

Л. И. КОСТИКОВА

опытный гирудотерапевт с медицинским и психологическим образованием

ЛЕЧЕНИЕ ПИЯВКАМИ



Схемы ГИРУДОТЕРАПИИ
при сложных, хронических
и запущенных заболеваниях

2-Е ИЗДАНИЕ

Природа лечит: лучшие безлекарственные
методы оздоровления организма

Любовь Костикова

**Лечение пиявками.
Схемы гирудотерапии при
сложных, хронических и
запущенных заболеваниях**

«ЭКСМО»

2026

УДК 615.8
ББК 53.58

Костикова Л. И.

Лечение пиявками. Схемы гирудотерапии при сложных, хронических и запущенных заболеваниях / Л. И. Костикова — «Эксмо», 2026 — (Природа лечит: лучшие безлекарственные методы оздоровления организма)

ISBN 978-5-04-244753-2

Практическое руководство по гирудотерапии — лечению медицинскими пиявками, написанное опытным гирудотерапевтом, раскрывает основы лечения пиявками, делая акцент на комплексном восстановлении организма. Читатель узнает об универсальной схеме постановки пиявок для самостоятельного применения, правилах ухода за ними и получит конкретные рекомендации по лечению десятков заболеваний: от артрита и варикоза до гинекологических проблем и последствий пост-ковидного синдрома. Издание носит практический характер и призвано стать инструментом по улучшению самочувствия для тех, кто хочет взять здоровье в свои руки, дополнив или уменьшив традиционное медикаментозное лечение. Эта книга — надежный гид в мире естественных и доказанных методов восстановления здоровья. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 615.8

ББК 53.58

ISBN 978-5-04-244753-2

© Костикова Л. И., 2026

© Эксмо, 2026

Содержание

Введение	6
Часть 1	10
Глава 1	10
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Любовь Костикова

Лечение пиявками. Схемы гирудотерапии при сложных, хронических и запущенных заболеваниях

*Хочу выразить благодарность кандидату мед. наук,
практикующему врачу-клиницисту*

*Константину Васильевичу Сухову, который в течение моей
многолетней практики всегда был на связи.*

*Во многом благодаря его поддержке мои пациенты и ученики
получили такие хорошие результаты.*

Выражаю нашу общую признательность.

Серия «Природа лечит: лучшие безлекарственные методы оздоровления организма»

- Конкретные результаты
- Доказанное действие
- Пошаговые инструкции для самостоятельной работы

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:
Dzun, Myurenn / Shutterstock / FOTODOM

Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM



© Костикова Л. И., 2025

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Введение

Дорогой читатель! Мы с вами живем в парадоксальном мире: с одной стороны, современная медицина и огромная сеть аптек, с другой – нарастающий вал заболеваний.

Важно понимать, что действительность изменилась – она уже не та, что была у наших бабушек и дедушек. Все другое: вода, воздух, продукты питания и даже вирусы – они мутируют.

Большинство вирусных атак сейчас – это мутации *COVID-19*, а все они тянут за собой тромбозы, и сегодня это знает практически любой человек. Что это значит? С одной стороны, вирус стал слабее, и смертность от него резко снизилась. С другой стороны, тромбозы от него как были, так и остаются при любой мутации, и этим он отличается от обычного вируса. Достаточно переболеть им один раз (а мы почти все им переболели), чтобы у многих появились новые тромбы. Справится ли с ними организм? А это смотря сколько на нем нагрузок (сопутствующие задачи/диагнозы) и какого качества изначально была кровь, лимфа и в каком состоянии другие его важные системы, а также помогаете ли вы этому процессу или надеетесь, что он как-то справится сам. Сегодня мы все знаем, что организм справляется не у всех. Особенно сложно пришлось людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, диабетом, высоким давлением.

«У людей с постковидным синдромом в крови обнаружены аномальные липкие микротромбы, которые вызывают хроническую усталость, нарушения внимания и проблемы с дыханием. Результаты исследования опубликованы в *Journal of Medical Virology (JMV)*.

Ученые выяснили, что эти микротромбы образуют плотные комплексы с NET-структурами – сетями из ДНК и ферментов, которые иммунные клетки выбрасывают для захвата патогенов. У пациентов с постковидным синдромом такие комплексы встречаются почти в 20 раз чаще, чем у здоровых людей.

Доказано, что микротромбы у таких пациентов крупнее, плотнее и хуже поддаются расщеплению, что может нарушать кровоток в мельчайших сосудах и поддерживать длительное воспаление в организме. Эти процессы могут лежать в основе стойких когнитивных и физических симптомов постковидного синдрома. Разница между образцами крови оказалась настолько выраженной, что алгоритм искусственного интеллекта смог с точностью 91% отличить пациентов с постковидным синдромом по одному виду микротромбов» (mail.ru 18.11.25).

Да, вы выздоровели и «выдохнули», но через некоторое время заметили, что стало падать зрение (глазам нужно хорошее кровообращение), стали болеть колени и другие суставы (кровообращение сустава – залог его здоровья), без хорошей реологии крови «оппадают» десны, оголяются зубы, они будут расшатываться и их можно потерять – все страдает от постковидных тромбозов и у взрослых, и у детей. Мы стали чаще болеть, долго кашляем, боимся за наших близких, и препараты не всегда помогают так, как хотелось бы.

Появились новые заболевания с непривычным течением. Например, «тихая пневмония». По словам врача-иммунолога и специалиста по особо опасным инфекциям Владислава Жемчугова, микроплазменная пневмония может протекать бессимптомно. Она резко ослабляет иммунитет и повышает чувствительность человека ко всем вирусам ОРВИ, в том числе к коронавирусу. При этом человек не кашляет, у него нет мокроты или высокой температуры, которые характерны для классической пневмонии, и невозможно понять, надо уже бежать к врачу или не надо. А заболевание продолжает развиваться быстрыми темпами!

Вакцины нет. «Большинство существующих антибиотиков действует на ферменты, которые расположены в клеточных стенках, – отметил эксперт. – Поскольку у микоплазм нет клеточных стенок, препаратам не на что действовать...». Лечение болезни долгое и сложное, могут быть осложнения на сердце, почки, кишечник.

Появился респираторно-синцитиальный вирус (РСВ), и он не менее опасен, чем грипп и COVID-19, а маскируется под обычную простуду. Ученые из программы *PREPARE (Program for Research in Epidemic Preparedness And REsponse)* проанализировали данные десятков тысяч госпитализаций по поводу РСВ, гриппа и COVID-19. Во всех случаях тяжесть заболевания при РСВ оказалась сопоставимой или даже выше, чем при других вирусных инфекциях.

«Около 5–10% пациентов с симптомами простуды на самом деле заражены РСВ. Хотя этот вирус встречается реже, чем грипп или коронавирус, его последствия могут быть столь же серьезными», – отметил ведущий автор исследований, инфекционист Иэн Ви. В первом исследовании, охватившем почти 13 тысяч госпитализаций, около 5% пациентов с РСВ умерли в течение 28 дней после поступления в больницу. По тяжести течения РСВ оказался сопоставим с COVID-19 у пациентов, ранее получивших бустерную прививку от коронавируса (mail.ru от 10.11.25).

Получается, что препараты не в полной мере защищают нас от современных болезней и не гарантируют отсутствия осложнений. Понятно, что не стоит отказываться от официальной медицины, поскольку в подавляющем большинстве случаев она «вытащит» из острого состояния и даст главное – время на восстановление. Время, которое у вас появится для приведения организма в порядок. Но и надеяться только на препараты не стоит, им нужно обязательно помогать методами альтернативной медицины и в острый период, чтобы выздороветь побыстрее, и особенно в восстановительный период, чтобы не допустить осложнений.

Более того, как показывает практика, люди, которые хорошо знают и умеют правильно пользоваться медицинскими пиявками, сборами трав, лекарственными грибами, имеют более чистые сосуды и крепкий иммунитет. Они не болеют так часто, а если заболели, выздоравливают быстро и без осложнений.

***Хотите стать здоровыми и оставаться здоровыми?
В таком случае нельзя не знать и не использовать гирудотерапию,
фитотерапию, фунготерапию.
Их возможностям нет равных.***

Гирудотерапия, фитотерапия, фунготерапия давно изучены и прошли все клинические исследования, целый ряд форм представлен в аптеках, люди ими пользуются не одно столетие, многие ученые, врачи и специалисты практикуют эти методы и обучают пациентов их правильному использованию, и именно их я считаю «тремя китами» здоровья. Они дополняют и усиливают действие друг друга, оказывая мощную защиту и поддержку организму в такое непростое время.

Много лет мы практиковали в нашем центре эти направления, выявили важные совместные механизмы действия, узнали, что за чем лучше применять, получили десятки отличных результатов, многие из них представлены в нашем сообществе ВК и на сайте.

Не стоит надеяться на аспирин, Кардиомагнил, «Тромбо АСС» и прочие антикоагулянты как на кровоочистительные препараты, которые могут решить эту проблему. Они не чистят кровь и даже, строго говоря, не разжижают ее. Это лишь блокаторы новых тромбов – они частично (!) «ломают» механизм тромбообразования, чтобы максимально отсрочить закупорку сосуда тромбом. Говоря медицинским языком, они препятствуют тромбообразованию и до поры до времени отодвигают инфаркт. За это, безусловно, им большое спасибо, но со временем из-за новых вирусов, питания, употребления химических препаратов, консервантов, пестицидов, нитратов и плохого обмена веществ кровь все равно густеет и становится, по сути, «киселем», полным тромбов и холестериновых отложений на стенках сосудов.

К тому же аспиринсодержащие препараты очень плохо действуют на слизистую желудка, а некоторые (например, «Тромбо АСС») – и на слизистую кишечника, причем страдает весь ЖКТ. Не принимать антикоагулянты мы тоже не можем: высокий тромбоцитоз приближает

инфаркт и/или инсульт. Так что же нам делать? Без лекарств мы не можем, и лекарства нас тоже «бьют»...

Выход есть. Ни инфаркт, ни инсульт не появляются внезапно: практически всегда им предшествуют недомогание, хроническая усталость, частые простудные и вирусные заболевания, понижение иммунитета, постепенно повышающееся давление (возникает артериальная гипертензия – гипертоническая болезнь). У некоторых появляются постоянный шум в ушах, головокружения, частые головные боли, аритмия и тахикардия, разбитость и апатия, что может говорить о том, что кровь стала густой и грязной (ухудшилась ее реология). Возрастает нагрузка на сердце – ему сложно качать кровь такого качества, – страдают сосуды, нарастает реальная опасность.

Именно в это время не надо ждать, пока здоровье окончательно рухнет, надо постараться привести его в норму и почистить кровь. Самое действенное и самое надежное средство – гирудотерапия. Высокое внутричерепное давление частично понижается уже во время первых постановок пиявок, а по мере прохождения курса нормализуется и артериальное давление. Сосуды постепенно очищаются, магистраль для движения крови становится все шире и давление падает до нормы. Сердцу становится легче качать кровь хорошей реологии, следовательно, снимается лишняя нагрузка на сердце. Все, не страшны вам больше никакие инсульты и инфаркты! Надо лишь до конца восстановить здоровье и постоянно поддерживать его.

Сегодня пиявка медицинская введена Министерством здравоохранения РФ в реестр лекарственных средств как антикоагулянт – средство для разжижения крови с доказанным эффектом, подтвержденным не одним десятком лет клинических исследований, признанное на государственном уровне. Пиявки реально разжижают кровь, они «работают» даже со старыми тромбами и не дают новым сцепляться в один большой фибриновый сгусток, который, разрастаясь, может перекрыть кровоток.

Пиявки продаются без рецепта во многих аптеках и на фабриках разведения.

Внимание: такая фабрика должна иметь сертификат качества!

В словах «трудотерапия», или «лечение пиявкой», для наших людей нет ничего нового: еще от бабушек и дедушек мы слышаны о замечательных свойствах пиявок и их отличной помощи. Раньше на Руси врач не являлся к больному без пиявок, и ставили их даже в банях, заслуженно считая, что, кроме пользы, они ничего не принесут. Если ваши бабушки могли сами поставить себе пиявки и благодаря им бегали, как девочки, то и вы сможете. Если в Китае каждый китайский неграмотный крестьянин имел на окне банку с пиявками и знал простейшие правила постановки их для немедленной помощи близким, то неужели для нас это будет сложно?

Давайте отделим зерна от плевел и получим наконец знания о том, как правильно ставить пиявки. Что к ним добавить, чтобы не было реакции и чтобы результат был более выраженным?

Не надо сидеть неделями в Интернете, получая противоречивые данные, угрозы и предостережения от коммерческих организаций.

Вполне достаточно знать несколько правил постановки пиявок, используемые для этой цели места и зоны на теле и иметь адрес ближайшей сертифицированной фабрики для их покупки.

Уверяю вас, вы получите хороший результат: прилив сил, улучшение общего состояния даже по сложным диагнозам, в подавляющем большинстве случаев мы будем иметь положительную динамику. Мы с вами даже усилим эффект и приблизим желательный результат путем комбинации сеанса трудотерапии с натуральными методами коррекции работы организма.

Уже с первой постановки пиявок я объясняю моим пациентам, как быстрее наладить работу кишечника и восстановить его микрофлору, как повысить иммунитет, какими спосо-

бами помочь пиявкам скорее привести в порядок реологию (текучесть) крови и многое другое. За годы работы мы пришли к выводу, что эти методы отлично себя зарекомендовали, они нравятся всем моим пациентам, потому что мы быстро снимаем симптоматику даже в запущенных случаях и у подавляющего большинства пациентов имеем положительную динамику вплоть до исчезновения жалоб, что доказывает не только самочувствие, но и анализы. Именно эти методы и способы как цельная система восстановления организма впервые описаны в нашей книге, и вы получите отличного помощника в борьбе с самыми сложными заболеваниями.

Здесь я описала не только точки постановок, но и причины и триггеры заболеваний, а также хронические и сложные проблемы, за которые многие трудотерапевты не берутся.

Как правило, одной пиявки оказывается мало, поскольку в ее слюне нет йода, полезных бактерий и многого другого, что может быть причиной развития заболевания. Но если вы будете подходить комплексно к решению задачи, положительная динамика не заставит себя ждать.

Наш организм – самовосстанавливающаяся система, просто сегодня он так нагружен, что ему необходима немедленная помощь. Нам нужно создать условия для его работы: привести в порядок лимфатическую систему и систему кровообращения, ЖКТ и гормональную систему, иммунную и ЦНС.

Для этого есть натуральные и эффективные средства. Главное – не сидеть и не ждать, надеясь на то, что врач или таблетка решат все проблемы за вас, а действовать, пока есть такая возможность. Начинать применять нашу систему вместе с приемом прописанных врачом препаратов, если вы их уже пьете. Постепенно врач будет уменьшать их количество и дозировку на основании улучшения ваших анализов.

Понятно, что в любой области опыт и объем знаний имеют значение, для этого у нас есть профессиональные курсы. Но все начинали когда-то с первого шага. Этой книги достаточно для получения первых положительных результатов и общего оздоровления организма: каждой клеточкой своего тела вы почувствуете, как к вам возвращается здоровье! Читайте, используйте и выздоравливайте! Остаюсь с вами на связи и желаю вам упорства на пути к восстановлению здоровья. Это вполне реально и совсем не сложно!

Мой сайт girudolog.ru

«Патогенез большинства заболеваний (до 92%) неразрывно связан с нарушением баланса микроциркуляторного звена системы кровообращения.

Именно поэтому, применяя медицинских пиявок и тем самым восстанавливая систему тканевой микроциркуляции, мы получаем поразительно эффективные результаты в лечении большинства заболеваний».

*К. В. Сухов, канд. мед. наук,
врач-клиницист*

«Клиническая гирудотерапия. Современное состояние»

Часть 1

Что и как лечит пиявка?



Глава 1

Почему врач не сказал про гирудотерапию?

Многие пациенты спрашивают меня после получения впечатляющих результатов лечения по нашей системе, почему врач не сказал им раньше про гирудотерапию.

Большинство врачей имеют весьма слабое представление о гирудотерапии и ее возможностях, хотя Минздрав более 30 лет назад внес пиявку в реестр медицинских средств¹ на основании многолетних клинических исследований. Связано это с отсутствием учебных программ в системе высшего и среднего медицинского образования, которые давали бы студентам представление об этом методе. О чем врач не знает, то и рекомендовать не имеет права.

А о чем знает, но тоже молчит? О том, что не входит в медицинские стандарты (протоколы). Если вы спросите его о гирудотерапии, фитотерапии, апитерапии, рефлексотерапии, мануальной терапии, остеопатии и других издавна известных методах восстановления здоро-

¹ Видаль «Лекарственные препараты в России: справочник», изд. 29-е. – М.: Видаль Рус, 2023. – 1160 с. Луи (Луис) Видаль – французский врач, в 1914 году издавший первый в Европе фармацевтический справочник, в честь которого получил название справочник «Видаль». – *Прим. ред.*

вья, скорее всего, он скажет, что их «не стоит использовать». При таком ответе он ничем не рискует, так как по закону обязан лечить вас по протоколу: только химическими препаратами и скальпелем. Искусственный сустав может прижиться, а может и нет. Вы можете выздороветь после операции, а можете и умереть. После таблеток вам может стать лучше, а может и хуже. Но все это его уже не касается: он действовал в рамках стандартного протокола, одинакового и обязательного для всех медработников в применении ко всем пациентам. Врач может сказать о гирудотерапии, если он хорошо знает ее возможности и интересовался отдельно этим направлением, но не обязан и не может вам ее прописать.

Восточная медицина лечит человека в целом, и уже давно ясно, что, например, кожное заболевание нельзя вылечить, не решая проблемы с кишечником и лимфатической системой, а миому или мастопатию – в отрыве от эндокринной (гормональной) системы. Однако западные врачи лечат только отдельные части человеческого организма: гинеколог – половую систему, лор – уши, горло и нос, офтальмолог – глаза, дерматолог – кожу... Каждый специалист занимается только «своим» кусочком плоти. Однако наш организм – целостная система, где все органы тесно связаны друг с другом. Например, у человека воспаляются железы. Лор, если лечение не помогает, принимает решение удалить их, поскольку они больше не могут уничтожать микробы и вирусы, а, напротив, сами стали рассадниками инфекции. Так как это «первые ворота», сдерживающие натиск вирусов, теперь все вирусы без задержки устремляются в легкие, и человек начинает часто болеть. Иммуитет нарушается, и на этом фоне появляются более серьезные, системные проблемы, чаще других – астма, бронхит, аллергия и пр. Дерматолог принимает решение использовать гормональные мази и препараты, имеющие побочные эффекты... Так рушится здоровье человека, в том числе и стараниями врачей-специалистов.

Пожалуй, любой (а не только врач!) прекрасно понимает, что, например, варикозное расширение некоторых вен или геморрой – это нарушение работы всей сосудистой системы: нарушение работы клапанов из-за изменения вязкости крови и скорости общего кровотока, а также тургора (крепости, тонуса) сосудистой стенки. Теперь ответьте на вопрос: удаляя очередной узел геморроя или уничтожая лазером куски расширенных вен, можно ли привести в порядок общую сосудистую систему и кровь? Понятно, что, удалив одну вену, мы увеличиваем нагрузку на другие (хорошо, если они целые и здоровые...). Тогда почему мы удивляемся, что после операции узлы геморроя возникают вновь, а вены продолжают вылезать в другом месте? Причем в запущенных случаях приходится соглашаться на очередную операцию, иначе будут серьезные последствия, поскольку вы слишком долго не помогли своему организму, а врач – не волшебник.

Не все организмы выдерживают лекарственную нагрузку: увеличивается печень, появляется горечь во рту, может развиваться и непереносимость некоторых препаратов.

Люди страдают от побочных эффектов назначаемых таблеток, которые им приходится принимать горстями, получают осложнения в результате их побочных действий и... новые химические назначения, уже от этих осложнений. Ятрогения стала массовым явлением.

Поэтому в последние годы произошел всплеск интереса к изучению пиявок и других нелекарственных, но эффективных и исследованных направлений.

Профессора, академики, кандидаты медицинских наук, практикующие врачи, такие как К. В. Сухов, И. П. Баскова, А. В. Хардинов, М. Г. Газазян, А. И. Крашенюк, О. Ю. Каменев, Г. И. Никонов, познакомившись с впечатляющими доказанными результатами работы методом гирудотерапии, стали профессионально использовать пиявку, писать о этом книги и статьи, учить людей этому методу коррекции здоровья. И многие светила мировой медицины изучали лечебное действие пиявки.

Пиявка – безопасное средство, обеззараживающее и бактерицидное. В годы войны при нехватке лекарств ею спасли от заражения огромное количество наших солдат с гнойными ранами.

Шведский ученый Карл Линней причислил пиявку к лекарственным средствам, дав ей название «пиявка медицинская».

А русский ученый Николай Иванович Пирогов (1816–1881), будучи военно-полевым врачом, вспоминал: «Я ставил много пиявок. Даже в простых переломах, где только отмечалась незначительная опухоль, тотчас же ставились пиявки, и мы получали другие результаты».

Знаменитый русский терапевт, профессор Г. А. Захарьин (1829–1987) на протяжении своей 45-летней практической работы применял пиявки при различных заболеваниях. Хорошие результаты были получены при лечении заболеваний и остановке легочных, геморроидальных и других кровотечений. В одной из своих лекций Г. А. Захарьин рассказал случай, когда у пациентки кровь не останавливалась в течение нескольких суток ни одним из лекарств (кровотечение из носа было вызвано нарушением в гормональной системе). Однако кровь остановилась сразу, как только были поставлены пиявки в нужную зону.

Знаменитый академик, офтальмолог В. Г. Филатов (1865–1957) использовал метод гирудотерапии в своей практике и получал блестящие результаты.

Во время Великой Отечественной войны многие хирурги применяли пиявок, ставили их возле швов для стимуляции циркуляции крови, что приводило к более быстрому заживлению ран, применяли пиявок и при различных стадиях гангрены.

Хорошие результаты лечения больных с применением пиявок получены в клинике челюстно-лицевой хирургии Московской медицинской академии (ММА) им. И. М. Сеченова.

Пиявки улучшают трофику нервной ткани. Впервые с этим столкнулись, когда стали использовать пиявки при лечении детей, страдающих одной из форм детского церебрального паралича (ДЦП), при которой преимущественно поражаются ноги. Все без исключения пациенты к третьему месяцу лечения почувствовали себя значительно лучше, а к пятому месяцу один из маленьких пациентов смог передвигаться сам, если его поддерживали за руку (об этом случае санкт-петербургское телевидение сняло фильм).

Почему же пиявка так эффективна? Воздействие на весь организм в целом и на уже сформировавшиеся тромбы – вот ключ к здоровью. Этому же взгляду придерживаются ведущие зарубежные профессора и кандидаты наук: на последнем, третьем мировом съезде специалистов по гирудотерапии присутствовали представители более чем 20 стран.

Осталось понять главное: гирудотерапия – это просто. Чтобы сделать зарядку, выпить травяного чая или поставить пиявку, не нужно иметь высшее образование и владеть специальными инструментами. Конечно, под руководством тренера, травника или опытного гирудотерапевта вы добьетесь более высоких результатов. Но и самостоятельно занимаясь плаванием, регулярно катаясь на велосипеде или занимаясь на велотренажере, заваривая ежедневно рекомендованный травником сбор, пройдя курс постановки пиявок по этой книге, вы в самом скором времени почувствуете себя другим человеком.

Понятно, что серьезные патологии снять непросто: придется учиться и травничеству, и гирудотерапии, и фунготерапии. Но прибавить себе сил, уменьшить, а затем и свести к минимуму симптомы, увидеть первые результаты восстановления получится у каждого.

Пиявки вырабатывают десятки восстанавливающих организм ферментов, и каждый фермент – чудодейственное натуральное лекарство.

Большинство пар, которые приходят ко мне с бесплодием, получают желанного ребенка. Статистика примерно одинакова у всех грамотных гирудотерапевтов: 87% женщин с поставленным диагнозом «бесплодие» беременеют буквально после пары курсов постановки пия-

вок. Кроме того, трудотерапия помогает женщинам со спаечными процессами, которые очень мешают жить: спайки размягчаются, и неприятные ощущения исчезают, функции яичников постепенно восстанавливаются. Практика показала, что лечится даже гипоплазия матки (так называемая детская матка – это заболевание, при котором матка недоразвита, из-за этого женщины часто не могут забеременеть). Чтобы им помочь, нужно «заставить» яичники вырабатывать женские половые гормоны. И когда вследствие улучшения кровообращения и активности гормональной системы яичники начинают работать, матка приходит в норму! В нашем сообществе ВК мы рассказали один из таких случаев.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.