

# Отчет

Имя: Л-----в Павел ( ) [M]

Адрес: ,,,

Телефон: 8965----- Электронная почта:

Примечание:

*Специализированная компьютерная программа иридодиагностики FYEOP (For Your Eyes Only Pro) англоязычная, поэтому в тексте отчета возможны некоторые непринципиальные погрешности перевода.*

прав [R] лев [L]



правый глаз левый глаз

## Генетическая конституция вашего глаза: смешанная

### Общие жалобы:

- Проблемы с желудочно-кишечным трактом, такие как запор и чрезмерное количество кишечных газов
- Проблемы поджелудочной железы, связанные с секрецией ферментов и контролем уровня сахара в крови
- Жалобы со стороны печени и желчного пузыря, которые могут включать проблемы с выделением и секрецией желчи.
- Чувствительная нервная система

### Распространенные жалобы в детстве и зрелом возрасте:

- Проблемы с печенью
- Запор и / или диарея
- синдром нервного желудка или раздраженного кишечника
- метеоризм
- Желчные камни или состояния желчного пузыря

- Колебания уровня сахара в крови
- Снижение пищеварительных ферментов
- Сухая кожа или прыщи
- частое чувство тошноты
- нервная слабость

### **Полезные продукты, поддерживающие эту генетическую конституцию глаз**

Тип смешанной конституции склонен в первую очередь к желудочно-кишечным проблемам, которые часто приводят к запорам или диарее и избытку газов. Эти жалобы на пищеварение часто вызваны слабостью печени или желчного пузыря, что может повлиять на выработку желчи, а также проблемами с поджелудочной железой, которые могут снизить количество пищеварительных ферментов и привести к колебаниям уровня сахара в крови.

Функцию печени необходимо улучшить, и продукты с высоким содержанием витамина С, метионина, холина и инозита являются полезными продуктами, богатыми витамином С, включая перец, черную смородину, брокколи, гуаву, петрушку, ананас, клубнику, шиповник, сырые капуста, брюссельская капуста и цветная капуста.

Холин содержится в таких продуктах, как бобы, яичный желток, лецитин, печень, цельные зерна и дрожжи.

Пища, содержащая инозит, включает: бобы, кукурузу, орехи, семена, овощи, цельнозерновые злаки и мясо.

Продукты, содержащие метионин, включают: бобы, яйца, чеснок, печень, лук, сардины и йогурт. Также необходимы продукты, богатые В-комплексом, в том числе зеленые листовые овощи, яйца, бобовые, орехи и семена, ростки, люцерна, цельные зерна, мясные субпродукты, курица, рыба, дрожжи и авокадо. Для профилактики и удаления камней в желчном пузыре, можно использовать оливковое масло с соком лимона, а также много яблок, яблочное пюре, рыбу и свеклу. Используйте кисломолочные продукты или натуральный йогурт, чтобы обеспечить достаточное количество полезной флоры, которая уменьшит метеоризм, диарею или запор. Увеличьте потребление клетчатки, такой как цельнозерновые, яблоки, отруби, финики, бананы, чернослив, фасоль, сырой горошек и брокколи, чтобы содержимое пищи перемещалось по пищеварительному тракту и предотвращало запоры, а также помогало при синдроме раздраженного кишечника. Ешьте сырые фрукты, овощи и орехи из-за содержания в них живых ферментов. Ешьте много продуктов с высоким содержанием хрома (цельнозерновые, яичный желток, виноградный сок, спаржа, печень, орехи, устрицы, изюм, чернослив, креветки и дрожжи), цинка (устрицы, телятина, креветки, сельдь, имбирь, семена подсолнечника, цельное зерно) и комплекс витаминов В (зеленые листовые овощи, яйца,

### **Полезные витамины, минералы, травы и добавки для этой генетической конституции глаз**

Добавки, которые включают метионин, холин, инсозитол и витамин С, полезны вместе с комплексом витаминов В.

Капсулы с лецитином полезны для переваривания жиров и помогают нервной системе. Чтобы проблемы с холестерином не возникли из-за проблем с печенью, используйте жирные кислоты Омега-3 и чеснок.

Такие травы, как барбарис (*Berberis vulgaris*), расторопша пятнистая (*Silybum marianum*), солодка (*Glycyrrhiza glabra*), мята перечная (*Mentha piperita*) и одуванчик (*Taraxacum officinale*) также улучшают функцию печени и пищеварения.

Чтобы предотвратить запор, диарею или избыточное газообразование, используйте продукты с лактобактериями, *Chlorella* и скользкий вяз (*Ulmus fulva*).

Масло примулы вечерней, жирные кислоты Омега-3 и добавки с цинком могут помочь при угревой сыпи и других кожных заболеваниях.

Чтобы нервную систему успокоить, полезны травы, такие как валериана лекарственная (*Valeriana officinalis*) или ромашка. Ромашка, имбирь и мята также помогают при расстройствах пищеварения, вызванных стрессом и нервным напряжением. Если есть желчные камни, несколько столовых ложек оливкового масла с соком лимона перед сном и после пробуждения будут стимулировать желчный пузырь, чтобы освободить их.

Добавки пикколината хрома и пищеварительные ферменты помогают поджелудочной железе регулировать уровень сахара в крови и производить ферменты.

### **Другой совет для этой генетической конституции глаза**

Избегайте молочных продуктов, кроме натурального йогурта или простокваши, рафинированных углеводов, жареной пищи, острой пищи, маргарина, алкоголя, кофе, насыщенных жиров и избыточного потребления соли и сахара. Будьте осторожны, не употребляйте в пищу слишком много химических консервантов и искусственных красителей, которые могут перегрузить печень. Используйте методы релаксации, чтобы избежать накопления стресса, такие как упражнения, медитация или йога. Пейте много чистой пресной воды и травяных чаев и обеспечьте достаточное количество клетчатки, чтобы предотвратить запоры. Убедитесь, что кожа дышит, надев

натуральные ткани и почистите кожу щеткой, чтобы стимулировать выделение токсинов. Ешьте небольшими порциями пять раз в день, а не два или три больших приема пищи в день, чтобы помочь поджелудочной железе и пищеварительной системе. Не пропускайте завтрак. Избегайте белого сахара, фруктовых соков и картофеля, так как они могут поднять уровень сахара в крови.

## Результаты сканирования

Ниже приведены результаты сканирования радужной оболочки Ваших глаз, с помощью специализированной компьютерной программы FYEOP (For Your Eyes Only Pro).

Буквы, на гистограмме слева: D (дегенеративный), С (хронический), Р (пред-хронический), N (нормальный) и А (острый), показывают стадии изменения в тканях радужки.

Маленькие квадраты индикатора под этими буквами смещены влево или вправо в зависимости от уровня интенсивности цвета радужки, в зоне соответствующей определенному органу или системе организма.

На гистограмме каждая система тела или орган закодированы определенным цветом. Вертикальная линия, которая пересекает гистограмму - указывает интенсивность цвета радужки, соответствующая норме (N).

Результаты сканирования для каждого органа или системы организма также представлены численно, как (+) положительное или (-) отрицательное значения. Положительные и отрицательные числовые значения показывают, насколько интенсивность цвета этого участка радужки, соответствующего определенному органу или системе организма, выше или ниже средней интенсивности цвета радужной оболочки, соответствующей норме (N).

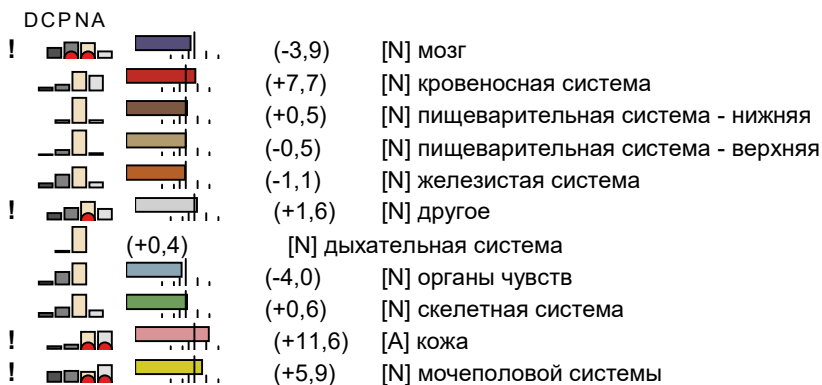
Изучение данных гистограммы, наряду с визуальным осмотром фото радужки глаз, позволяет выявить «проблемные», с точки зрения иридологии, органы и системы организма, имеющие отклонения от нормы, физиологический дисбаланс, либо возможную генетическую предрасположенность к наследственным заболеваниям и нуждающиеся в вашем внимании или дополнительном медицинском обследовании.

## Результаты для правого глаза

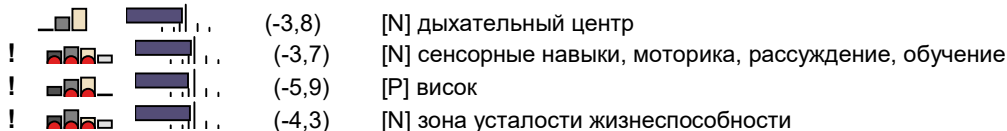
Результаты цветного сканирования

### коричневый цвет

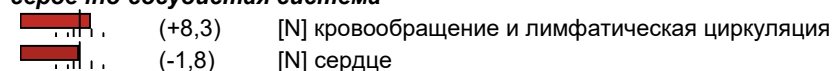
**Результаты сканирования радужной оболочки глаза** (D = дегенеративная, С = хроническая, Р = предхроническая, N = нормальная, А = острая)



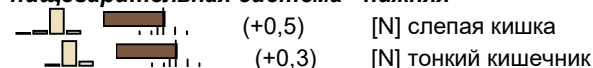
### головной мозг




### сердечно-сосудистая система

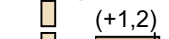





### пищеварительная система - нижняя











 (-1,4) [N] поперечная ободочная кишка





**пищеварительная система - верхняя**

 (+1,2) [N] двенадцатиперстная кишка  
 (+3,3) [N] пищевод  
 (-0,9) [N] желчный пузырь  
 (-1,0) [N] желудок







**железистая система**

!  (-9,3) [P] надпочечник  
 (+0,9) [N] грудь  
 (-1,2) [N] печень  
!  (+0,3) [N] яичник, семенники  
 (-1,6) [N] поджелудочная железа  
!  (-5,2) [P] шишковидная железа  
!  (-5,7) [P] гипофиз  
 (+2,1) [N] щитовидная железа



**Другой**

 (+0,9) [N] рука, рука  
!  (-5,6) [P] лоб  
 (-0,9) [N] миндалины, гортань, глотка  
!  (-4,5) [N] верхняя брюшная стенка






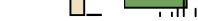
**дыхательная система**

 (+0,3) [N] бронхи (-oles)  
 (+0,7) [N] диафрагма  
 (+1,2) [N] нижнее легкое  
 (+1,0) [N] плевра  
 (-1,1) [N] верхнее легкое  
 (+2,7) [N] голосовые связки, трахея


**органы чувств**

 (-4,1) [N] глаз  
 (-2,6) [N] нос




**система скелета**

 (+2,6) [N] шейный отдел позвоночника  
!  (-4,1) [N] ключица  
 (-2,2) [N] челюсть  
 (+0,1) [N] поясничный отдел  
!  (-4,1) [N] шейный / шейный  
 (+0,3) [N] ребер  
!  (-3,9) [N] крестец  
 (+3,4) [N] лопатка  
 (-2,8) [N] плечо  
 (+1,9) [N] грудной отдел позвоночника

**кожа**

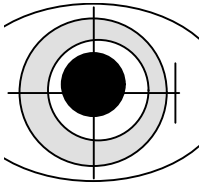
!  (+11,6) [A] кожа

**мочеполовая система**

!  (11,0) [A] почка  
!  (-1,9) [N] мочевого пузырь  
!  (-7,9) [P] матка, простата

Результаты сканирования зрачка

**Смещение зрачка** - Средний: 0,3% Улучшенный: 10,5%



**Соотношение зрачок и радужка:** 41,8% **Соотношение зрачок и пищеварительная зона:** 61,1%

### мидриаз

Когда зрачки слишком большие, это означает состояние, называемое мидриазом, при котором симпатическая нервная система является более доминирующей. С этим состоянием часто связаны тахикардия или учащенный пульс, пониженное половое влечение, плохой аппетит и высокий уровень метаболизма, требующий большего количества витаминов и минералов. Эти пациенты также могут страдать от проблем с кишечником и желудком, инфекций мочевыводящих путей и респираторных заболеваний, которые часто связаны со стрессом. Часто встречаются у социально настроенных людей.

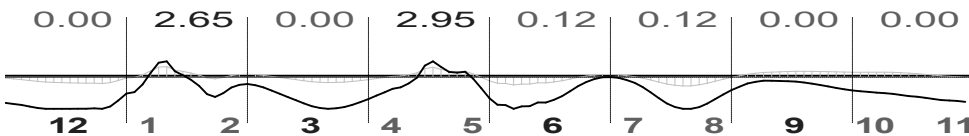
### Большой зрачок - большой вегетативный нервный венец



Существует взаимосвязь между размером зрачка и размером зоны ерша. В то время как размер зрачка указывает на вегетативную нервную систему, размер зоны ерша указывает на пищеварительную способность и степень использования питательных веществ. Люди с большими зрачками больше контролируют симпатическую нервную систему и менее эффективно используют большее количество энергии. Эти люди обладают большей емкостью в еде, но часто имеют вялый пищеварительный тракт и низкую выработку ферментов. Они страдают от усталости и снижения выносливости, поскольку накапливаются отходы медленного метаболизма.

**Зрачок Эллипс - Направление:** 2:42 **Стоимость:** 7,825

**Уплотнения:**



### Зрачок - Уплотнение - Верхний латеральный

Верхнее боковое уплотнение указывает на проблемы в шейном отделе позвоночника, часто сопровождающиеся болью в плечах и шее. Также рекомендуется уделять особое внимание проблемам со слухом и равновесием. Иногда наблюдаются рассеянность и лунатизм.

### Зрачок - Уплотнение - Нижний боковое

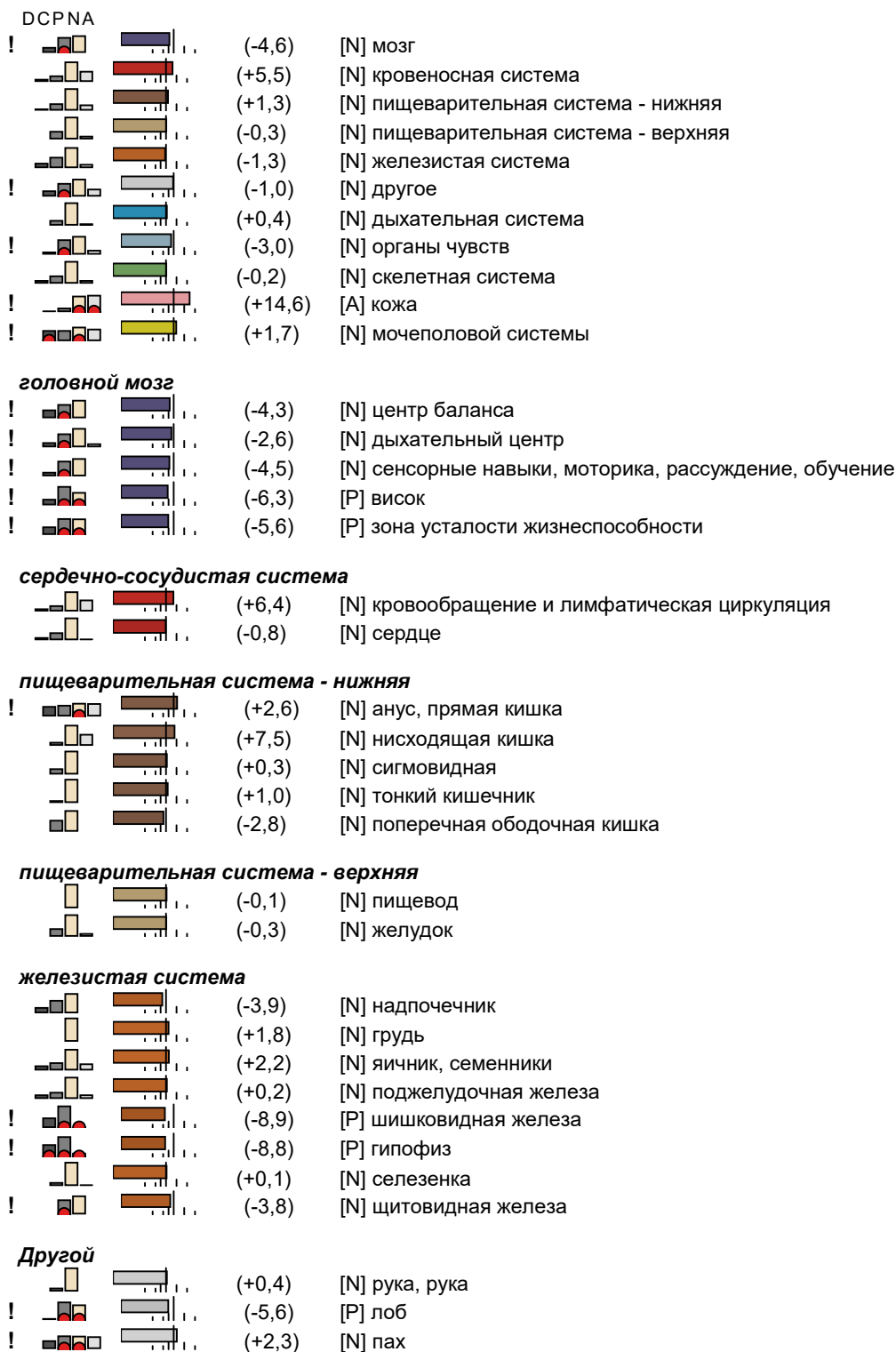
Нижнее латеральное уплотнение указывает на проблемы с грудным и поясничным отделом позвоночника, где в правой радужке оно может повлиять на функции печени и желчного пузыря. Если смотреть на левую радужную оболочку, это означает, что могут быть проблемы с движением или боль и усталость в руках и плечах.

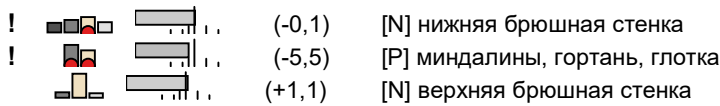
## Результаты для левого глаза

Результаты цветного сканирования

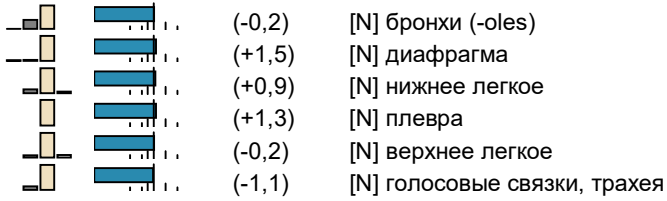
коричневый цвет

**Результаты сканирования радужной оболочки глаза** (D = дегенеративная, C = хроническая, P = прехроническая, N = нормальная, A = острая)

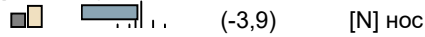




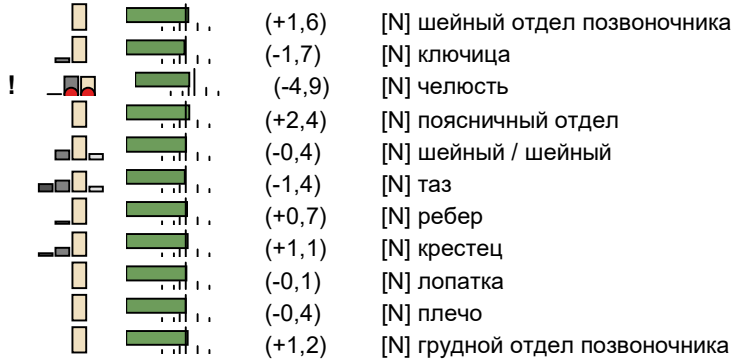
**дыхательная система**



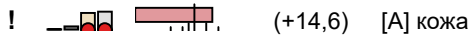
**органы чувств**



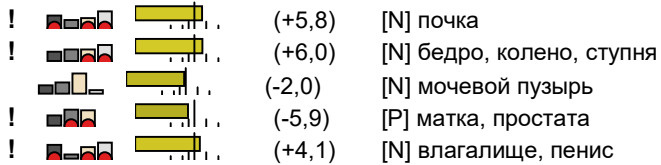
**система скелета**



**кожа**

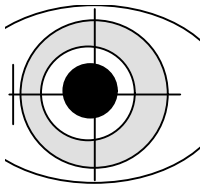


**мочеполовая система**



Результаты сканирования зрачка

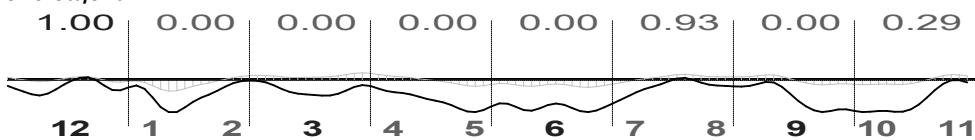
**Смещение зрачка** - Средний: 5,4% Превосходный: 4,5%

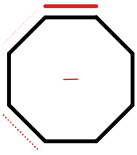


**Соотношение зрачок и радужка:** 34,9% **Соотношение зрачок и пищеварительная зона:** 54,7%

**Зрачок Эллипс** - **Направление:** 2:59 **Стоимость:** 6,429

**Уплотнения:**





## Зрачок - Уплотнение - Высшее

Превосходное уплотнение может указывать на проблему позвонка С1, а также на психологические проблемы.

## Заключение и рекомендации

Изучив данные компьютерного сканирования, а также проведя визуальный осмотр фото радужных оболочек глаз, можно сделать следующее заключение:

<b>Органы и системы организма, требующие внимания и корректировки питания (биологически-активные добавки и витамины)</b>	<b>Кожа</b>
<b>Органы и системы организма, для которых рекомендуется до обследования у врачей с применением других методов диагностики</b>	<b>Почки</b>

Ниже даны рекомендации по питанию, БАДам (биологически-активным добавкам) и витаминам, для «проблемных» органов или систем организма, которые необходимо добавлять в питание в профилактических целях. Количественные значения добавок и витаминов определяются инструкциями к ним.

### Рекомендации

#### Кожа

Иногда кожу называют "зеркалом кишечника", поскольку на сбои в работе этого органа она реагирует очень чутко. Причем, не обязательно серьезные заболевания кишечника проявляются проблемами с кожей. "Грязная кожа" или забитые поры - "черные точки", угревая сыпь, повышенная жирность кожи и даже явления псевдоаллергии сигнализируют о том, что с кишечником не все в порядке.

С помощью питания можно наладить регулярную работу кишечника, что позволит, с одной стороны, обеспечить максимально полное усвоение питательных веществ, с другой стороны: поможет выведению продуктов обмена и токсинов. Из питания исключают (или ограничивают) продукты, обладающие раздражающим слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта действием: жареные блюда, блюда, богатые экстрактивными веществами, пряности, копчености, консервы и соленые продукты. Умеренно ограничивают животный белок, за счет мяса и птицы, отдавая предпочтение морской рыбе и молочным продуктам.

В диете должна преобладать пища растительная, богатая клетчаткой: необработанные крупы, бобовые, фрукты и овощи из которых 2/3 должны поступать в свежем виде. Нередко обилие не обработанной термически растительной пищи, приводит к неприятным симптомам: вздутию живота, урчанию в кишечнике, метеоризму, склонности к диарее.

В данном случае необходимо обратить внимание на состояние микробного пейзажа кишечника, так как именно кишечная микрофлора во многом ответственна за переваривание грубой растительной клетчатки. К сожалению, дисбактериоз кишечника, сегодня явление чрезвычайно распространенное.

Назначение пробиотиков (бактерий из состава нормальной микрофлоры), часто приносит лишь временное облегчение. Если причина дисбактериоза внутренняя, то после их отмены состояние вновь ухудшается. Пребиотики тоже не всегда оказываются эффективны: если собственная дружественная микрофлора сильно угнетена, даже поступление извне веществ, стимулирующих ее рост может не дать результата.

Поэтому наиболее перспективным сегодня считают назначение при дисбактериозе кишечника и кишечных заболеваний современных средств - синбиотиков, в которых сочетаны полезные бактерии и компоненты, для обеспечения жизнедеятельности и размножения не только их самих, но и собственных полезных микроорганизмов



кишечника.

Рекомендуем в питании использовать, так же, следующие добавки:

**Lactobacillus acidophilus** - улучшает микрофлоральную среду в пищеварительной системе

**Метионин, холин, инозитол** - липотропные факторы, которые способствуют регенерации ткани печени и помогают детоксикации токсинов.

**Лецитин** - для улучшения переваривания жиров

**Масло примулы вечерней** - поставляет необходимые незаменимые жирные кислоты

**Витамин А / Бетакаротин** - улучшает функцию кожи, уменьшает сухость

**Омега-3 рыбий жир** - поставляет незаменимые жирные кислоты, противовоспалительные

**цинк** - регенерация тканей, заживление

**Корень лопуха** - очиститель крови, противогрибковый

**Сорго лимонное** - травяной тоник для кожи и почек

Применение этих добавок позволит эффективно восстановить нормальный микробный пейзаж кишечника и улучшить пищеварение.

## Почки

Рацион должен включать продукты для хорошей работы почек: фрукты, овощи, цельнозерновые, нежирные молочные продукты, постное мясо, курицу, индейку, рыбу, морепродукты, яйца, бобовые (фасоль, нут, чечевицу, горох), орехи, семена и соевые продукты.

Т.к. здоровье почек напрямую зависит от здоровья сердца, обязательно добавьте в рацион продукты, богатые омега-3: жирную рыбу, авокадо, оливки, грецкие орехи и разнообразные растительные масла (кроме пальмового и кокосового).

Отдавайте предпочтение сложным углеводам. Они содержатся в продуктах, богатых клетчаткой, и являются основным источником энергии для организма. Сложные углеводы поддерживают здоровье сердца, кишечника и стабильный уровень сахара в крови, что благотворно сказывается на здоровье почек.

Включите в свой рацион цельнозерновые, макароны из твердых сортов пшеницы, бобовые, овощи, фрукты, ягоды и орехи, продукты с мочегонным эффектом:

Это огурцы, листовой салат, кабачки, тыква, помидоры, морковь, свекла, запеченный или отварной картофель, клюква, яблоки, груши, цитрусовые, арбуз, дыня, петрушка, укроп.

Напитки полезные для почек: морсы, некрепкий чай, отвар шиповника.

Диета, направленная на улучшение работы почек, должна ограничивать потребление натрия, холестерина и жиров, а также контролировать потребление белка.

Соль повышает уровень артериального давления, что негативно сказывается на работе почек. Всемирная организация здравоохранения рекомендует употреблять не больше 2 г натрия в сутки (5 г поваренной соли) для взрослых. В идеале ваш суточный рацион должен содержать не больше 3 г соли.

**Белковые продукты**

Хотя белок является важной составляющей здорового питания, его чрезмерное употребление может привести к более интенсивной работе почек, и в какой-то момент они могут не справиться.

Обязательно проконсультируйтесь с врачом, чтобы определить безопасное количество белка для вас.

**Простые углеводы и сахар**

Десерты, сладкие напитки и выпечка повышают уровень сахара в крови. Старайтесь, чтобы добавленный сахар составлял меньше 10% от ваших ежедневных калорий.

**Насыщенные жиры и трансжиры**

Основными источниками насыщенных жиров являются: мясо, полножирные молочные продукты, сливочное масло, сало, кокосовое и пальмовое масла. Трансжиры содержатся в большом количестве в жареной пище.

**Ограничить алкоголь.**

**Ограничить продукты, которые содержат фосфор и калий**

Высокий уровень фосфора вытягивает кальций из костей, делая их слабыми и хрупкими, вызывает кожный зуд, боли в костях и суставах. А высокий уровень калия провоцирует возникновение заболеваний сердца. Проверьте уровень этих минералов в организме и посоветуйтесь с врачом по поводу рациона питания.

**Ограничьте продукты с большим количеством щавелевой кислоты**

В почках могут образовываться оксалатные камни – конкременты из солей щавелевой кислоты. Ее много в щавеле, шпинате, ревене, сельдерее, петрушке, малине, крыжовнике, инжире, какао, шоколаде.

Рекомендуем в питании использовать следующие добавки:

**Лецитин** - содержит холин, полезный для почек

**Витамин С** - для поддержки иммунной системы

**Биофлавоноиды** - для улучшения микроциркуляции почек

**Ягоды можжевельника** - стимулирует функцию почек, действует как мочегонное и дезинфицирующее средство

**Магний** - помогает предотвратить камни

**Прополис** - природные антибиотические свойства

Иридодиагностика **не заменяет** такие важные диагностические мероприятия, как УЗИ, МРТ, рентген, но помогает сужать область их приложения. Это дополнение к традиционной медицине. Задача иридологии не поставить диагноз, а проанализировать состояние всех органов и систем организма и обнаружив отклонения от нормы или генетические предрасположения, рекомендовать точечное медицинское обследование конкретного органа. По всем возникающим вопросам обращайтесь на наш электронный адрес [\*\*info@diagnostikapoglazam.ru\*\*](mailto:info@diagnostikapoglazam.ru)

*Нутрициолог Наговицына Н.В.*