

(11) Patent numeris: **3454**

(51) Int.Cl.<sup>5</sup>: **G01N 33/02,  
A61B 10/00**

(21) Paraiškos numeris: **IP1917**

(22) Paraiškos padavimo data: **1994 04 20**

(41) Paraiškos paskelbimo data: **1995 04 25**

(45) Patent paskelbimo data: **1995 10 25**

(72) Išradėjas:  
**Stanislavas Mezencevas, LT**  
**Andriejus Mezencevas, LT**

(73) Patent savininkas:  
**Stanislavas Mezencevas, Akmenų g. 4-6, 2009 Vilnius, LT**  
**Andriejus Mezencevas, Jašiūnai, 4094 Šalčininkų r., LT**

(74) Patentinis patikėtinis:  
**Vytautas Guobys, 10, a/d 1392, 2056 Vilnius, LT**

---

(54) Pavadinimas:  
**Maisto produktų parinkimo individualiai mitybai būdas**

(57) Referatas:

Išradimas skirtas maisto produktų parinkimo individualiai mitybai būdui. Būdas apibūdinamas tuo, kad pacientas vartoja vienodą racioną per laikotarpį, reikalingą jo organizmui praeiti adaptacinį persitvarkymą, kurį sudaro, mažiausiai, treniravimo ir aktyvacijos stadijos; registruojami kiekvienai stadijai būdingi paciento organizmo būklės požymiai; atliekamas įvairių maisto produktų atskiras aprotavimas; registruojami atsakomosios organizmo būklės požymiai; atliekamas įvairių maisto produktų atskiras aprotavimas; registruojami atsakomosios organizmo reakcijos požymiai; palyginami atsakomosios reakcijos požymiai su kiekvienai stadijai būdingais požymiais ir pagal tai parenkami maisto produktai. Siekiant padidinti būdo tikslumą ir efektyvumą, sutrumpinti proceso trukmę ir išplėsti jo pritaikymo sferą, adaptacinio paciento organizmo persitvarkymo metu jam vartojant vienodą racioną arba įvairių maisto produktų atskiro aprotavimo metu papildomai išskiriamos ramios aktyvacijos, padidintos aktyvacijos ir skausmingų organizmo apraiškų būklės, o įvairių maisto produktų aprotavimas atliekamas laipsniškai didinant virškinamojo trakto fiziologinį apkrovimą.

Išradimas susijęs su medicina ir skirtas maisto produktų parinkimo individualiai mitybai būdui, kuri gali naudoti mitybos optimizavimui tiek praktiškai sveiki, tiek ir kamuojami įvairių susirgimų žmonės.

5 Pareikštas būdas gali būti panaudotas ir tikslinei individualiai mitybai, pavyzdžiui, sportininkams, kosmonautams ir pan.

Žinoma, kad žmogaus aktyvaus gyvenimo trukmė tiesiogiai priklauso nuo jo mitybos intensyvumo ir gausumo. Tačiau jo kasdieninis mitybos racionas, pagrįstas tiek nacionalinėmis, šeimos tradicijomis, tiek ir remiantis informacija apie maisto produktų kaloringumą, rekomenduojamais normatyvais vidutiniam statistiniam

10

15 žmogui, neleidžia jam išvengti perteklinės mitybos.

Dėl perteklinės mitybos pasunkėja reguliacija ir žmogaus pagrindinių organų ir organizmo sistemų darbas, ypač jų aprūpinimas energija, tai mažina žmogaus darbingumą, bendrą darbingos gyventojų dalies potencialą. Su šiais rodikliais akivaizdžiai susijęs įvaizdis apie priimtina žmogui ir visuomenei vidutinę statistinę gyvenimo trukmę aplamai ir konkrečiai apie produktyvųjį jos periodą.

20

25

Atsiradus stabiliems susirgimo požymiams, dažniausiai pradedama naudoti gydomąsias dietas - rekomenduojamų esant tam tikriems organizmo funkcinės būklės sutrikimams ir ligoms patiekalų ir produktų kompleksus

30 (Smolianskij B.L., Abramova Ž.J. Spravočnik po lečebnomu pitaniju dlia dietsestior i povarov, 1984, 84, 85 p.).

Tačiau žinomos gydomosios dietos neleidžia atsižvelgti į individualias organizmo būklės ypatybes. Dėl šios priežasties į gydomąją dietą įeinantys produktai, dažniausiai ne visiškai atitikdami atskiro žmogaus

35

metabolinėms ir funkcinėms organizmo ypatybėms, dažnai  
lieka pertekliniais jo atžvilgiu ir neužtikrina  
organizmo funkcijų ir fiziologinės būklės  
normalizacijos, neišsaugo ir nepadidina jo vidinės  
5 energijos.

Žinomas maisto produktų parinkimo individualiai mitybai  
būdas, susidedantis iš žmogaus somatometrinių duomenų  
matavimo, medžiagų apykaitos tyrimo ir maisto produktų  
10 pagal gautus rezultatus parinkimo (Smolianskij B.L.,  
Abramova Ž.J. Spravočnik po lečebnomu pitaniju dla  
dietsestior i povarov, 1984, 82 p.).

Nurodytas būdas leidžia parinkti maisto produktus,  
15 geriau atitinkančius konkretaus žmogaus organizmo  
poreikius. Tačiau naudojami atrenkant produktus  
somatometriniai ir medžiagų apykaitos duomenys neparodo  
metabolinių ir funkcinų organizmo ypatybių. Todėl taip  
parinkti maisto produktai neužtikrina normalios  
20 organizmo gyvybinės veiklos ir fiziologinės būklės.

Taip pat žinomas maisto produktų parinkimo  
individualiai mitybai būdas, kuris iš esmės skiriasi  
nuo aprašytų mitybos parinkimo būdų. Šis būdas yra  
25 eksperimentinio ir empirinio pobūdžio ir leidžia  
praktiškai kiekvienam žmogui biocheminiu ir biofiziniu  
požiūriu įvertinti jo organizmo realias ypatybes ir jo  
vartojamus įvairius maisto produktus (tarptautinės  
paraiškos PCT/SU 91/00269 tarptautinė publikacija  
30 WO 92/10973, TPK<sup>5</sup> A61B 10/00, G01N 33/02).

Nurodytas maisto produktų parinkimo būdas  
individualiai žmogaus mitybai optimizuoti paremtas  
vienodo maisto raciono vartojimu adaptaciniam žmogaus  
organizmo persitvarkymui pasiekti, pasireiškiančiam  
35 nesavaiminiu vystymusi iš pradžių pirmos adaptacinės  
reakcijos fazės - "treniravimo" su jai būdingu  
intelektualinio ir fizinio žmogaus organizmo tonuso

sumažėjimu, po to antros adaptacinės reakcijos fazės - "aktyvacijos" su neįprastu minėtų organizmo būklės charakteristikų pagerėjimu ir, galimai, trečios adaptacinės fazės - organizmo streso būklės vystymusi.

5 Nurodytos reakcijos registruojamos. Po to nuosekliai atliekamas įvairių maisto produktų atskiras aprobavimas ir tuo pačiu metu registruojamos atsakomosios organizmo reakcijos į kiekvieną maisto produktą. Organizmo atsakomosios reakcijos palyginamos su minėtomis

10 adaptacinėmis organizmo reakcijomis į vienodą maisto racioną. Remiantis šiuo palyginimu parenkami tie produktai, kuriuos vartojant atsakomoji organizmo reakcija adekvati adaptacinės reakcijos, besivystančios vartojant vienodą racioną, antrai fazei.

15

Aprašytas būdas grindžiamas tuo, kad vienodo maisto raciono vartojimas, visiškai atsisakant įprasto asortimento, yra žmogaus organizmui neįprastas ir jame sukelia adaptacinį (prisitaikomąjį) persitvarkymą,

20 kuris vystosi pagal adaptacijos dėsninę, kuri 1969 metais atrado L. Garkavi, E. Kvakina, M. Ukolova.

Pagal šį atradimą prisitaikomųjų organizmo reakcijų kompleksas į neįprastą dirgiklio (adaptogeno) poveikį

25 susideda iš šių adaptacinio periodo persitvarkymo stadijų: "treniravimo", "aktyvacijos", "streso" ir "areaktyvumo".

Tačiau pagal aprašytą būdą kai kuriais atvejais savaiminis adaptacijos fazių vystymasis vyksta vangiai, todėl aktyvacija - labiausiai svarbi ir vertinga

30 produktų parinkimui organizmo būklė - išreiškiama nepakankamai. Ypač tai būdinga nerefleksiniams ir nepakankamai aukšto išsivystymo lygio žmonėms, kuriems

35 vertinimo sistema mitybos srityje nėra pakankamai pilna, nes ji neatsižvelgia į neapibrėžtumo būklę. Be to, informacijai apie paciento organizmo būklę gauti

reikalingas tam tikras laikotarpis savaiminio adaptacinio persitvarkymo stadijos vystymuisi.

5 Šis būdas taip pat sąlygoja būtiną žmogaus laikymą stacionare viso adaptacinio organizmo persitvarkymo ir visų jos fazių vystymosi metu.

10 Išradimo uždavinys - maisto produktų parinkimo individualiai mitybai būde sudaryti adaptacinio organizmo persitvarkymo stadijoms tokias sąlygas, kad padidėtų aprobavimo proceso metu organizmo jautrumas ir tuo pačiu - būdo tikslumas ir efektyvumas, sumažėtų jo trukmė, būtų galima išplėsti jo panaudojimo sferą.

15 Šį uždavinį išsprendžia maisto produktų parinkimo individualiai mitybai būdas tuo, kad pacientui vartojant vienodą racioną per laikotarpį, reikalingą organizmo adaptaciniam persitvarkymui, susidedančiam, 20 mažiausiai iš treniravimo ir aktyvacijos stadijų, paciento organizmo būklės požymių, būdingų kiekvienai stadijai, registracijos, įvairių maisto produktų atskiros aprobavimo, organizmo atsakomosios reakcijos požymių registracijos, atsakomosios reakcijos požymių 25 palyginimo su požymiais, būdingais kiekvienai stadijai, ir maisto produktų parinkimo pagal palyginimo rezultatus, pagal išradimą, adaptacinio paciento persitvarkymo metu, jam vartojant vienodą racioną arba įvairių maisto produktų aprobavimo metu, papildomai 30 išskiriamos ramios aktyvacijos, padidintos aktyvacijos ir skausmingų organizmo apraiškų būklės, o įvairių maisto produktų aprobavimas atliekamas laipsniškai didinant virškinamojo trakto fiziologinį apkrovimą.

35 Tinkamiausias laipsniškas virškinamojo trakto fiziologinio apkrovimo didinimas, kai aprobavimas pradedamas nuo įvairių vandens rūšių, paskui atliekamas

- maistinių priedų, tirpstančių vandenyje, sukeliančiame ramios aktyvacijos būklę, aprobavimas, po to - natūralių šviežiai pagamintų ir dirbtinių sulčių bei gėrimų, žalių daržovių ir vaisių, virtų daržovių ir vaisių, košių, gaminių iš ankštinių augalų ir duonos bei pyrago gaminių, nenugriebto ir rūgusiojo pieno produktų, kiaušinių, žuvies ir mėsos patiekalų aprobavimas.
- 10 Tikslinga įvairius maisto produktus aprobuoti dviem etapais: iš pradžių aprobuoti įprastus konkrečiam žmogui maisto produktus, o po to - jo dar nevartotus produktus.
- 15 Papildomas ramios ir padidintos aktyvacijos būklių ir skausmingų organizmo apraiškų būklės išskyrimas pareikštame būde išplečia paties organizmo įvertinamų maisto bandinių galimybes, o maisto produktų aprobavimas didinant virškinamojo trakto fiziologinį apkrovimą, leidžia palaikyti aukštą organizmo jautrumą aprobavimo metu. Aprobuojant pirmame etape įprastus konkrečiam žmogui maisto produktus operatyviai išaiškinami netinkami mitybiniai produktai, t.y. tie produktai, kurie sukelia organizme stresines reakcijas ir skausmingas apraiškas. Antrame etape parenkami produktai, leidžiantys optimizuoti tikslinę mitybą, papildant mitybos racioną šiais produktais.
- 20
- 25
- 30 Visa tai leidžia padidinti pareikšto būdo maisto produktų parinkimo tikslumą ir efektyvumą, sumažinti jo trukmę, išplėsti panaudojimo sferą - parinkti tikslinės mitybos racioną.
- 35 Pareikštas būdas, kaip ir žinomas būdas - prototipas, pagrįstas žmogaus organizmo jautrumo panaudojimu tiems organizmo būklės pakitimams, kurie jame vyksta veikiant įvairiems vandenims, gėrimams ir maisto produktams

tuojau po jų išsiurbimo iš virškinamojo trakto į kraują, kuris pastaruosius išnešioja po visą organizmą. Abu būdai remiasi ta informacija apie savo organizmo bendrą ir atskirų organų bei sistemų būklę, kurią žmogus iš jų gauna apmokymo ir savęs stebėjimo metu. Tačiau žinomame būde tai vyksta savaiminio adaptacinio persitvarkymo fazių vystymosi dėka ir jo metu, tuo tarpu kai pareikštame būde - specialiai sukeltos ir sąmoningai palaikomos ypatingos padidinto žmogaus organizmo jautrumo į pokyčius savyje organizme būklės t.y. žinomame būde informacijai apie organizmą gauti nepanaudojamas valdymo faktorius ir todėl procesas vystosi laisvai, tuo tarpu pareikštame būde vyksta išsikišimas į jo eigą ir sąmoningas jo optimizavimas.

15

Pareikštas būdas įgyvendinamas tokia tvarka.

Iš pradžių didinamas žmogaus (paciento) organizmo jautrumas. Tai pasiekama jam vartojant 13-18 dienų vienodą maisto racioną (monodietą), pavyzdžiui, vandenį ir ryžių košę, virtą vandenyje, vandenį ir grikių košę, virtą vandenyje, vandenį ir duoną, kopūstų sultis. Vartojant tokį maistą vyksta nuoseklus nesavaiminis organizmo adaptacinio persitvarkymo vystymasis, kurį sudaro treniravimo, aktyvacijos ir streso fazės.

25

Organizmo adaptacinio persitvarkymo pirmajai fazei būdinga: žymus protinio ir fizinio darbingumo sumažėjimas, mieguistumas, galimas nedidelis galvos svaigimas arba galvos skausmai, gausių apnašų ant liežuvio, liežuvio ir dantų, atsiradimas, nedidelis ne tik išorinio aktyvumo, bet ir reagavimo greičio į išorinius signalus sumažėjimas (apetitas dažniausiai dar išlieka).

35

Organizmo adaptacinio persitvarkymo antrajai fazei - "aktyvacijai" būdinga: žymus arba visiškas apetito

- dingimas, žymus fizinių, psichinių ir dvasinių jėgų pakilimas, aplinkos suvokimo aštrumo padidėjimas, kvėpavimo dažnumo sumažėjimas, daugiausia - greitas svorio mažėjimas. Adaptacinis persitvarkymas ribojamas
- 5 pasiekus "aktyvacijos" būklę, jei aktyvacija palydima aštriomis skausmo apraškomis. Tokiu atveju tolimesnis organizmo jautrumo didinimas bus netikslingas, kadangi galimas perėjimas į stabilią streso būklę.
- 10 Organizmo adaptacinio persitvarkymo trečiajai fazei - "stresui" būdinga: šuoliškas bendros organizmo būklės pablogėjimas, energingumo sumažėjimas, irzlumas, miego sutrikimas, padidėjęs prakaitavimas, silpnumas. Organizmas, pasiekęs streso būklę, duoda signalą apie
- 15 būtinumą pereiti iš labai nuskurdinto mitybos režimo.
- Po organizmo adaptacinio persitvarkymo požymių, apibūdinančių minėtas persitvarkymo fazes, registracijos atliekamas nuoseklus atskiras maisto
- 20 produktų aprobavimas, laukiant organizmo reakcijos pabaigos į kiekvieną bandinį.
- Produktų aprobavimas atliekamas jų fiziologinio apkrovimo virškinimo traktui didinimo tvarka.
- 25 Aprobavimas pradedamas nuo įvairių žalio vandens rūšių, paskui atliekamas vandenų, apdorotų įvairiais buitiniais metodais aprobavimas, po to - įvairių vandenyje tirpstančių maisto priedų, kaip cukrus, druska, alkoholis, konservantai, po to - natūralių
- 30 šviežiai pagamintų daržovių ir vaisių sulčių, pramoninės gamybos sulčių ir gėrimų, paskui - virtų ir apkepintų nesmulkintų daržovių ir vaisių, paskui košių, gaminių iš ankštinių augalų ir duonos bei pyrago gaminių, nenugriebto ir rūgusiojo pieno produktų, po to
- 35 - žalių ir įvairiai paruoštų kiaušinių, žuvies ir mėsos patiekalų.

Atsakomosiose reakcijose į monodietą ir atskirus bandinius papildomai išskiriamos ramios, padidintos aktyvacijos ir skausmingų organizmo apraiškų būklės. Kartu aprobeuojami vandenys, gėrimai ir kiti maisto produktai pagal jų poveikį į organizmą klasifikuojami į grupes. Maisto produktai, kurie sukelia "ramios aktyvacijos" būklę, įtraukiami į absoliučiai leistinų produktų sąrašą, "padidintos aktyvacijos" būklę - į leistinų produktų sąrašą, "treniravimo" būklę - į iš dalies leistinų produktų sąrašą, "skausmingų organizmo apraiškų" būklę - į neleistinų produktų sąrašą ir "streso būklę" - į absoliučiai neleistinų produktų sąrašą.

Aprobavimas atliekamas dviem etapais - iš pradžių aprobeuojami pacientui maisto produktai, o po to - jo nevartoti produktai. Pirmajame etape produktai, sukėlę skausmingų organizmo apraiškų ir streso būklės, kaip absoliučiai neleistini ir neleistini produktai, išbraukiami iš vartojamų sąrašo, t.y. paremkami produktai, sukėlę treniravimo, ramios ir padidintos aktyvacijos būklės. Antrajame etape atliekamas toks pat produktų atrinkimas, kuris skiriasi tik tuo, kad bandinių skaičius priklauso nuo mitybos raciono tikslo - individualios mitybos produktų parinkimo optimizacijos.

Geresniam pareikšto išradimo suvokimui pateikiami jo konkretaus realizavimo pavyzdžiai.

30

# **1 pavyzdys.**

Pacientas Z., 28 metų, per 18 metų iš pradžių sirgo diateze, po to alergija, o paskutinius 10 metų - sunkia neurodermito forma ant didesnės veido, kūno, rankų dalies. Pacientas 18 dienų laikėsi monodietos (ryžių košė, virta vandenyje). Tuo metu jo organizme

35

nuosekliai vystėsi organizmo persitvarkymo stadijos - "treniravimas", "rami aktyvacija", "padidinta aktyvacija", ir "skausmingų organizmo apraiškų" būklė.

5 Esant "treniravimo" būklei pacientas pajuto žymų protinio ir fizinio darbingumo sumažėjimą, mieguistumą, lengvą galvos svaigimą. "Ramios aktyvacijos" metu pacientui sumažėjo apetitas, paaštrėjo aplinkos suvokimas, sumažėjo kvėpavimo dažnumas, pajuto nedidelį  
10 fizinių jėgų pakilimą, odos dangos būklės pagerėjimą. "Padidintos aktyvacijos" būklės metu pastebėtas didelis fizinių, psichinių ir dvasinių jėgų pakilimas, odos dangos būklės pagerėjimas, aplinkos suvokimo paaštrėjimas, apetito praradimas, kvėpavimo dažnumo  
15 sumažėjimas. "Skausmingų organizmo apraiškų" būklės metu pastebėtas tolimesnis jautrumo didėjimas, energingumo susilpnėjimas, irzlumo atsiradimas, padidėjęs prakaitavimas, niežulių atsiradimas, nedidelis odos paraudimas. Užregistravus šiuos  
20 požymius, buvo atliktas atskiras maisto produktų aprobavimas palaipsniui didinant virškinamojo trakto fiziologinį apkrovimą. Tai pasiekta pradėjus aprobavimą nuo žalio vandens, po to apdorotų įvairiais buitiniaisiais metodais vandenų (virintų, šildytų ir t.t.), įvairių  
25 tirpių vandenyje priedų (cukraus, druskos), natūralių šviežiai pagamintų daržovių ir vaisių sulčių, pramoninės gamybos sulčių ir gėrimų, virtų ir pakepintų daržovių ir vaisių, paskui košių, gaminių iš ankštinių augalų ir duonos bei pyrago gaminių, pieno produktų,  
30 kiaušinių, žuvies ir mėsos patiekalų. Pirmajame etape aprobuojami įprasti pacientui produktai, o antrajame - jo dar nevartoti produktai.

Atlikto aprobavimo metu buvo išaiškinti produktai,  
35 sukeliantys pacientui "skausmingų apraiškų" būklę, odos dangos pablogėjimą (niežuliai, paraudimas, plutelių susidarymas ir t.t.). Tokiais produktais buvo

nustatytas virintas vanduo ir virtas maistas. Ryšium su tuo pacientui ilgam laikotarpiui buvo rekomenduota dieta iš žalių daržovių ir vaisių, kurios dėka odos danga visiškai apsilalė ir oda įgavo normalią spalvą ir elastingumą. Pacientas buvo stebimas 8 metus. Per tą laikotarpį įvyko keletas pažeidimų dėl neapčiuoto vandens pavartojimo (iš šulinio) ir parinktos dietos nesilaikymo. Visi paciento būklės pažeidimai buvo pašalinami per 1-2 dienas, perėjus į anksčiau parinktą individualią mitybą.

## 2 pavyzdys.

Pacientė R., 46 metų, turėjo operaciją dėl gimdos vėžio. Atlikus aprobevimą analogiškai 1 pavyzdžiui, labai reikliai ir rūpestingai buvo parinktas žalias vanduo ir visi jo apdorojimo būdai.

Pasirodė, kad 50°C temperatūros vanduo pacientei sukelia treniravimo būklę su nemaloniu sunkumo pojūčiu mažajame dubenyje, krūtų srityje, pagal plaučių ir inkstų meridianus ir klubų paviršiuje.

Analogiškus pojūčius pacientė jautė atskirai tiriant vandenį ir gėrimus, apdorotus pasterizacijos metodu (70°C). Todėl jai buvo rekomenduota nevartoti panašiai apdorotų produktų.

Siekiant sukelti padidintos ir ramios aktyvacijos būklę, labai kruopščiai parinktas obuolių, morkų, kopūstų ir kitų skysčių turinčių daržovių ir vaisių rūšys tam, kad kaitalioti šias būklę jas išlaikius po 2-3 savaites.

Stebėjimai buvo vykdomi 9 metus nuo pirmos individualios tikslinės dietos parinkimo datos. Bendra pacienės organizmo būklė ir savijauta normalizavosi.

### 3 pavyzdys.

25 žmonių, besimokančių individualiai parinkti maisto  
 5 produktus, grupei, kuri pagal 1 pavyzdyje aprašytą  
 metodiką laikėsi monodietos, atliko įvairių maisto  
 produktų aprobavimą ir parinko individualiai tinkamus  
 maisto produktus, buvo pasiūlyta bandymui kartu išgerti  
 anksčiau nevartotą švarų geriamąjį vandenį, įpakuotą  
 10 Alpėse pasaulyje žinomos prancūzų firmos.

Kadangi visi grupės nariai užsiėmimo metu matė vienas  
 kitą, tai kiekvieno iš jų organizmo reakcijų skirtumas  
 į vieną ir tą patį vandenį buvo akivaizdus. Po 30-40  
 15 minučių 5 žmonės buvo aktyvacijos būklėje, 6 - streso  
 būklėje su ypatingomis apspraiškomis (širdies simptomai,  
 galvos skausmas, skausmai sąnariuose, stubure ir pan.),  
 8 - treniravimo būklėje, 2 - skausmingų apraiškų  
 būklėje su išreikštais laikiniais nervinio ir psichinio  
 20 negalavimo simptomais (galūnių virpėjimas, vangumas,  
 apatija), 4 žmonės į šį vandenį nereagavo.

Tokiu būdu, nurodytas vanduo negalėjo būti  
 rekomenduotas vartoti 8 žmonėms, buvusiems streso ir  
 25 skausmingų apraiškų būklėje.

### 4 pavyzdys.

Buvo atliktas maisto produktų individualiai mitybai  
 30 parinkimas lakūnų grupei (15 žmonių) pagal analogišką 1  
 pavyzdžiui metodiką. Maisto produktų aprobavimo metu jo  
 dalyviams buvo pateiktas priklausantis pagal reglamentą  
 "borto maitinimas". Pagal gautą atsakomąją reakciją  
 išaiškinta, kad daugumai lakūnų šis racionas nesukėlė  
 35 aktyvacijos būklės. Kiekvienam tiriamajam asmeniui buvo  
 parinkti maisto produktai individualiai mitybai, kuriais  
 jie naudojos 5 metus vietoj raciono "borto maistas".

Praėjus 5 metams buvo pastebėtas organizmo atjaunėjimas, padidėjo atsparumas stresinėms apkrovoms, fizinis ir psichinis tolerantiškumas, išnyko eilė 5 funkcinių ir energetinių sutrikimų.

IŠRADIMO APIBRĖŽTIS

1. Maisto produktų parinkimo individualiai mitybai būdas, paremtas vienodo raciono vartojimu per laikotarpį, reikalingą paciento organizmo adaptaciniam persitvarkymui, susidedančiam, mažiausiai, iš treniravimo ir aktyvacijos stadijų, paciento organizmo būklės požymių, būdingų kiekvienai stadijai, registracijos, įvairių maisto produktų atskiro aprobavimo, atsakomosios reakcijos požymių registracijos, atsakomosios reakcijos požymių palyginimo su požymiais, būdingais kiekvienai stadijai, ir maisto produktų parinkimo pagal palyginimo rezultatus, b e s i s k i r i a n t i s tuo, kad adaptacinio paciento organizmo persitvarkymo metu jam vartojant vienodą racioną arba įvairius maisto produktus atskiro aprobavimo metu papildomai išskiria ramios aktyvacijos ir padidintos aktyvacijos ir skausmingų organizmo apraiškų būklės, o įvairių maisto produktų aprobavimą atlieka laipsniškai didinant virškinamojo trakto fiziologinį apkrovimą.

2. Maisto produktų parinkimo būdas pagal 1 punktą, b e s i s k i r i a n t i s tuo, kad laipsniškai virškinamojo trakto apkrovimo didinimą pradeda nuo įvairių vandens rūšių aprobavimo, paskui atlieka maistinių priedų, tirpstančių vandenyje, sukeliančiame ramios aktyvacijos būklę, aprobavimą, po to - natūralių šviežiai pagamintų ir dirbtinių sulčių bei gėrimų, žalių daržovių ir vaisių, virtų daržovių ir vaisių, košių, gaminių iš ankštinių augalų ir duonos bei pyrago gaminių, nenugriebto ir rūgusio pieno produktų, kiaušinių, žuvies ir mėsos patiekalų aprobavimą.

3. Maisto produktų parinkimo būdas pagal 2 punktą, b e s i s k i r i a n t i s tuo, kad įvairių maisto produktų aprobavimą atlieka dviem etapais, iš kurių pirmajame etape atlieka įprastų pacientui maisto

produktų aprobavimą, o antrajame - jo dar nevartotų  
produktų aprobavimą.