

Слово шлаки известно всем. Выясним, что же это такое. Почему любые оздоровительные и омолаживающие процедуры должны начинаться с очищения от шлаков и восстановления работы желудочно-кишечного тракта? Внутренняя поверхность нашего кишечника складчатая и покрыта миллионами ворсинок, которые увеличивают площадь его слизистой оболочки в несколько раз. Стенки толстого кишечника имеют еще и мешкообразные выпуклости, так называемые гаустры. Пока мы молоды, проблем не возникает — мышцы кишечника справляются с моторно-эвакуаторной функцией, и никаких шлаков не образуется. Но с окончанием формирования организма значительно снижается потребность в питательных веществах и количестве потребляемой пищи, нагрузка на мышцы кишечника резко уменьшается. Как следствие, мышцы начинают атрофироваться. Кишечник становится ленивым, сокращается более вяло. И остатки пищи оседают между ворсинками, образуя шлаки слизистой оболочки. Шлаки, это продукты обмена веществ, которые накопились постепенно как в отдельных клетках нашего организма, так и в тканях различных органов. Это конечные продукты метаболизма: мочевины, мочевая кислота, креатинин, креатин, аммонийные соли и др.

А гаустры толстого кишечника из-за ослабления мышц растягиваются, продвижение пищи еще больше замедляется, развиваются запоры. И таких шлаковых накоплений мы можем носить в себе от 5 до 25 кг. Эти шлаки уменьшают «рабочую» поверхность кишечника, нарушается усвояемость питательных веществ, витаминов, которые не могут просочиться через шлаковый панцирь. Вот почему у пожилых людей нарушается обмен веществ. И можно сколько угодно принимать лекарств, витаминов, при этом жаловаться — не помогают. Дело не в «плохих» лекарствах, а в том, что они не усваиваются.

Но шлаки — это еще полбеды! Беда — это токсины и яды, образующиеся в кишечнике в результате снижения его активности. При задержке пищи в кишечнике более чем на сутки в нем развивается гнилостная микрофлора, продукты жизнедеятельности которой и есть те яды и токсины, вызывающие хроническое отравление нашего организма. Кровь, оттекающая от кишечника, проходит через печень и более-менее очищается. Поэтому вначале мы не ощущаем интоксикации. Но с возрастом печень становится не в состоянии выполнять свою основную функцию в организме — регулировку уровня жира. Поэтому концентрация жиров (холестерина) в крови повышается — жир оседает на стенках крупных и мелких сосудов, уменьшая их просвет. Нарушается кровообращение непосредственно в органах и тканях. Это приводит к патологическим изменениям во всем организме, к развитию атеросклероза, поражению сердечно-сосудистой, эндокринной систем и организма в целом. Вот почему мы порой так быстро стареем, а смертность от последствий атеросклероза (инфаркт, инсульт и пр.) стоит на первом месте. И лечение любого заболевания необходимо проводить

с обязательным восстановлением работы желудочно-кишечного тракта. Как не допустить атрофии мышц кишечника и вытекающих негативных последствий? Шлаки накапливаются в соединительной ткани, в жировой и костных тканях, в неработающих и малоработающих мышцах, а так же в протоплазме клеток. Все это застаивается, гниет, превращается в эндотоксины, и если не помогать своему организму очищаться, приводит к различным заболеваниям и онкологии (канализация в организме, стоячее биологическое болото). Отложение шлаков может протекать и на кожных покровах, ногтях... Наибольшее количество шлаков скапливается в кишечнике, печени, почках. Кишечник выполняет очистительную функцию, но у большинства людей кишечник забит массаами, состоящими из остатков пищевых веществ. Пища должна проходить 12 часовой цикл пищеварения, однако у нездоровых людей проходит за сутки и более. Неправильное пищеварение приводит к образованию кишечных полипов и различных опухолей. Становится причиной растягивания мышечной стенки кишечной трубки, нарушается сократительная функция. Заполненный малоусвояемой и неправильной пищей кишечник, старается отдохнуть и находится в малоподвижном состоянии. Кишечник надо периодически очищать. Если не помочь кишечнику организм начинает отравлять сам себя и возникает хроническая интоксикация. Признаки состояния хронической интоксикации, это: повышенная утомляемость, раздражительность, нервозность; периодические головные боли; слабость, потливость, зябкость; нарушение сна; повышение газообразования в кишечнике, запоры или поносы; неприятный запах изо рта, горечь во рту, обложенный язык; желчекаменная болезнь; слизь, выделяющаяся через носоглотку; выделения из влагалища, гинекологические заболевания; кожные заболевания: сыпь, угри, экзема, сухость кожи; аллергические реакции, зуд, жировики; гипертоническая и гипотоническая болезни; неприятный запах тела; снижается иммунитет. Если, находясь в состоянии интоксикации, человек будет употреблять медикаментозные средства, то их активность будет не только снижена, но и их действия будут искажены. В этом случае результат от приема медикаментозных средств будет непредсказуемым. А виноват в этом, прежде всего загрязненный организм, а точнее хозяин этого организма. Причины засорения организма: 1) переедание, перенасыщение животными белками, животными жирами и крахмалами; 2) неправильное сочетание продуктов питания; 3) злоупотребление острыми блюдами; 4) алкоголь; 5) табак; 6) наркотические вещества; 7) лекарственные препараты; 8) обезвоженность организма (недостаток воды, несоблюдение питьевого режима); 9) гиподинамия. Шлаки, годами накапливающиеся в кишечнике, усугубляют действие отрицательных экологических факторов. Для очистки организма и устранения интоксикации, в том числе используются энтеросорбенты - препараты, выводящие из организма вредные вещества. До последнего времени в основном применялись - производные древесины (активированный уголь), препараты на основе целлюлозы и лигнина. Но, к сожалению, при высокой своей эффективности, кроме вредных, они «без разбора» выводят из организма и полезные вещества - витамины, микроэлементы, ферменты, нормальную микрофлору и так далее.