

РОЛЬ СТРУКТУРИРОВАННОЙ ВОДЫ В ОЗДОРОВЛЕНИИ ЧЕЛОВЕКА

Невская Людмила Леонидовна,

кандидат медицинских наук, врач-онколог, иммунолог

г. Минск, Беларусь

Когда несколько лет назад у меня появился тест, позволяющий количественно определять уровень обезвоживания человека, я была потрясена, насколько обезвожены обращающиеся за моей консультацией люди. Кроме того, тест наглядно демонстрировал, что только структурированная вода способна удовлетворительно гидратировать организм. В этом отношении Корректорам Функционального Состояния нет конкурентов.

Водопроводная, бутилированная, кипяченая вода, даже употребляемые из расчета минимально требуемых тридцать миллилитров на килограмм массы тела в сутки, не справлялись с задачей гидратирования, и уж подавно не годятся для борьбы с обезвоживанием чай-кофе (содержат обладающие мочегонным эффектом метилксантины, причем зеленый чай не является исключением), сахаросодержащие напитки (сахар осмотически связывает воду, даже природный сахар, содержащийся в соках), травяные чаи (практически все травы обладают мочегонным эффектом, даже если этот эффект не стоит первым-вторым пунктом в перечне фармакологических эффектов, он будет десятым или двадцатым), минеральная вода (соли осмотически связывают воду, да и солевой состав воды отличается от солевого состава сред организма).

Еще один важный момент: разовая порция воды не должна превышать 50-70 миллилитров (два-три глотка). Конечно, никто не запрещает выпить и литр за раз, только усвоится организмом те же 50-70 миллилитров. Весь объем воды равномерно распределяется в течение дня.

Существуют вредные с моей точки зрения рекомендации: не пить за час до еды и два часа после. Но тогда вообще не остается времени пить!

Надо четко понимать, что организм человека даже в состоянии чрезвычайного обезвоживания не превращается в засушенную воблу. Включается множество приспособительных по своему характеру механизмов, противостоящих обезвоживанию. А эти приспособительные механизмы, в свою очередь, запускают патологические реакции.

При обезвоживании в тканях происходит накопление хлорида натрия (поваренной соли) с целью осмотически связать дефицитную воду. Отсюда возникают отеки. Отеки - от недостатка воды, а не от ее избытка! Когда человек выпивает чуть больше воды, отеки усиливаются. Это поваренная соль связывает воду. Но если человек продолжает насыщать организм водой, спустя несколько дней происходит обратное - отеки уходят, люди рассказывают, что чуть ли не каждые пять минут бегают в туалет. Лучшее мочегонное - чистая вода. Вода усиленно выводит из организма хлористый натрий. Натрий - это незаменимый элемент, он нуждается в восполнении! Меня часто спрашивают, нужно ли подсаливать воду? Если не нравится вкус подсоленной воды, то воду не подсаливают, а берут несколько кристалликов соли ложечкой и рассасывают во рту.

При обезвоживании возникает дефицит заполнения кровеносного русла кровью. При этом артериальное давление крови снижается, возникает гипоксия, прежде всего от гипоксии страдает головной мозг. Опять организм включает приспособительные реакции - повышает артериальное давление. Но тут врачи назначают гипотензивные препараты, давление снижается. Что происходит с головным мозгом? Гипоксия нарастает. Невропатологи во всем мире бьют тревогу - гипотензивные препараты вызывают синдром обкрадывания головного мозга. Отсюда, в частности, рост в геометрической профессии болезни Альцгеймера,

старческого слабоумия, которая диагностируется уже у шестидесятилетних. Кардиологи пока, не без помощи фармацевтических компаний, успешно защищают свои позиции. А ведь достаточно правильно пить воду! Если первоначально случаи нормализации артериального давления мы воспринимали как чудо, ахали и охали («Ушла гипертония с двадцатилетним стажем!»), то теперь это стало нормой. Напротив, если в течение трех-четырех месяцев не наступает устойчивой нормализации артериального давления, мы устраиваем «разбор полетов» - «не пьете воду так, как ее надо пить, не приводите себя в порядок эмоционально». Стрессы, как показывает мой метод, повышают потребность организма в воде: чем сильнее стрессы, тем выше потребность.

При обезвоживании, как приспособительная реакция, возрастает синтез холестерина организмом. Дело в том, что холестерин выполняет роль герметика - уплотняет стенки кровеносных сосудов, помогая удерживать воду, точнее, остатки воды в них. И опять же, у нас немало случаев нормализации холестерина по данным биохимического исследования крови после того, как человек начинает пить структурированную воду. Теперь мы ставим задачу, чтобы этого достигали все. Современная медицина для нормализации повышенного уровня холестерина предлагает гипохолестеринемические препараты - статины. Препараты обладают рядом существенных побочных эффектов - прежде всего они способствуют депрессии. Назначаемые при этом антидепрессанты тоже обладают побочными эффектами, требуется дополнительная фармакологическая коррекция. Не правда ли, фармацевтическая промышленность умело обеспечивает себя клиентурой? Не правда ли, медицина, утверждающая, что иначе лечить невозможно, давно превратилась в структуру, лишь обслуживающую фармацевтическую промышленность? Весьма любопытна статистика: доходы от продажи гипохолестеринемических препаратов занимают третью строчку в рейтинге доходов мирового фармацевтического бизнеса. Препараты недешевы, их рекомендуют принимать пожизненно, начиная с сорокалетнего возраста... А всего-то питье структурированной воды решает проблему.

Тромбозы - это всегда обезвоживание. Когда мне знакомые сообщают, что кто-то умер от инфаркта, инсульта, тромбоэмболии легочной артерии, я всегда говорю, что на самом деле человек умер от обезвоживания. Если бы человек правильно пил воду, трагедии не произошло бы.

Совсем недавно Евросоюз отменил ограничения на бутылки с питьем, проносимые на борт самолета. После терактов в 2002-ом году разрешалось проносить питье в емкостях не более 100 миллилитров. А когда подсчитали количество «тихий» смертей от тромбозов после авиа-перелетов, то они многократно превысили потенциальные смерти от возможных терактов.

Обезвоживание существенно затрудняет работу иммунной системы. Каждую секунду в организме человека образуются девятьсот трансформированных клеток. Это еще не злокачественные клетки, но в результате множества этапов перерождения они способны стать злокачественными. Задумайтесь, девятьсот плохих клеток каждую секунду! Я иногда шучу, удивительно не то, что люди заболевают раком, а то, что не заболевают. При сверхгущении крови защитным клеткам трудно осуществлять свои функции. Помогите своему иммунитету питьем структурированной воды!

Дизурические нарушения часто связаны с обезвоживанием. Если у ребенка энурез (ночное недержание мочи), неразумные родители ограничивают его в питье. Мне приходится объяснять, что сверхконцентрированная моча вызывает раздражение слизистой мочевого пузыря, результатом чего является непроизвольное мочеиспускание. Ни в коем случае нельзя ограничивать ребенка в питье! К сожалению, некоторые родители упорно стоят на своем.

Недержание мочи у женщин в менопаузе связывают с гормональным дисбалансом. А ведь это тоже проблема обезвоживания. Сверхконцентрированная моча раздражает

слизистую мочевого пузыря. Приходится убеждать женщин: уж если вы ходите с прокладками, попробуйте противоположную тактику - пить воду. Те, до кого удастся достучаться, потом благодарят.

У мужчины аденома предстательной железы, оперативное удаление противопоказано. Мочеиспускание только с катетером. Когда мужчина стал пить структурированную воду, то появилось самостоятельное мочеиспускание.

Мочекаменная болезнь и желчекаменная болезнь - их причина в обезвоживании. Нормальная желчь растворяет даже стекло. То, что в желчном пузыре образуются песок и камни, является нарушением коллоидной структуры желчи от недостатка воды. Питье структурированной воды приведет к тому, что камни распадутся до песка, а песок выйдет наружу.

Гастрит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки - болезни обезвоживания. Мне попалось интересное исследование, в котором установлено, что бактерия хеликобактер, вызывающая гастрит, язву и рак желудка, гарантированно отсутствует у людей, чей годовой доход на члена семьи составляет 70.000 долларов и выше. Это связывают с высокими стандартами жизни. Когда я использую свой тест на обезвоживание, то я четко вижу, что бактерия хеликобактер уходит спустя два-три месяца после нормализации обезвоживания. Вывод: не обязательно иметь 70.000 долларов на члена семьи, достаточно всего лишь пить воду.

Имеются благодарные отзывы людей о том, что ушли головные боли, шум в голове, шум в ушах после питья воды.

Серьезные показатели обезвоживания наблюдаются у больных сахарным диабетом. Глюкоза осмотически связывает воду. Убедить диабетиков усиленно пить воду - задача повышенной сложности. У женщины был уровень глюкозы в крови 22 ммоль/л - и это на фоне инсулина. Женщина стала пить структурированную на КФС воду и сахар почти нормализовался.

Особенно чувствительны к недостатку воды дети. Маленькие дети при этом кричат, а взрослые не понимают, в чем дело. Женщина рассказывала, что она стала давать своему маленькому внуку заряженную на КФС воду. Ребенок тут же успокаивался. Приходит дочь и спрашивает: «Почему ребенок, когда он со мной, кричит, а с тобой - спокойный?» - «Я же его, - отвечает женщина, - водичкой с пластинки пою!» - «Нет, этого не может быть», - говорит дочь.

Спрашивают, сколько давать ребенку воды? Все очень просто - предложите ребенку пить с ложечки. Пока пьет - пусть пьет, начал выплевывать - прекратите давать. У детей и животных хорошо работают природные инстинкты.

Меня в шутку называют специалистом по обострениям. Когда возникают конфликтные ситуации, приходится объяснять, что таких страданий не возникло бы, если бы люди правильно пили воду.

А также структурированная вода делает кожу гладкой и предотвращает старение, предотвращает запоры, решает проблему приливов (климактерический синдром), служит основным смазочным материалом в суставных щелях, восстанавливает амортизирующее действие позвоночных дисков, предотвращает глаукому, способствует устранению эректильной дисфункции (импотенции), является лучшим средством снижения веса, восстанавливает нормальный сон, предотвращает тревогу, депрессию, прекрасно тонизирует, помогает избавиться от зависимостей и многое, многое другое.

В истории человечества медицина была профилактической только однажды - врачу китайского императора платили жалованье тогда, когда император и члены его семьи были здоровы. Корректоры Функционального Состояния - это самая настоящая профилактическая медицина. Сейчас мы вынуждены оперировать понятием болезни,

но с каждым годом мы все больше и больше будем говорить о здоровье. Я слышала мнение, что через десять лет корректоры будут у каждого. Все в наших руках!