

## Оглавление

<b>Предисловие. Как мне удалось победить сахарный диабет</b> . . . . .	6
<b>Часть I. Теоретические основы излечения сахарного диабета</b> . . . . .	17
<b>Глава 1. Ключ к разгадке тайны инсулинонезависимого диабета — в дыхании</b> . . . . .	18
<b>Глава 2. Анализ особенностей инсулинозависимого диабета с позиций естественной медицины</b> . . . . .	25
<b>Глава 3. Восстановление правильного носового дыхания — условие полного излечения сахарного диабета</b> . . . . .	42
<b>Часть II. Методика излечения сахарного диабета природными механизмами естественной саморегуляции</b> . . .	51
<b>Глава 1. Общие положения, которые должны знать все больные диабетом</b> . . . . .	52
<b>Глава 2. Рыдающее дыхание — важнейший механизм восстановления функции поджелудочной железы по выработке инсулина</b> . . .	57



<b>Глава 3.</b> Импульсный самомассаж — второй важнейший механизм оздоровления поджелудочной железы . . . . .	98
<b>Глава 4.</b> Естественный ночной отдых — необходимое условие излечения диабета . . . . .	121
<b>Глава 5.</b> Калорийное питание и никакой диеты — важнейшее условие излечения диабета . . . . .	148
<b>Глава 6.</b> Движения, физические нагрузки для больного сахарным диабетом . . . . .	163
<b>Глава 7.</b> Обобщающие итоги излечения сахарного диабета и перспективы на будущее . . . .	180
<b>Глава 8.</b> Здоровый образ жизни — решающее условие оздоровления всего населения . . . . .	204
<b>Глава 9.</b> Рыдающее дыхание помогает за пять минут . . . . .	215
<b>Заключение.</b> Диабет излечим, но только не инсулином . . . .	219