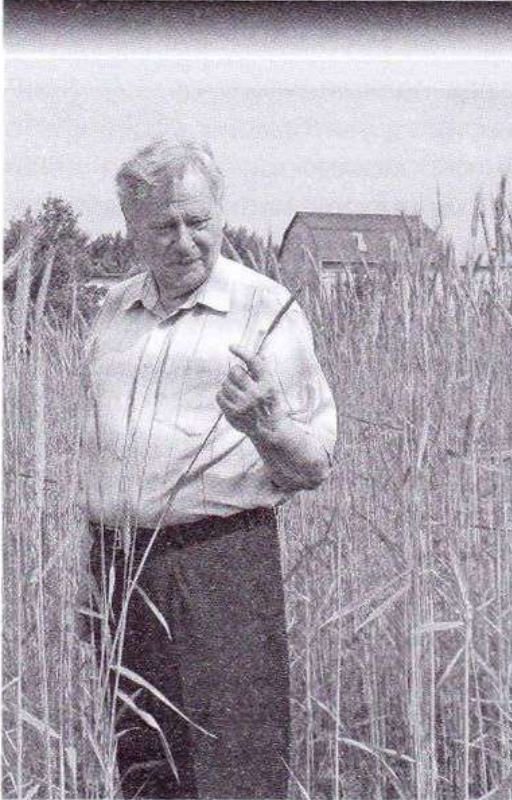




## КОРМОВА БАЗА



**ВІД РЕДАКЦІЇ.** У березні 2024 року виповнилося 86 років **Анатолію Івановичу Потопальському**, директору Інституту оздоровлення і відродження народів України та Благодійного фонду "Небодарний цілитель", керівнику групи модифікації структури біологічно активних речовин ІМБІГ НАН України, кандидату медичних наук, доценту, Заслуженому винахіднику України, професору Європейської академії проблем людини, номінанту Нобелівської премії 2004 р. за спеціальністю «медична хімія» за винайдення протиракового препарату "амітозин". Цей препарат пройшов клінічні випробування автором та Інститутом оздоровлення і відродження народів України на базі онкологічного інституту і спеціалізованих установ України у 1999–2001 рр. Препарат рекомендовано до широкого застосування в медицині. У жовтні 2024 року минає 65 років від дати розробки дієвого протиракового (протипухлинного) препарату "амітозин" (який ефективний навіть при четвертій стадії онкологічної хвороби), який, на жаль, ще не зареєстрований, бо на це потрібні великі кошти...

*Вітаємо Анатолія Івановича 3 Днем народження! Бажаємо міцного здоров'я, сили, натхнення, миру, злагоди і довголіття.*

*Сподіваємося, що знайдеться зацікавлена людина або організація і препарат "амітозин" буде зареєстровано в Україні та налагоджено його серійне виробництво, адже дієвість "амітозину" вже підтверджено клінічними випробуваннями.*

*А сьогодні пропонуємо вашій увазі статтю Анатолія Івановича Потопальського і Олени Іванівни Василенко про розмарин.*

# ПОВНОВАЖНІ ПРЕДСТАВНИКИ РОДИНИ ГЛУХОКРОПИВОВИХ РОЗМАРИН – «МОРСЬКА РОСА» СЕРЕДЗЕМНОМОР'Я В КИЄВІ

**Н**аписання цієї статті викликано надходженням протягом останніх десятиліть на електронну пошту ІОВНУ (Інституту оздоровлення і відродження народів України) від зацікавлених у зміцненні свого здоров'я громадян, прохань допомогти порадами, **як зняти проблеми з пам'яттю і концентрацією уваги, явища депресії і знесилення.** Всі розуміємо, що подібні стани пов'язані, насамперед, з стресовими ситуаціями, викликаними зростаючою загрозою життю наших співвітчизників в умовах війни і пандемій, втратою життєвих орієнтирів і стабільності, постійною психоемоційною і фізичною напругою в суспільстві. Також, з нашої точки зору, ця стаття може

бути корисною пасічникам, зважаючи на цінність розмаринового меду, на властивість рослини цвісти з весни до глибокої осені на Середземномор'ї (в Україні впродовж всього літа), і наш досвід вирощування розмарину в умовах закритого ґрунту, а саме в неопалюваній утепленій теплиці, яка в весняно-літньо-осінні періоди може бути відкрита для доступу бджіл до квітучого, визнаного у світі, Середземноморського медоносу. Також можна розглянути варіант вирощування заморської пахучої красуні в переносних діжках, які на морозний період заносять в тепле приміщення.

Будемо знайомі – Розмарин лікарський (*Salvia rosmarinus* **Spenn.**) багаторічна ві-



чнозелена трав'яниста посухостійка рослина висотою 0,5–2,0 м з родини глухокропивових (Lamiaceae) порядку губоцвіти (Lamiales). Має вигляд сильно розгалуженого куща з великою кількістю гілок. Рослина приємно пахне, світлолюбна і теплолюбна. Латинська назва **ros marinus**, перекладається як морська роса. Гілки щільно вкриті великою кількістю вічнозелених маленьких вузьких лінійно-загострених (1,5–3 см довжиною та 1,5–3 мм завширки), жорстко стирчастих угору, глянцевого зверху і повстяно-білуватих внизу листків на коротких черешках, які дуже нагадують хвою. Старі гілки здерев'янілі, покриті сіро-коричневою корою. Молоді гілки зелені, чотиригранні. Квітки на кінцях гілок зібрані в 5–10 штук у вигляді складної китиці. Квіти маленькі, світло-блакитні. Період цвітіння поступовий – з квітня по вересень. В цей період бджоли святкують – йде інтенсивне постійне відвідування квітів. Завдяки довготривалому цвітінню розмарину бджоли завжди мають підтримуючий взяток. Розмарин – чудовий медонос. Розмариновий мед – пахучий, бальзамічно квітковий, з легкими нотками камфори, майже білий, коли кристалізується. Такий мед багатий літієм, завдяки чому допомагає підтримувати психічне здоров'я: покращує пам'ять, запобігає розвитку хвороби Альцгеймера і старечого недоумства. В наші дні, коли людина подібна до «білки в колесі», і ще має вище власної голови психічних навантажень, погодьтесь: розмариновий мед, або мед з домішками розмаринового, є першою відповіддю на численні питання: які ліки здатні покращити пам'ять, кмітливість і концентрацію думки. Крім розмаринового меду такими ж властивостями володіє чай з гілочками розмарину. Розмариновий мед має протизапальну і антисептичну дію, лікує застуди, грипозні стани і кашльовий синдром, допомагає процесам травлення. У вересні визрівають перші плоди – яйцевидні маленькі горішки. Коренева система добре розвинута, досягає в глибину до 4 метрів. Розмарин має сильний ароматний солодкуватий камфорний запах, який нагадує запах сосни, з трохи гострим пряним ароматом. З давніх часів використовується, як пряна і лікарська рослина, навіть іноді її використовували замість ладану.

Зростає розмарин в основному в західному Середземномор'ї в дикому вигляді. В Ізраїлі, один з авторів статті (А.І. Потопальський), мав змогу спостерігати цілі зарості дикорослого розмарину в посушливих місцях. Розповідав, як блакитні маленькі квітки на верхівках гілок великих дикорослих кущів розмарину нагадували ніжний серпанок блакитних мережив морських хвиль. Тому не

дивна древня назва розмарину – «МОРСЬКА РОСА». Культивується він у Франції, Італії, Північній Африці, Туреччині, на Балканах, Греції і Кіпрі, Філіпінах і Індії, Причорномор'ї. З XIX століття росте на території Криму у Нікітському ботанічному саду – в реаліях сьогодення, на жаль, для нас недоступний.

В м. Київ, в теплиці ІМБГ НАНУ впродовж десятиліть (з 1977 року) ростуть кілька кущів розмарину в умовах закритого, збідненого на азот, ґрунту. В період роботи над модифікацією структури біологічно активних речовин різних дослідних лікарських і харчових рослин з зарубіжних зразків відбувався підбір потенційно можливих для вирощування в умовах України, і особливо в умовах Київщини і Полісся. В Поліській зоні в якості дослідного майданчика для акліматизації рослин, в тому числі розмарину, використовували дендропарк «Перемога» в с. Ходаки Коростенського району. З 1977 року в теплиці вирощуються кілька кущів розмарину. На жаль, наші спроби акліматизації у відкритому ґрунті розмарину лікарського були не вдалі. Рослини у віці від 1 до 5 років не витримували температуру менше  $-3^{\circ}\text{C}$ . Вживали тільки ті, які своєчасно до морозів викопували і пересаджували в теплицю, або з самого початку були посажені в переносні діжки, що на теплий період виносилися на відкритий сонячний простір за межі теплиці. Тому після 3-х років безуспішних спроб залишити на зиму укорінені та достатньо сильні 3-х – 5-ти річні кущі розмарину у відкритому ґрунті, з укриттям і утепленням, лабораторія відмовилась від подальших досліджень. Але цінність розмарину надто висока, щоб взагалі відмовитися від можливості його поширення. Тому основні дослідні кущі, що залишилися в теплиці, перевели на умови «почесних ветеранів досліджень» (фото 1, 2 на стор. 29), і залишили в неопалюваній утепленій теплиці, таким чином, продовжуючи експеримент в умовах закритого ґрунту. За останні два роки, важкі для існування тепличних рослин, була перевірена можливість виживання рослин при різкому погіршенні умов догляду – без опалення і з мізерним нерегулярним поливом. За останнє десятиліття кліматичні умови в Україні міняються – фіксується більше теплих днів взимку з температурою повітря від  $-2$  до  $+5^{\circ}\text{C}$ . Останні два роки теплі ночі зимою з температурою повітря від  $0$  до  $+3^{\circ}\text{C}$  і зимові дощі стають нормою. Таким чином, розширюються можливості виживання середземноморських рослин в умовах закритого ґрунту, без опалення і з мінімальним поливом. Враховуючи складний воєнний стан, в якому перебуває Україна, непередбаченість ситуацій з відключеннями і вимушеними перебоями електро-

постачання, підвищенням цін на комунальні послуги, теплі зими сприяють збереженню рідкісних теплолюбних видів рослин.

Протягом 5-ти останніх років спостерігалось масове укорінення пагонів нашої популяції розмарину, зрізаних нами у грудні-січні місяцях. Укорінення відбувалось у звичайній воді без використання стимуляторів росту. **(фото 3 на стор. 29).**

В природі на його Батьківщині (Ізраїль) основний період цвітіння розмарину припадає на січень – березень, у Нікитському ботанічному саду НАН України (Крим) – весняні місяці: квітень – травень. Наша форма (популяція) розмарину в ІМБІГУ цвіте з червня по серпень. В умовах закритого ґрунту спостерігаєм не масове (поодинокі) цвітіння майже цілий рік з короткочасними перервами на 1–2 місяці **(фото 4 на стор. 29)** – плоди в наших умовах не зав'язуються.

З 1977 року наші кущі розмарину розрослися в тепличних коробах до розлогих високих заростей, частина найвищих гілок дістала скляну стелю теплиці. Масив розмарину зайняв біля 4-х метрів коробка в довжину **(фото 5 на стор. 29)** і створив особливий мікроклімат, більше відчутний в сонячні дні. Відвідувачі і наукові співробітники неодноразово констатували: в періоди сонячного освітлення навколишнє середовище на кілька метрів від кущів напоєне сильними фітонцидами, подібними до соснових ароматів. Під час догляду проводили планові обрізки загущення рослин, одночасно з якими роздавали пагони-живці для поширення серед колег: волонтерів, садоводів, аматорів і однодумців з ціллю розповсюдження розмарину серед якомога більшої кількості населення і з метою збереження його популяції в Україні, особливо в умовах Київщини і прилеглої Поліської зони. Географія поширення наших пагонів-живців розмарину за 40-річне його перебування в теплиці сягнула від Карпат, Закарпаття до Чернігівщини, Сумщини, Полтавщини і північніше.

Більшість укорінених живців у наших співробітників і волонтерів росте в домашніх умовах. Від них ми постійно отримуємо позитивні відгуки та подяку за смачні оздоровчі імунозміцнюючі чаї з розмаринових пагонів і покращання енергетичного простору кімнат, межі яких прикрашають 2-х –10-ти річні кущі розмарину. Тим паче, що завдяки своїм розмірам і ажурності він підходить навіть для вирощування в японському стилі бонсай. Протягом 4-х десятиліть були сотні випадків, коли власники цієї рослини в період спалахів сезонних інфекційних захворювань констатували факти, що грипозні і гострі респіраторно-вірусні інфекційні захворювання протіка-

ли легше, при перебуванні хворих родичів або самого власника в приміщенні, в якому знаходився вазон з розмарином. Також одужанню допомагало вживання чаю з пагінцями цієї рослини. Серед інформації про сприяння рослини до одужання інфекційних хворих зафіксована наступна цікава історія: захворіла родичка співробітниці грипозною інфекцією, в розпал хвороби, коли температура тіла піднялась до майже 40 °С і таблетки не знімали сильний головний біль і ломоту в усьому тілі, через який хвора «не знаходила собі місця». Вона інтуїтивно занурилась носом в улюблений кущ розмарину на підвіконні і протягом невеликого відрізка часу (не більше 10 хвилин) вдихала пахощі рослини і... відчула різке покращання стану! Хвороба, буквально, стрімко відступила, тотальний упадок сил і біль у всьому тілі пройшли, головний біль вщух, температура впала, і через кілька днів від хворобливого стану з температурою, і сліду не залишилось. Таким чином, був несподівано проведений «експеримент» на дезінфікуючу, болезаспокійливу, спазмолітичну, фітонцидну, тонізуючу дію рослини. Його фітонцидні речовини здатні очистити повітря від 80 % мікробів, що знаходяться в приміщенні, він дуже добре справляється з шкідливими мікроорганізмами, такими як стафілокок, стрептокок, кишкова паличка і дріжджові грибки. Згадаємо: в середньовічній історії розмарин використовували в період епідемій – його гілки спалювали на вогнищах, і округа наповнювалась оздоровчими фітонцидами рослини. Також його гілки клали в протичумну маску.

Крім створення сприятливого енергетичного простору приміщень, очищеного від патогенних мікроорганізмів, власники розмарину отримують ще два бонуси користі його використання в господарстві – це домашня рослина-лікар і ароматична пікантна приправа до страв, звісно при вживанні його в розумних дозах, з врахуванням попереджень про протипоказання.

Рослини, які вивчалися протягом тривалого часу, в лабораторії доктора А.І. Потопальського і вирощувалися в теплиці, були не випадкові. Великий відсоток роботи був направлений на пошук засобів рослинного походження, здатних вирішувати нагальні проблеми онкологічних хворих. Тому збір різнопланової інформації про кожен нашу рослину, і, зокрема, про розмарин був обов'язковим. До нашої лабораторії поступала періодично (3–10 разів на рік) від щасливих власників розмарину наступна інформація:

- лікування випадіння волосся і позбавлення від лупи відваром розмаринових гілочок,

- вживання чаю на основі розмарину сприяло очищенню обличчя від фурункулів і запалень, покращанню пам'яті, повертало сили, знімало депресивний стан, головні болі, нервові напруження після важких емоційних і мозкових навантажень,

- примочками з розмаринового відвару прискорювалась регенерація тканин при ранах і опіках,

- інгаляціями, полосканнями і відваром лікувалися хвороби дихальної системи і горла,

- відваром лікувалися хвороби шлунково-кишкового тракту

В романі Олександра Дюма (батько) «Три мушкетери» головний герой Д'Артаньян мав рецепт цілющого бальзаму своєї матінки, який мав силу виліковувати будь-які рани, крім серцевих. До складу цілющого бальзаму входили розмарин, олія, вино та інші зілля, які в романі далі не розшифровуються. Бальзам використовували зовнішньо достатньо ефективно – за один день зтягувалися будь-які рани. Розмарин завжди був улюбленцем травників і лікарів. З нього вичавлювали олію для інгаляцій і розтирань, його пили, додавали до різних багатокомпонентних трав'яних ліків, його дарували як символи любові і вірності, достатку і процвітання. Ним кадили замість ладану, прикрашали житло і вірили, що сили зла оминуть оселю, де знаходиться розмарин. У старину популярністю користувалася розмаринова вода – вважалося, що вона допомагає зберігати і повертати молодість. Відваром розмарину лікували розлади сну і пам'яті, омолоджували. До наших днів зберігся старий рецепт для стимулювання роботи мозку: клали кілька гілочок розмарину у вино, нагрівали і давали випити хворому.

Розмарин використовувався як збуджувальний засіб, завдяки подразнюючим властивостям камфори, яка міститься в його олії.

Якщо розглянути його склад, ми можемо повністю підтвердити давнє уявлення про дію розмарину. В його хімічному складі наявні алкалоїди (розмарицин), урсолова, кавова, хлорогенова, олеанова кислоти, дубильні речовини, розмаринова олія, в складі якої  $\alpha$ -пінен, камфен, цинеол, борнеол, L-камфора, каріофіллен, борнілацетат, лимонен, флавоноїди (апигенін, лютеолін) смоли та гіркоти [1]. Сучасні відомості про дію розмарину показують його, як рослину антисептичну, болезаспокійливу, спазмолітичну, фітонцидну, тонізуючу, антистресову, імуномодельючу, жовчогінну, сечогінну, ранозагоювальну, гіпертензивну. Використання розмарину сприяє підвищенню виділення шлункового соку, зняттю метеоризму, поліпшенню травлення, покращенню мозкового кровообігу, пам'яті та зору (особливо важливо в постінсультний період),

знімає головний, шлунково-кишковий, серцевий біль, посилює скорочення серця, знімає нервову напругу та стресові стани, підсилює імунітет, одночасно вдало бореться з патогенними мікроорганізмами (стрептококами, стафілококами, кишковими паличками, дріжджовими грибками), депресіями, аменореєю, імпотенцією, застудами та гострими респіраторно-вірусними інфекціями, ревматизмом, тромбофлебітом, паротитом, невритами [1]. На сайті компанії «Біонорика» вказана **«Фармакологічна дія розмарину лікарського»**: Має спазмолітичну дію: знімає спазми гладенької мускулатури шлунково-кишкового тракту, сечовивідних шляхів, периферичних кровеносних судин. З цим пов'язаний і сечогінний ефект розмарину, гіпотензивна дія\*, посилення відтоку жовчі. Під дією розмарину посилюється жовчоутворююча функція печінки, збільшується секреція шлункового соку, а також кількість молока у матерів годувальниць. Має виражений протизапальний ефект, обумовлений наявністю розмаринової кислоти. **Показаний** при спазмах жовчних і сечовивідних шляхів, диспепсії, спастичному коліті, фізичній і розумовій перевтомі, неврозах серця, порушеннях менструального циклу. Розмарин застосовують при безсонні, вегетосудинній дистонії, неврастенії, нервових розладах в клімактеричний період, мігрені, запамороченні, істерії, гіпертонії\*, імпотенції, астмі, хронічному бронхіті». (<https://bionorica.ua/zdorove/lekarstvennyye-rasteniya/rozmarin-lekarstvennyj/>)

«Для приготування настою розмарину 1 чайну ложку подрібненого листа заливають 500 мл окропу і настоюють 30 хвилин. Призначають по 1–2 столових ложки 3 рази на день при порушеннях менструального циклу, як тонізуючий і жовчогінний засіб, а також при неврозах серця. Для приготування припарок 2–3 столові ложки стебел з корінням потрібно ошпарити окропом, загорнути в марлю і прикладати до хворого місця. Екстракт розмарину входить до складу комбінованого рослинного препарату Канефрон Н® компанії «Біонорика, СЄ», який застосовують при широкому спектрі проблем сечовивідного тракту» (<https://bionorica.ua/zdorove/lekarstvennyye-rasteniya/rozmarin-lekarstvennyj/>)

Неможливо не написати кілька слів про ефірну олію з розмарину. З сивої давнини до наших днів дійшли відомості про її лікувальну дію. Аромат олії свіжий, чистий, затишний, гіркуватий. Ефірна олія розмарину має протизапальну дію при захворюваннях органів дихання, стимулює захисні сили організму, покращує кровообіг та обмінні процеси, підвищує стійкість до стресів, усуває невпев-



неність в своїх силах, полегшує симптоми вегето-судинної дистонії, підвищує знижений артеріальний тиск\*, усуває запаморочення, допомагає усунути головний біль і мігрень, зняти втому з очей. Аромат розмарину має коригуючий вплив на психоемоційний стан. Ефірну олію розмарину часто використовують в поєднанні з ефірними оліями гвоздики, кедр, лаванди, м'яги, сосни, евкаліпта, шавлії. У дерматології ефірна олія зарекомендувала себе завдяки знеболюючим і протизапальним властивостям. Вона ефективна в боротьбі із шкірними захворюваннями: вугревої висипці, добре тонізує, сприяє регенерації і пружності шкіри, омолоджує її, звужує розширені пори, робить шкіру гладенькою і шовковистою. Ефірна олія розмарину сприяє росту і густоті волосся, усуває лупу. Для збагачення косметичних засобів достатньо 3–5 крапель ефірної олії додати в бальзам, крем, тонік, молочко, шампунь.

До речі, розмарин – смачна сильна класична спеція, яка здатна подавити всі інші, тому її достатньо використовувати в невеликій кількості (!). Також встановлено цікавий факт, при тепловій обробці розмарину його аромат і властивості не зменшуються, тому цю пряність можна додавати на початку приготування страв. Важливо, що розмарин бореться з різними канцерогенами, які утворюються під час теплової обробки продуктів, прибираючи неприємні запахи від м'яса і риби і додаючи приємний пікантний розмариновий запах і смак. Листки, квіти і молоді пагони в свіжому або сухому вигляді використовують в якості пряності до овочевих супів, страв, салатів, м'ясних фаршів, до смаженого м'яса, до маринадів, до грибів, капусти, тіста. До речі, розмарин входить в «суміш Прованських трав».

**Заготівля сушеного розмарину.** Збирають пагони рослини під час цвітіння в сонячну погоду, висушують в темному добре провітрюваному приміщенні і подрібнюють. Найкраща вважається пряність – це молоді листочки розмарину, зібрані з верхньої третини гілок рослини.

**Протипоказання і обмеження до застосування розмарину лікарського.** Протипоказаний при вираженій і ускладненій артеріальній гіпертензії, індивідуальна непереносимість, схильності до судом, а також в період вагітності. Не рекомендований до застосування у дітей молодшого віку (5–7 років), але може бути обмежено контрольоване застосування (третья частина дози дорослих). У терапевтичних дозах не чинить побічної дії. При передозуванні розмарину лікарського може виникати блювота, гастроентерит, жировий гепатоз (ожиріння печінки), подразнен-

ня нирок, маткова кровотеча, набряк легень. Просимо звернути увагу на те, що у вживанні розмарину, як і будь-яких інших рослин, в якості оздоровчих засобів, їжі або пряності міра повинна бути в розумних межах здорового глузду, а не раба «ненаситної утробы»!!!! Великому Парацельсу, швейцарському лікарю епохи Відродження, філософу, алхіміку, одному з засновників сучасної науки, реформатору медичної практики і теорії, належить фраза: «Все — отрута, все — ліки; те і інше визначає доза».

Сорокарічна практика розмноження і вирощування в умовах закритого ґрунту цінної лікарської, ефіроолійної, харчової і декоративної рослини – розмарину, підтверджує перспективність її культивування, поширення і широкого раціонального використання в умовах сезонних спалахів інфекційно-вірусних хвороб, як для загального зміцнення імунітету організму людини, так і лікування від специфічної противірусної і мікробно-вірусної інфекції.

Враховуючи можливість вирощування розмарину в невибагливих умовах присадибних ділянок, пропонуємо практикувати сезонне культивування (з квітня по жовтень). В зв'язку із збільшенням теплих зимових днів і тенденцією росту їх сезонних коливань, період вирощування у відкритому ґрунті розмарину може бути продовжений (з березня по листопад) за умови моніторингу низьких температур в навколишньому середовищі.

І пам'ятаємо постулат Парацельса: «Найважливіша основа ліків – любов», тому тільки через любов один до одного ми зможемо затримати розвиток хвороби, додати життєдайні сили людям, які нас оточують, перетворити навколишнє середовище на благодатне, бо Бог є Любов, і ми як творіння Його повинні нести цю Любов світу.

*\*В різних джерелах є різнопланові відгуки відносно дії розмарину на організм людини. Дані взяті з архіву Лабораторії модифікації структури біологічно активних речовин. Нами здійснювались регулярні щоденні (вранці і ввечері) власні виміри артеріального тиску після споживання чаю з розмарином. Змін, крім звичних цифр коливання артеріального тиску, під час регулярних спостережень не було. Рекомендованих сучасною медициною готових, затверджених ВОЗ, протоколів ми не вважаємо законними і істиною в останній інстанції.*

Список використаних джерел

1. «Полный атлас лекарственных растений» /сост.И.С.Алексеев. – П493Донецк: ООО "Гло-





**Фото 1.** Розмарин у теплиці  
(м. Київ, літо 2017 р.)



**Фото 2.** Гілка 40-річного  
"почесного ветерана  
досліджень" (м. Київ)



**Фото 3.** Білі  
кореневі відростки  
укоріненого  
розмарину,  
зірваного в грудні  
місяці 2023 р. для  
зимового букету,  
в звичайній  
воді (м. Київ,  
19.02.2024 р.)



**Фото 4.** Цвітіння розмарину  
в теплиці  
(м. Київ, 16.02.2022 р.)



**Фото 5.** Масив розмарину в теплиці  
ІМБГ НАН України (м. Київ, 16.02.2022 р.)

рия Трейд", 2013.-400 с.

2. Потопальський А.І., Василенко О.І. «РОЗМАРИН – ЦІННІСТЬ, МОЖЛИВОСТІ І ДОСВІД ВИРОЩУВАННЯ В УМОВАХ ЗАКРИТОГО ГРУНТУ»/ Основні, малопоширені і нетрадиційні види рослин – від вивчення до освоєння (сільськогосподарські і біологічні науки): Матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції (у рамках IX наукового форуму «Науковий тиждень у Крутах – 2024», 13-14 березня 2024 р., с. Крути, Чернігівська обл.) / ДС «Маяк» ІОБ НААН: у 3 т. Обухів: Друкарня ФОП Гуляєва В.М., 2024. Т. 2. 222 с.

**А.І. ПОТОПАЛЬСЬКИЙ,**  
кандидат медичних наук, доцент,  
професор Європейської академії  
проблем людини,  
директор Інституту  
оздоровлення і відродження  
народів України та  
Благодійного фонду  
"Небодарний цілитель",  
заслужений винахідник України,

**керівник «Центру духовного  
відродження та оздоровлення  
людини і довкілля» на базі  
Національного університету  
біоресурсів і природокористування  
України,  
старший науковий співробітник  
Інституту молекулярної  
біології і генетики  
Національної Академії наук України,  
О.І. ВАСИЛЕНКО,  
заступник директора  
Інституту оздоровлення і  
відродження народів  
України та Благодійного фонду  
"Небодарний цілитель"**

Електронна пошта для листів:  
[Labmsbar@gmail.com](mailto:Labmsbar@gmail.com)

Сайт Інституту оздоровлення і  
відродження народів України:  
<https://www.potopalsky.kiev.ua/ua/index.html>