

К читателям

Наша книга отражает убеждения и идеи автора. Ее задача — поставить проблему и осветить тему. Но ни автор, ни издатель не ставили целью дать в этой книге медицинские, оздоровительные или какие-то иные персональные советы. Читателю следует проконсультироваться со специалистами, прежде чем следовать изложенным здесь рекомендациям или делать из них какие-либо выводы.

Авторы и издатель снимают с себя всякую ответственность за любого рода материальный ущерб, потери или риски, прямые или косвенные, вследствие бесконтрольного использования и практического применения содержащегося в данной книге материала.