

# Австрия близко

## О методике доктора Майера

Ирина Кириенко |



**ВСЕГО** в 18 км от МКАД по Ярославскому шоссе расположена клиника Verba Maug. Суперсовременное здание клиники гармонично вписано в лесной массив. Ее создатели стремились к тому, чтобы гости с первой же минуты пребывания здесь погружались в атмосферу уюта и спокойствия, которая является непременным условием успешного лечения.

«Близость к мегаполису определила местонахождение центра, ведь именно жители крупных городов подвержены стрессам и «болезням цивилизации». Строительство и подготовка к открытию продолжались около трех лет, — рассказывает главный врач Verba Maug Любовь Андреева. — Проект создавала великолепный дизайнер и художник Мария Куныкина. Основная идея была в том, чтобы подчеркнуть красоту места, не мешать наслаждаться ею, но в то же время создать современное пространство».

В клинике применяется методика, которая основана на системе оздоровления,

разработанной австрийским врачом-исследователем Францем Ксавьером Майером. Она рассматривает кишечник и пищеварительную систему в целом как основу полноценной жизнедеятельности организма, в том числе поддержания иммунитета. Здесь предлагаются диеты, очищающие и омолаживающие процедуры, которые действуют на клеточном уровне и не только улучшают общее состояние организма, но и обновляют лимфу, состав крови, нормализуют обмен веществ.

В основе методики — четыре главных принципа:

щадящая диета (для уменьшения нагрузки на кишечник),

орошение кишечника горькой солью и обильное потребление жидкости (очистка),

обучение правильному питанию и составлению суточного рациона,

дополнительный прием витаминов и микроэлементов.

