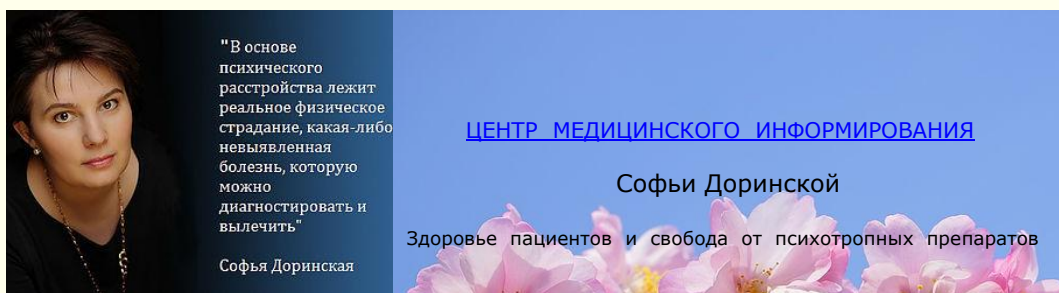
№ 1-12

Москва

«ОБЩЕСТВЕННАЯ ПОЛЬЗА»

2018

ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОГО ИНФОРМИРОВАНИЯ Софьи Доринской



Данный отчёт о динамике изменений в психоэмоциональном и физическом состоянии одной из клиенток Центра Медицинского Информирования Софьи Доринской при прохождении ей Теста Доринской на дефициты питательных веществ и приёме рекомендованной витаминно-минеральной схемы.

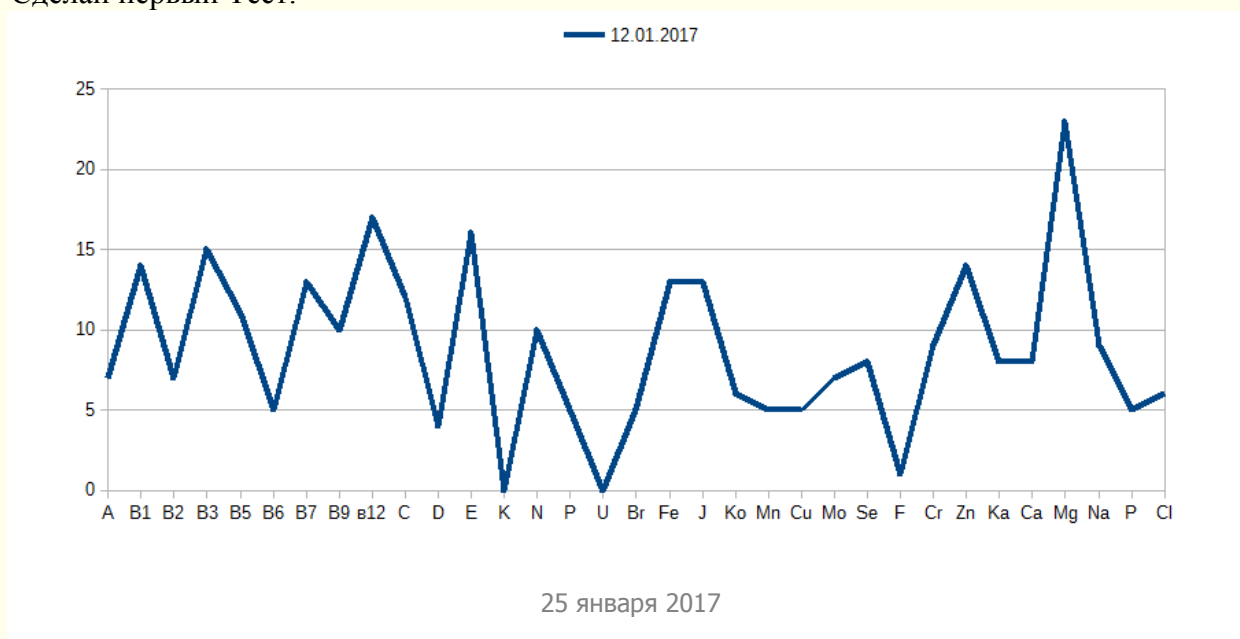
Текст составлен из отчётов клиентки, графиков устранения проявлений дефицитов питательных веществ по Тесту Доринской и данные медицинских обследований в процессе.

Текст клиентки – обычным шрифтом, положительные изменения - текстом с подчёркиванием, текст автора – жирным шрифтом.

Клиентка Д., 31 год, замужем, ребёнок 5 лет. Обратилась по совету знакомого психолога, которая была нашей клиенткой. На момент обращения психоактивных веществ не принимает.

Из первичного Теста «Принимала с апреля 2016 по октябрь 2016 г. Велаксин (начала с 0,5 капсулы 75 мг, затем 1,5 капсулы (75 мг), заканчивала снижением. Спитомин: по полтаблетки 3 раза в день. Убирала постепенно по схеме психиатра».

Сделан первый Тест.



Софья, добрый день. Софья, второй день я чувствую улучшение настроения и снижение уровня тревоги, правда пока все это незначительно, но уже очень вдохновляет)

31 января 2017

Волнообразная тревожность (причем волны в течение дня по нескольку раз) сказывается и на настроении, и на работоспособности.

Задан вопрос о режиме питания.

Ответ:

- Утро: творожок. Чай. Что-то сладкое. Перекус: протеиновый коктейль из творога.
- Обед: суп. Филе куриное и много салата из свеж овощей. Ужин мясо с гарниром и салатом. Чай со сладким не всегда
- Между приемами бывают фрукты

У Вас очень скудное питание! Вам нужно на утро есть яичницу с беконом, а не что-то сладкое. Сладкого по-меньше, белков по-больше. Больше мяса, жирной рыбы, яиц, сыра. Перед сном нужно съесть яйцо, например.

4 февраля 2017

Просыпаюсь голодная - это нормальное состояние, но потом накатывает тревога и из за нее у меня аппетит пропадает. Когда нет тревоги я ем как слон, пример - сегодняшнее утро, с удовольствием съела кашу манную, прилично сыра и миндаля. Ням ням. И диарея у меня тоже только при тревоге и волнении, в норм состоянии все отлично. Что скажете? Я думаю надо продолжать как есть по схеме пить терапевтической. Еще пересмотрела ваше видео где вы говорите акцентировать внимание на улучшениях, а не на том что осталось. Так вот: у меня почти ушли прыщи на лбу, кожа лучше стала.

6 февраля 2017

- И еще, Софья: я оочень очень боюсь сглазить, но у меня с пятницы намного меньше тревоги
- ну она есть, но реже
- и как бы не разгуливается до сильного напряжения
- Хотя, как мне было ужасно в четверг
- я вам писала...
- обычно я из такого состояния вылажу неделю
- а тут такие хорошие три дня

14 февраля 2017

Здравствуй, Софья. Следуя вашим рекомендациям решила я больше не идти на поводу у тревоги, как только подступает, я стараюсь переключиться на другое, больше экстравертироваться. Даже ПА не удалось теперь ко мне подступить) В общем ситуация такая: напряжение в теле бывает частое, скованность мышц, сердцебиение все ведет к тревоге, но я стараюсь не обращать на нее внимание и отвлекаться, тем самым она уходит. Перестала делать из своей проблемы катастрофу, просто живу дальше, пью витаминки. С желудком все вроде нормально

- Софья, хочу рассказать как начался невроз.

Лет с 18 я знала, что такое панические атаки, но они возникали и проходили, я забывала про них. Я конечно переживала, хотела понять почему, как-то даже с психологом занималась. Но это было редко и без сильных тревог. Тогда это бывало от стрессов или сильных потрясений. В этот раз ощущение, что заклинило и не отпускает и причин не вижу (все было хорошо, декрет, с ребенком дома, занималась в зале).

Летом 2015(тогда я активно занималась в зале с железом) у меня скакнуло давление после тренировки. Тонометра не было, но у меня мелькало в глазах, немели пальцы, голова не соображала и жутко болела еле уснула. На след день пошла к врачу. Обследовали меня вдоль и поперек сердце сосуды... еще месяц меня мучали головные боли. Плохо себя чувствовала и так к зиме меня придавило неврозом.

Зимой пошла заниматься опять, после очередной тренировки давление видимо снова поднялось и я уже жутко этого напугалась, вызвала врача, говорит всд.

К новому году мне сделали корпоративный заказ открыток и коробочек и нужно было выполнить в кратчайшие сроки, я несколько дней сидела над заказом. Начали пальцы неметь, в шее напряг появился.

Потом перед новым годом пошла ресницы наращивать и ПА случилась приличная, потому что там надо неподвижно с закрытыми глазами лежать 2 часа, меня это пугало (кстати ранее тоже была однажды ПА на наращивании ресниц). И в НГ праздники я пошла к неврологу с шеей. Уже какая-то замороченная. Ничего такого она мне не сказала. К 31 Января началась легкая (по сравнению с тем что было потом) тревожность, травки успокоительные пила. Потом в начале февраля на спорте опять давление поднялось, я запаниковала сильно (в первый раз я вообще была спокойна), вызвала врача, мне сказали вегето-сосудистая дистония. Кстати, во второй раз давление быстро вошло в норму и голова не болела, все прошло быстро (по сравнению с первым разом, когда голова жутко болела и пальцы немели).

С тех пор тревожность и страхи только нарастали. Спорт бросила. Пошла к психологу, она работала со мной, очень хорошая. Пытались искать причины страхов, в детство заглядывали. Ничего не помогло. К марту тревога была уже жуткая и я просто валялась, потом обратилась к психиатру, капельницы ставили и антидепрессанты с нейролептиками выписали. До осени пила. Мне было спокойно, хотя я понимала, что это все равно нездоровое состояние.

- Скачков давления больше не бывало
- С ним все нормально

Клиент отправлена на полное неврологическое обследование с подозрением на перенесённый инсульт.

7 марта 2017

• Настроение волнами, часто грустно, иногда бывают подъемы, прямо хочется за что-то взяться, делать делать. Но как симптомы в теле и тревога, так сразу ничего не охота, а они пока частые...

- мне кажется что есть результаты у меня, но оооооочень медленные
- в целом могу сказать, что стала более вынослива, силы появились

14 марта 2017

Софья, здравствуйте. Сегодня я была у невролога.

В общем, мне порекомендовали этого врача, она заведующая в главной нашей больнице. Так вот, все ей рассказала, все ей показала: анализы, снимки и прочее. Она меня посмотрела. Говорит, хоть у вас по снимкам и шея пишут, что в норме, но она у вас вся напряжена. Шея вытянута как струна и напряжена шейная артерия.

Пояснила, что это является частой причиной ПА, мы это называем синдром шейной артерии. Из-за пережима выбрасывается адреналин, очень влияет на эмоции ... тревожность появляется.

16 марта 2017

- Софья, сдала гормоны щитовидки и некоторые женские-все в норме
- а еще третий день у меня легкое утро, без напрягов и настроение намного лучше))

Заключение: МР картина немногочисленных очаговых изменений вещества головного мозга, более вероятно дисциркуляторного характера. Низкое расположение миндалин мозжечка. Неравномерное расширение субарахноидального конвекситального пространства. Вариант развития Виллизиева круга в виде неполной левосторонней задней трифуркации. Асимметрия кровотока по интракраниальным сегментам ПА (D<S).

18.03.2017

Врач,

«ДЛЛ-МИБС-Чебоксары»

Иванова Т.А.

Заключение: МР картина асимметрии кровотока по ПА на уровне исследования (D<S) с небольшой извитостью их хода на уровне V2 сегментов.

18.03.2017

Врач, Иванова Т.А.

20 марта 2017

- Сходила к врачу с мрт-результатами
- Оставила ту же схему лечения, наша схема витаминов говорит не помешает , можно пить (я ей показала первую схему)
- Посмотрела результаты мрт вот что сказала: ничего плохого слава богу нет, но была травма и не маленькая, т.к. незначительно осталась атрофия участков коры мозга, это навсегда и с этим ничего не сделать, это строение такое мозга. А вот с кровообращением, как раз оставила то же лечение. Если не полегчает после лечения, прийти за направлением в дневной стационар, еще полечат...

21 марта 2017

Софья, чувствую себя - то хорошо, то по-хуже. Но с январем уже не сравнить!

8 апреля 2017

Софья, добрый вечер. У меня одна радость, сходила на узи молочных желез, все кисты прошли, их нет! Наверное, помогли витаминки)))

12 апреля 2017

- Софья, здравствуйте. Сходила к очень хорошему врачу. Вы оказались правы, она очень удивилась и негодовала, что мне выписали гормональное средство. Она сказала, что если бы были какие-то серьезные отклонения, у меня бы цикл скакал и не был равномерным и остальные гормоны тоже бы скакали. Выписала мне травки. Сказала, что такие состояние бывают чаще из-за щитовидки и очень рекомендовала мне ее проверить. Вот как-то так
- Щитовидку проверю обязательно, гормоны в норме, схожу проконсультируюсь к эндокринологу. Что вы скажете?

17 апреля 2017

- Здравствуйтесь, Софья
- Была у эндокринолога. Узи с хорошей динамикой, раньше по узи был дефицит йода, сейчас все в норме. Врач говорит, что с щитовидкой в порядке и она точно не причина тревог. **(Сейчас, наверно, и нет, когда ситуация исправилась. С,Д.)**

24 апреля 2017

- Была на узи
- Почки мочевой в порядке
- Проверила гинекологию
- Киста желтого тела в левом
- Причем большая(
- Кстати по почкам улучшения по узи)
-

Заключение: эхографически увеличение размеров левого яичника, очаговое образование левого яичника сонографически расцениваемое как киста жёлтого тела. Рекомендуется консультация гинеколога, анализ крови на СА125 и контроль узи- на 5-6 день от начала менструации.

Врач (Шишкова Татьяна Андреевна) Подпись

10 мая 2017

Сегодня сделала узи-киста прошла)))

Контуры ровные, структура однородная

Эндометрий 3,0 мм, трехслойный.

В миометрии расширены вены.

Яичник справа 31x21x32 мм, с антральными фолликулами до 8 мм

Яичник слева 35x25x28 мм, с регрессирующим желтым телом 15 мм, с антральными фолликулами до 7 мм

Шейка матки без особенностей

ЦК 3,4 мм

Кровоснабжение шейки матки не выражено.

Дуглас свободен.

Заключение: Проллиферативная фаза МЦ.

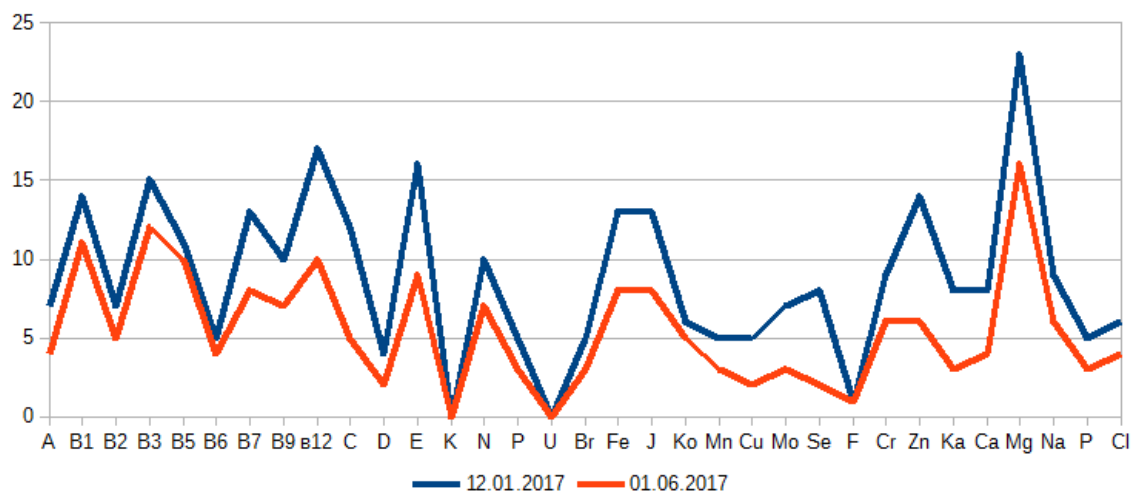
Врач



Минина Т.П.

Январь-Июнь 2017

sub-title

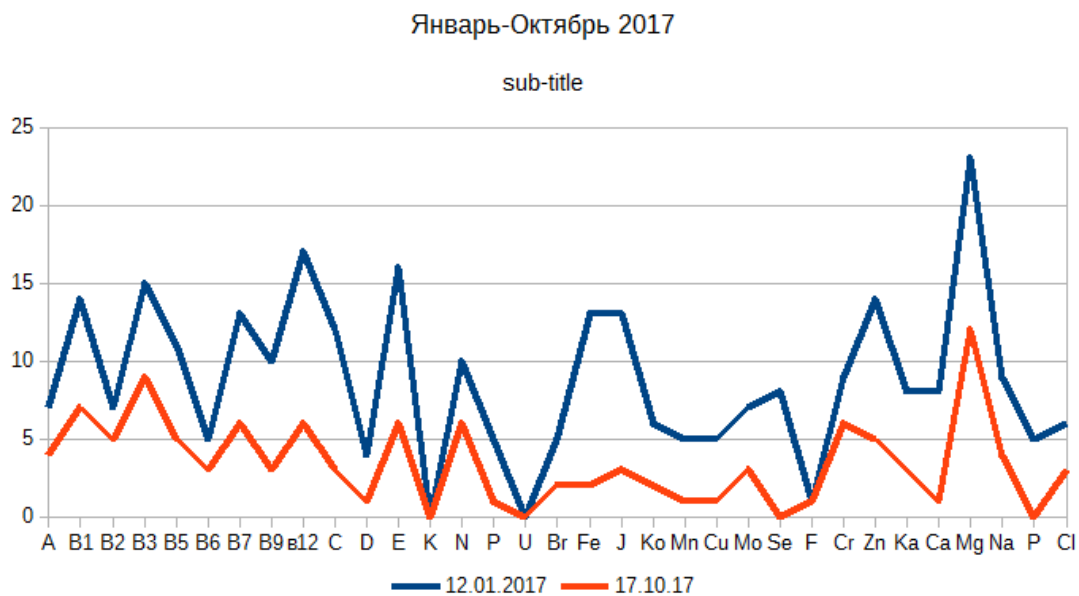


7 июня 2017

У меня сейчас сильный стресс каждый день-стажировка в одной из лучших компаний, это очень сложно Главное, что нет практически ухудшений из-за стрессов, иногда только бывает, что симптомы усиливаются, тревоги почти не бывает. В целом все норм, продолжаем)

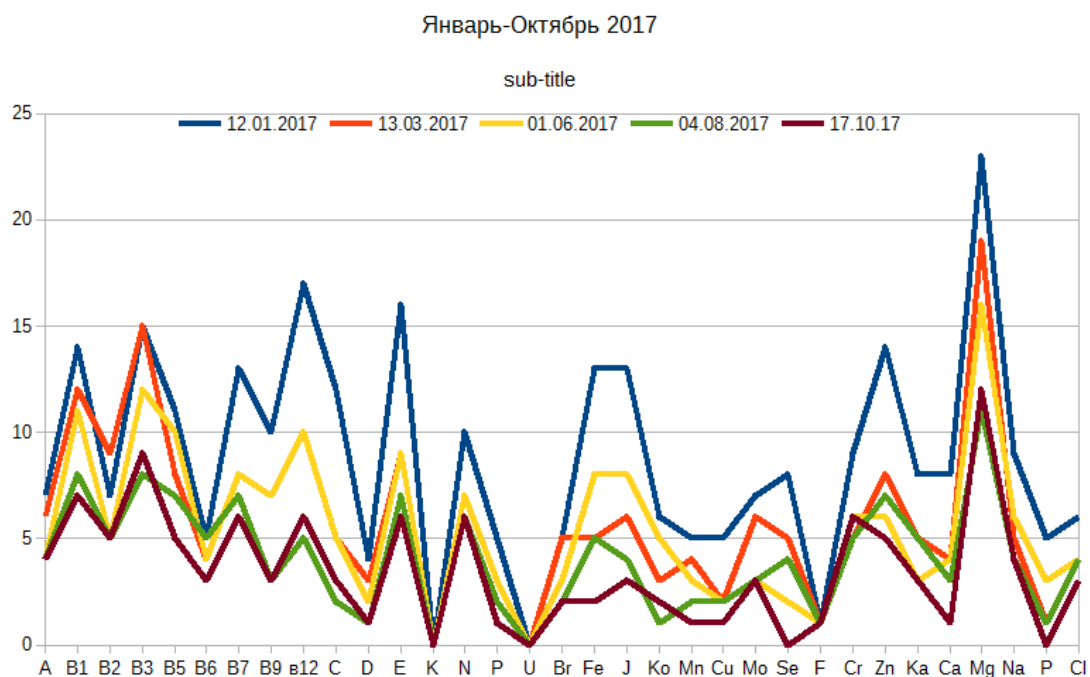
23 июня

Здравствуйте, Софья. Состояние волнами. Мы ездили на Здня в др город. Хуже себя чувствовала, небольшая тревожность была. Плохое настроение, грусть. Когда себя плохо чувствую, симптомы в теле и замечаю жуткую сонливость(Состояние как будто хуже, но я понимаю, что по сравнению с зимой дела намного лучше и это видимо мое требование к самочувствию своему растет, хочется чувствовать себя лучше и лучше.



14 декабря

Здравствуйте, Софья. Я сдала "партию" анализов на гормоны, там все показатели в норме !!!! Ура! на след неделе (середина цикла) сдаю оставшиеся, посмотрю что там и сразу Вам напишу.



Клиентка продолжает сотрудничать с ЦМИ, принимать витаминно-минеральную схему.

По психоэмоциональному состоянию: если клиентка писала в начале приёма схемы по несколько раз в день, описывая свои душевные переживания, то сейчас я сама напоминаю ей, что нужно прислать отчёт.

Доктора могут видеть, как ослабевают психоэмоциональные проблемы на фоне уходящих физических проблем и как устранение дефицитов питательных веществ способствуют нормализации физического и душевного состояния.

Софья Доринская www.dorinskaya.com