

Вода. Здоровье. Жизнь.

А.А.Назаров

КАК ДОЖИТЬ ДО 100 ЛЕТ, ОСТАВАЯСЬ ЗДОРОВЫМ

Москва, 2019 г.

УДК 614
ББК 51.1(2)2
Н19

Назаров А.А.

Н19 как дожить до 100 лет, оставаясь здоровым. 2018.
— 96 с.: илл.

При неизлечимой подагре, язве и других болезнях более 15 лет без врачей, лекарств и болезней.

Эти знания бесценны. Они помогут вернуть здоровье и учат жить без болезней. С ними нас должны знакомить с детского сада, но, увы, сегодня их запретили законом. Этому не учат в медицинских ВУЗах, ибо их спонсируют фармкомпании, а им мы нужны больными.

Здесь приводятся простые объяснения, почему необходимо вовремя пить правильные воды, чтобы быть максимально здоровыми с первых дней жизни. За детей в ответе сначала родители, затем — школа (должна же она учить основам ЗОЖ). В Европе прерывают уроки, чтобы дети под присмотром учителя, выпили воды, а у нас требуют доказательств ее важности. А дальше — читайте, думайте, а при болезнях пеняйте только на себя любимых.

Ознакомьтесь с аксиомами здоровья, проведите «техобслуживание», «капремонт», наладьте синхронную работу органов и систем, это очень просто, и вы увидите, что организм еще долго может служить верой и правдой радиовому хозяину.

ISBN 978-5-9908037-2-5

УДК 614
ББК 51.1(2)2

ISBN 978-5-9908037-2-5

©Назаров А. А.

От Автора

Посвящается маме Назаровой Зое Петровне

«Мам, прости! Я не успел...»

Уверен, многие, даже не начав читать, задались вопросом: «А имеет ли право человек, не доживший до 100 лет, давать подобное название книге?» Я думаю, да, поскольку уверен, что сам проживу более 100 лет, а эта книга поможет, прочитавшим ее и выполняющим хотя бы небольшое количество рекомендаций, надолго сохранить здоровье и прожить значительно дольше.

Почему люди, прожившие более 100 лет, не пишут о том, как им это удалось?

Доживших до этого возраста очень мало, и возможно, с возрастом они становятся мудрее, понимая, что эти труды будут напрасны, поскольку «жизнь» в этом мире становится все дороже и все менее ценна, очень скоро, многих заменят роботы и компьютеры.

Биологию не обманешь. С годами мы не становимся умнее, но видимо, **мудрость** концентрируется.

Мне очень повезло с Ангелом Хранителем! В юности и молодости он семь раз спасал меня от случайной смерти, они описаны в книге «Активная вода для здоровья и долголетия». А после 40 лет пошли болезни и лекарства, которых становилось все больше: изжога, гастрит, язва, холецистит, неизлечимая подагра, не поступление слезовой смазки в глаза,... и наконец, операционный стол с удалением желчного пузыря. Лекарств добавлялось, но они по прежнему не помогали. И только теперь я понял, что это мой Ангел Хранитель вместо них протянул мне «удочку», чтобы я попытался сам разобраться в причинах возникновения болезней. И у меня получилось. Оказалось, что основная проблема в **обезвоживании**. Надеюсь, и вы прочитав книгу, поймете это.

Мир меняется все быстрее, в нем все больше лжи. Основными ценностями становятся власть, деньги, приближенность ко «двору»

и «телу». Забыто даже **«здоровье»** и **«долголетие»**, иначе как объяснить, что в 2013 году в Париже завершились исследования на крысах с оливковым маслом, активированным фуллеренами, показавшие возможность продления жизни более чем в 2 раза (ранее удавалось так на 20%). И казалось бы, радуйся и изучай дальше, как это делалось во все времена,... но за прошедшие шесть лет в интернете я не нашел ни одной новой работы с фуллеренами, мало того, их запретили в пищевой промышленности. Фармкомпаниям мы нужны больными. Они основные спонсоры медвузов и врачи становятся все менее квалифицированными, да и они в недалеком будущем, похоже, не потребуются. Ведь уже разработаны компьютерные программы, ответив на вопросы которых, вы получите диагноз и назначенные лекарства. Уже сейчас они работают на 20% эффективнее врачей.

Это моя третья книга. Две предыдущие выходили с периодичностью 5 лет. Появится ли через 5 лет следующая? Время покажет.

Мы становимся все ленивее и недоверчивее,... слово «информация» заменили на вызывающее недоверие – «реклама», вот я и решил, не стоит ждать 100-летия. Эта книга написана для думающих, ищущих и верящих. Многие звонят и благодарят за здоровье, рассказывая свои истории:

- Врач-терапевт (83 года), в 79 собиралась помирать, сейчас чувствует себя отлично и собирается прожить до 100 лет.

- Женщина (85 лет), в 80 верхнее давление было 250, при 280 – забирали в больницу. Прочитала мои книги. Сегодня давление, с ее слов, выше 140 не поднимается.

Звонят много мам, у которых перестали болеть дети. На лекции женщина – врач рассказала, что почти 2 года у нее почти не сгибались пальцы, а теперь все великолепно. Еще одна собрала песочек и камешки, вымытые из почек,... Этих историй очень много.

Возможно, они помогут вам понять, что здоровье – самая большая ценность и зависит оно, в первую очередь, от вас...

Рекомендую посмотреть фильмы «Вода, как спасение» и «Мир уникальной воды».

Вода. Здоровье. Жизнь.

Аксиомы здоровья.

Человечество за все время существования придумало всего две теории возникновения жизни - «божественную» и «эволюционную», и в обеих первую жизнь произвела вода.

Вода организует здоровую работу организма. Все жизненные процессы в нас протекают в воде, без нее нет жизни.

Ознакомьтесь и задумайтесь над аксиомами о связи воды и жизни, они помогут сделать правильные выводы.

Наш организм на 75 %, мозг на 85 %, кровь на 94 % состоят из воды. 99 % молекул нашего организма — молекулы воды.

Наша жизнь начинается с клетки, на 99 % состоящей из воды.

Вода — основа организма. Уберите основу из любой вещи, и ее не будет.

Появляясь на свет, человек на 90 %, а в старости только на 60—65 % состоит из воды. **С потерей воды мы начинаем болеть и стареть.**

Без пищи человек может прожить до 40 дней, без воды только 5—7, дети 2—3 дня. **Вода важнее, чем еда.** Вода без пищи вырабатывает в нас энергию жизни.

При дефиците воды в 2 % хуже работает мозг, далее наступают болезни, при 8 % начинаются галлюцинации, 10 % — кома, >12 % наступает смерть. **Вода — самый ценный продукт для нашего организма.** Когда воды не хватает, организм бросает всю энергию на ее выработку. Ежедневно из пищи вырабатывается до 1,5 л воды, и при этом более 1,0 л расходуется только на дыхание.

Мы состоим из десятков триллионов клеток — «умных микромоторчиков», объединенных в единую сеть кровеносной системой. Обменные процессы на клеточном уровне происходят в межклеточном пространстве. Из него клетка забирает питание, в него выводит отработанные вещества, и оно тоже в основном состоит из воды. Однако не кровь, а вода через стенки капилляров

доносит питание до клетки и вымывает отработанные ею вредные вещества, не допуская «закисления» и отравления организма. **Вода отвечает за питание и чистоту (эндоэкологию) организма.**

В нашем организме усваиваются и перерабатываются в энергию только водорастворимые вещества. Молекулярные связи любого вещества при попадании в воду ослабевают в 100 раз. **Вода — лучший растворитель! Чем активнее вода, тем быстрее она растворяет питательные вещества и выводит токсины, тем быстрее и больше энергии вы получите.**

Лед → вода → пар → вода → вечное движение, превращение, работа. **Вода — вечный двигатель и источник энергии.**

Чтобы мы ни делали с водой, как бы ее ни травили, она уходит под землю и выходит чистым источником, испаряется и проливается дождем, неся жизнь. Так было и будет всегда и везде, где она есть. Вода пробуждает жизнь. **Вода и есть вечная жизнь.**

Вода — наша прародительница и наша мама. Жизнь есть только там, где есть вода, и вода заботится о ней. Можно привести еще множество примеров незаменимости воды. Ученые, изучающие ее, говорят о том, что **чем больше они узнают о воде, тем больше возникает вопросов, и они все сложнее.**

А может, все просто? Нам следует довериться и помогать ей, ведь по всем показателям получается. **Вода — заместитель Бога на земле.**

Вода видит, слышит, читает (даже мысли) и хранит информацию. А при создании определенных условий способна возродить забывшиеся структуры и даже жизнь. **Вода — волшебница, она обязательно поможет обрести здоровье.**

При этом следует знать, что вода вся разная и постоянно меняется. А еще помнить хорошую поговорку **«На Бога надейся, да сам не плошай»**, т.е. Богу тоже необходимо помогать, и тогда будет здоровье. Эта поговорка очень хорошо вписывается в концепцию здоровья, которое в основном зависит от нас.

С каждым глотком «правильной» воды организм быстро получает не только **вечную энергию, но и немного вечной жизни.** На-

сколько она будет значима для здоровья и долголетия, зависит от качества воды, ведь она вся разная и постоянно меняется.

Питьевая вода розливается в бутылки из разных источников.

1. Из систем центрального водоснабжения

Это водопроводная, дважды очищенная вода с добавлением солей. Структура воды разрушена, энергии в ней нет. На этикетках очень мелко пишут вода «кондиционированная», или, «обратный осмос». Этот метод часто используют американские корпорации. Бренды «Бон-Аква», «Аква Минерале». В воде, как правило, остается информация о яде — хлороформе (хлор + органика → хлороформ — увеличивает риск возникновения онкологии)

2. Из открытых водоемов (озера, родники, реки...)

Из-за возможного попадания микроорганизмов производится фильтрация обратным осмосом. Разрушается структура воды и теряется энергетика. Организм расходует энергию для ее активации, чтобы она смогла работать в капиллярах. Немецкие ученые из Берлинского университета Г.Тан и Т.Хаберер обнаружили во всех открытых водоемах Швейцарии и Германии остатки медикаментов: для борьбы с ожирением, противовоспалительные, диклофенак и ибупрофен, стероидные, противозачаточные и др., в том числе антибиотики. Проглоченные однажды, они возвращаются к нам, уже неоднократно. Вряд ли они принесут нам пользу, а попадают они в открытые источники через грунтовые воды.

3. Из артезианских скважин

Профессор Дж.Дэвис (Швейцария) за 30 лет изучения установила, что вода становится артезианской через сотни и тысячи лет после выпадения дождем, вбирает в себя энергетику земли, растворяет и активизирует жизненно необходимые химические элементы, которые наиболее быстро помогают нам восстанавливать здоровье и предупреждать болезни.

Вода из артезианских скважин иногда требует грубой очистки фильтрами для обезжелезования. Структура и химические элементы сохраняются и все же организму необходимо ее активировать для работы в капиллярах, ведь вода в них должна соответствовать

12-ти параметрам, чтобы разжижать кровь и через стенки капилляров доносить питание до клеток.

4. Артезианская активированная

Изучая воду, люди установили, что вода видит, слышит, хранит и передает информацию и научились активировать и насыщать энергией артезианскую воду, делая ее близкой к воде, работающей в организме. Она быстрее растворяет питательные вещества, доносит их и кислород через стенки капилляров до клеток, а после переработки и получения энергии, вымывает CO_2 и отходы из межклеточного пространства. Такая вода обладает энергией и возможностями в разы большими, чем в исходной артезианской.

В МГУ им.Ломоносова в Москве были проведены исследования по измерению активности со всеми типами вод. Для изучения вод из открытых источников была взята, по мнению многих, лучшая — **Байкальская** вода.

Исследования

На рисунке 1 представлены первичные данные по активности тестируемых вод, полученные не более чем, через 1 час после открывания бутылок с водами. Видно, что у 3-х вод — **Бон-Аква, Аква Минерале, Байкал Перл** активность чрезвычайно низка, тогда как у 3-х других она уверенно регистрируется. Особенно высока активность воды Светла.

Активность всех других вод в процессе их инкубации возрастала, хотя и по-разному, что видно из представленных на Рис. 2 и 3 экспериментальных данных.

Данные на Рис. 2 свидетельствуют, что уже через 2 суток инкубации вод на воздухе активность 3-х из 6-ти вод резко выросла, причем максимальная активность была характерна для **Светлы**, что согласуется со всеми нами ранее проведенными измерениями ее активности.

Следует отметить, что активность вод **Бон-Аква и Аква Минерале** почти не возрастала за 6 дней их инкубации в контакте с воздухом. Активность этих вод составляла 40 имп/сек 11.09 и 80 и 170 имп/сек 17.09.

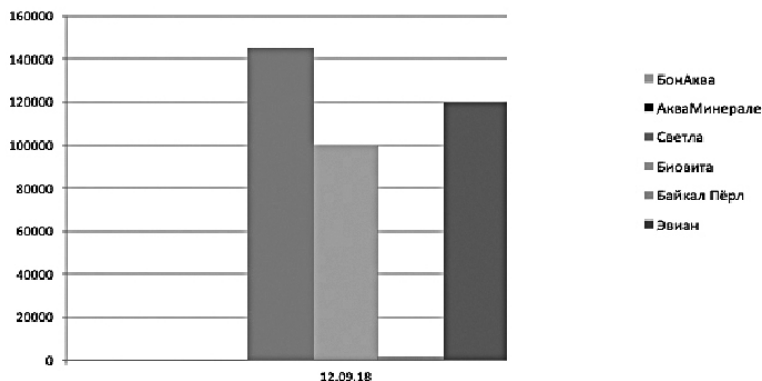


Рис. 1. 11.09.18 (1 день измерения) ХЛ вод: (1) Бонаква, (2) АкваМинерале, (3) Светла, (4) Биовита, (5) Байкал Пёрл, (6) Эвиан. Реагент (неразведенный).

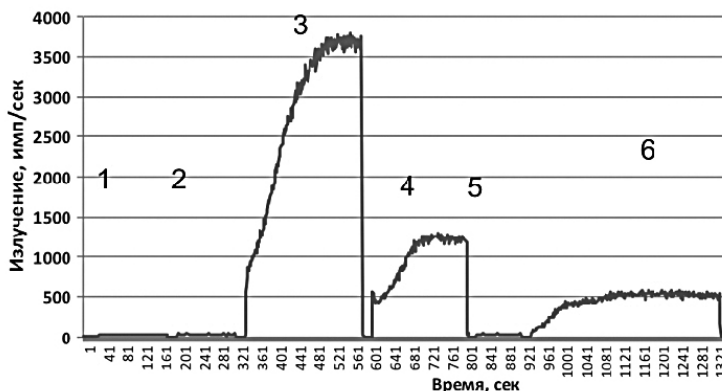


Рис. 2. Активность вод, измеренная с неразведенным реагентом 12.09.18 (1 день инкубации). Представленные средние значения для 3-х параллельных измерений для каждой из вод.

Обратить внимание на различие масштабов шкалы X на рис 1 и 2.

Поскольку активность **Светлы** как и других трех вод достигла и даже превысила значения 100000 имп/сек, что приближается к предельным значениям, которые можно получить с неразведенным Реагентом, активность этих же вод определяли с использованием реагента, разведенного в 100 раз (Рис. 3 А и Б)

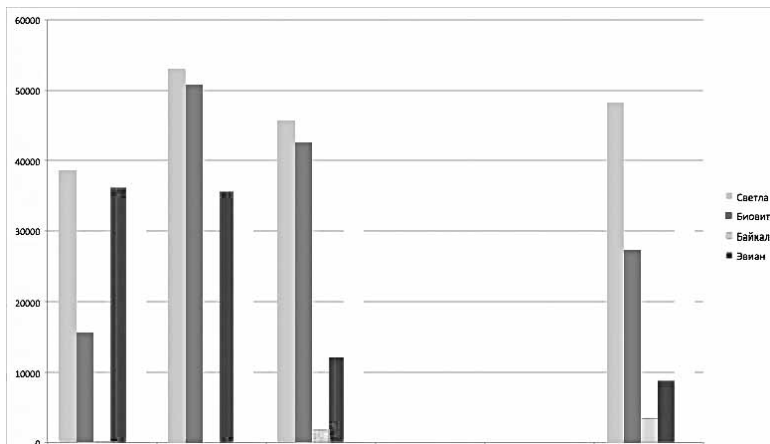


Рис. 3 (А). Изменение активности вод, с 12.09.18 (1 сутки инкубации на воздухе) по 17.09.18. (6 суток инкубации на воздухе). Использовали реагент, разведенный в 100 раз. Представлены средние значения для 3-х параллельных измерений для каждой из вод

Длительный мониторинг за изменением активности вод (Рис 3 А и Б) показал, что из всех вод наиболее выделяется по активности и по сохранению ее активности в ходе инкубации вода **Светла**, а за ней следует **Биовита**. В первые дни высока активность воды **Эвиан**, но уже после 3-х суток инкубации она существенно снижается. Самой низкой активностью в ряду этих вод характеризуется вода **Байкал Перл**, хотя она немного возрастает в ходе инкубации. Воды **Бон-Аква** и **Аква Минерале** активности при использовании реагента, разведенного в 100 раз не обнаруживали.

Д.б.н., профессор Биологического ф-та МГУ В.Л. Воейков
С.н.с., к.м.н. Е.В. Буравлева

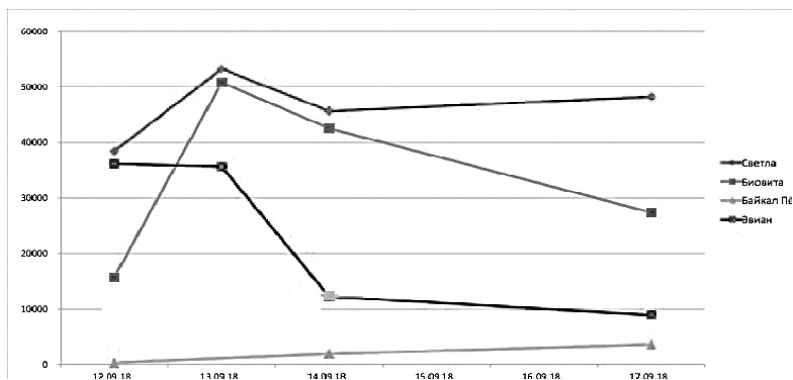


Рис. 3 (Б). Те же результаты, представленные в виде кривых изменения активности вод в ходе их инкубации

Активность, энергонасыщенность - способность выполнять работу в данном случае воды в нашем организме: растворять питательные вещества, разжижать и активировать кровь, бороться с вирусами и укреплять клеточный иммунитет, вымывать из межклеточного пространства отработанные вещества и выводить из организма..., в конечном счете замедлять старение и продлевать жизнь без болезней. Активные воды передают энергию очень быстро, волнами, лавинообразно и работа организма улучшается в течении нескольких минут. Вспомните лечение минеральными водами в ваннах.

Исследования с водой из-под крана в этот раз не проводились, но в 1974 году в США, а затем неоднократно в России, было установлено, что в ней образуется отравляющее вещество – хлороформ, который значительно увеличивает риск возникновения онкологии пищеварительной и мочевыделительной систем. Возможно поэтому, по данным медицины, рак появляется уже и у молодых людей.

Разница в активности доказана многочисленными исследованиями, с которыми можно ознакомиться на сайтах www.svetla.ru , www.biovita.ru

Почему нельзя допускать обезвоживания? При обезвоживании гипоталамус (часть мозга) регистрирует дефицит уровня воды в крови. Он включает нейрогипофиз, который выделяет антидиуретический гормон (АДГ), и тот уменьшает потерю воды через почки и мочевого пузырь. При этом возбуждаются надпочечники, выделяя большое количество альдостерона, который заставляет уже большее количество воды и соли задерживаться в почках. Мы начинаем засоляться, закисляться, отравляться, возможно, формирование камней. При этом сужаются сосуды, поднимается давление, приходят болезни, и мы отправляемся к врачам, сдаем анализы, которые фиксируют обезвоживание в крови, и нам назначают разжижающие кровь лекарства — аспирин, варфарин,... Зачем? «Чтобы кровь быстрее текла и не образовывались холестериновые бляшки», — говорит врач. **Читаем их побочные действия: вредно для печени, почек, надпочечников... вызывает обезвоживание, т. е., наше обезвоживание усугубляется.**

А происходит вот что: вода забирается из клеток и межклеточного пространства в кровь для того, чтобы забрать из крови питательные вещества, донести их до клеток, которые вырабатывают энергию и не погибнут. При этом из-за дополнительного обезвоживания начинает повышаться уровень холестерина в крови, и, следовательно, уменьшается текучесть крови, и, значит, необходимы другие таблетки. Гораздо проще выпить хорошей активной воды. Такая вода быстро попадает в кровь, разжижает и активирует ее. Гипоталамус зарегистрирует это изменение и уменьшит количество АДГ и альдостерона, нормальная работа организма восстановится. **Но это должна быть вода (лучше активная), а не напитки — это еда, которая дополнительно обезвоживает.**

Не ленитесь, прочтите инструкцию и займитесь своим здоровьем, подключите семью и друзей. Давайте вместе продвигать идею «Здоров я. Здоровая семья. Здоровая страна». Мне она нравится. Если она понравилась вам — подключайтесь. Только помогая и желая друг другу здоровья и добра, мы сможем построить страну здоровых, чутких, отзывчивых людей.

Но если в этой цепочке здоровья не будет вашего звена, она может оборваться.

Принесите в этот мир каплю добра, и он обязательно станет чище.

Расскажите одному человеку, как просто можно быть здоровым, и попросите, чтобы он в знак своей благодарности рассказал об этом кому-то еще. И, надеюсь, что скоро у нас будет и здоровая страна, и здоровая Земля, и это действительно во многом зависит от каждого из нас.

Профилактика болезней

На лекциях и в частных беседах меня часто просят написать краткие правила приема минеральных вод для восстановления здоровья, замедления старения и продления жизни. Давайте с них и начнем, а начинать этот долгий, на всю оставшуюся жизнь (вы ее обязательно продлите) путь, следует с очищения. Мы знаем, что в чистоте все служит и работает дольше, поэтому, вначале поможем очиститься своему организму, он тоже засорится.

Во всех мировых системах оздоровление, профилактику и лечение болезней начинают с очищения кишечника. Клизмы и гидроколонотерапия (в США запрещена) почистят только толстый, мы же одновременно почистим и тонкий кишечник — наш основной пищеварительный, эндокринный и иммунный орган, из которого при загрязнении, в основном, и растут наши болезни, от прыщей до сахарного диабета.

Эту процедуру помогут провести минеральные воды. Очищение пройдет естественным путем, сверху вниз — это самый эффективный, безопасный и дешевый метод очищения, который постепенно поможет нормализовать обмен веществ.

Идеальный прием (как вижу и стараюсь поступать я).

Первый, начальный месяц приема вод (на моем примере, вес 80 кг).

Утром за 0,5 часа до еды выпейте ~150—200 мл воды «**Svetla**», а за 15 минут до еды выпить 250—300 мл лечебно столовой, уникальной воды «**Stelmas Mg**». На завтрак лучше съесть какую-то кашу или что-то кисломолочное. Примените ложечку оливкового масла «**Svetla**», или какого-то другого полезного масла.

Через 2 и 3 часа после завтрака выпейте по стакану воды «**Bio-Vita**».

Обязательно добейтесь хорошего очистительного (слабительно-го) эффекта утром. Если не получается, увеличьте утренний прием воды «**Stelmas Mg**». Когда он произойдет, дозу можно снизить.

За 1,5 – 2,0 часа до обеда съешьте яблоко или другой фрукт – первый перекус.

За 0,5 часа до обеда выпейте стакан (~150) мл воды «**Svetla**», а за 15 минут до еды стакан воды «**Stelmas Mg**», добавив в нее порцию водорастворимых витаминов «**Девятка здоровья**».

Не переешьте, постарайтесь обойтись салатом и вторым блюдом (для пожилых мясо max 2 раза в неделю). Обязательно откажитесь от третьего блюда – компотов и других сладких напитков (если очень хочется, выпейте его за 0,5–1 час до еды).

Я за обедом обхожусь чашкой кофе или травяного чая, двумя овсяными печеньями или сухарями и кусочком сыра до 40 гр.

Через 2 и 3 часа после обеда выпейте по стакану воды «**BioVita**». Съешьте яблоко или другой фрукт – второй перекус, (мужчинам 10–12 орехов).

За полчаса до ужина выпейте ~ 150 мл воды «**Svetla**», а за 15–20 минут до еды – «**Stelmas Mg**». Во время ужина выпейте ложечку другого растительного масла или заправьте им салат. Старайтесь не переедать.

Мой ужин – капустный или другой салат с добавлением хрена и тыквенного масла, соленый огурчик, две отварных картошки и кусочек рыбы 100–150 граммов. Через час – чашка чая травяного с медом и лимоном.

Перед сном выпейте немного воды «Stelmas Mg». Магний – анти-стрессовый элемент, поможет быстрее успокоится и уснуть, а ночью она поможет очистить весь организм.

За день старайтесь выпивать 30–35 мл воды на 1 кг вашего веса, включающих 8–10 мл минеральных лечебно-столовых вод, которые, напомню, пьются за 15–20 минут до еды.

Кишечник необходимо чистить 2–3 раза в год минеральной водой «**Stelmas Mg**». Воды минеральные и питьевые требуется чередовать (менять) в процессе их длительного питья, чтобы организм к ним не смог привыкнуть и всегда находился в тонусе.

В Европе люди живут на 15–17 лет дольше, чем в России, а мы с этими знаниями сможем жить еще дольше и меньше болея.

Данный курсовой прием позволит вам очистить не только кишечник, но и печень, почки, сосуды; понизить давление, сахар, холестерин; похудеть, нормализовать обмен веществ, провести лечение и профилактику сердечно-сосудистых заболеваний, укрепить иммунитет, а это уже профилактика инфекционных болезней. С первых дней этого курса начнет возвращаться синхронизация в работе всех органов и систем организма. За месячный курс вы его обновите.

Несколько раз я подсчитал, что в день потребляю пищи суммарно калорийностью ~1000 ккал. При помощи электронного браслета измерил, что расходую за это время от 2500 до 4500 ккал. Откуда берется дополнительная энергия? Ее дает активная вода, которую я пью. Да, и вся теория с килокалориями — большая глупость. Приравнять наш организм к тиглям (перед первой мировой войной немцы сжигали сухой паек солдата, чтобы определить его калорийность и подсчитать количество продуктов для ведения войны) мог только безграмотный человек, а мы более 100 лет ею пользуемся. И примеров таких теорий очень много, живем подчас нормами XVIII–XIX веков, не обращая внимания на современные достижения науки. Однако в медицинских ВУЗах изучают только лекарства, а про воду лекций нет, и врачи путают ее с жидкостью. В итоге — болеют сами, а вместе с ними и мы. **В воде, по этой науке, калорий нет, а вот жизненной энергии достаточно для того, чтобы прожить до 40 дней без еды.** Ни один продукт нашему организму предоставить этого не может.

Почему именно вода так важна для здоровой работы организма? Посмотрите ролик на сайте www.svetla.com. «Svetla» быстро растворяет, сжигает и выводит из себя инородные вещества, у второй воды этого не получилось, не хватило энергии. О чем это говорит?

- **Что вода всегда до последней капли находится в движении.**

- **При движении в системе выполняется работа и выделяется (или расходуется) энергия.**

- **Чем активнее вода («Svetla», «BioVita»), тем больше в ней энергии и тем быстрее она растворяет, а затем и сжигает инородные вещества.**

- Подобные процессы происходят и в организме. Чем быстрее вода растворяет, доставляет и перерабатывает питательные веще-

ства, тем быстрее и больше энергии получает организм, а затем сжигаются АФК и вымываются вредные токсины, убирая предпосылки к возникновению болезней, способствуя замедлению старения и продлению жизни.

Основы работы организма

Переработанные в желудке, кишечнике, печени питательные вещества, обогащаются кислородом в легких и кровью разносятся по артериям, артериолам и капиллярам к нашим клеткам — микромоторчикам. Однако, это не кровь, она всегда находится в сосудах, а вода через стенки капилляров (просвет ~ 7 мкр. Толщина стенки сосуда 1 молекула) доносит питание в межклеточное пространство (МП), из которого клетки и питаются и куда выносят отработанные вещества, загрязняя и отравляя его. В нем может собраться до 83% токсинов, и так во всех органах и тканях. (см. рис. № 1)

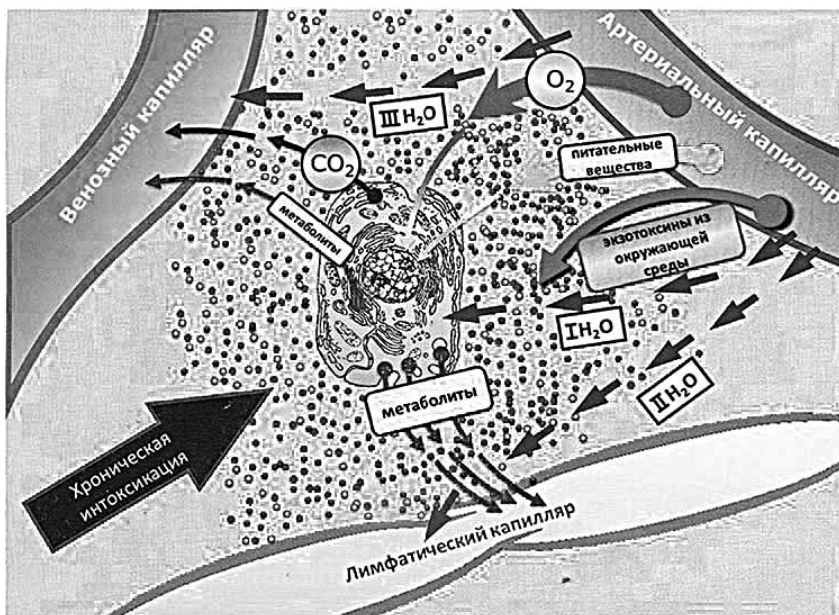


Рис. № 1. Межклеточное пространство (МП) грязное

Вымывает и очищает МП опять вода. Правда, это особая вода, для работы в капиллярах она должна отвечать 12-ти параметрам, отличающих ее от обычной воды, энергонасыщенность, кислотность и т.д.

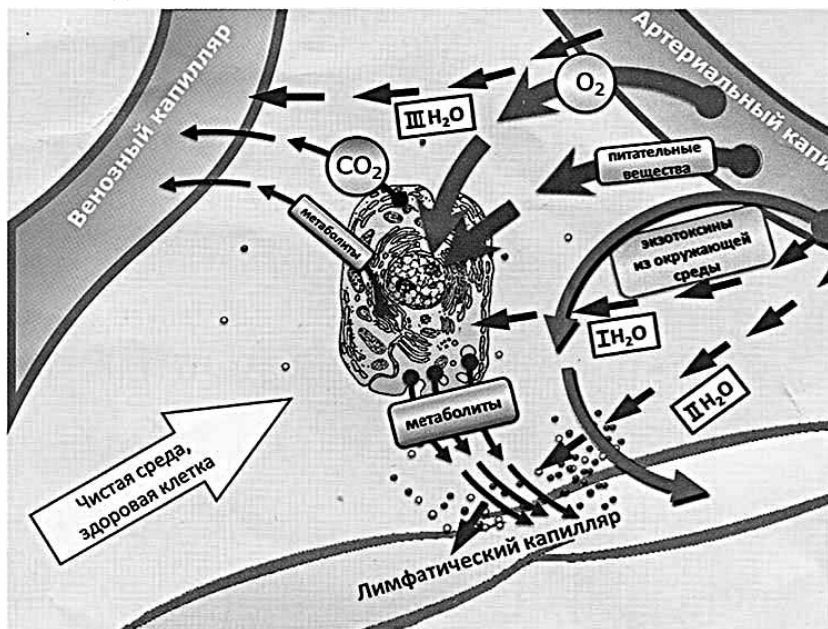


Рис. № 2. Межклеточное пространство (МП) чистое

В медицине есть понятие «обезвоживание организма». При этом говорится, что до 66 % потребности воды может забраться из клетки, 26 % из межклеточного пространства (МП), и до 8 % из крови! Обратите внимание, что клетки, вырабатывающие жизненную энергию, отдают в разы больше воды, чем МП и кровь. И как это понять, «обезвоживание»? Ведь мы целый день что-то пьем — чай, пиво, кофе и другие напитки. Почему воды не хватает?

Увы, друзья, все это не вода, а еда, и у нее другой путь в организме. В нашем организме работает активная энергонасыщенная вода, а все напитки и жидкости «кислые» включают пищеварительную систему и задерживаются до 40 минут в желудке, забирают

воду из крови, дополнительно обезвоживают организм и забирают энергию.

И вот многие врачи, по результатам анализов крови, определив обезвоживание, советуют провести разжижение крови таблетками. Вдумайтесь, добавить в жидкость твердого, чтобы разжижить. На самом деле эти лекарства помогают быстрее забирать воду из клеток и межклеточного пространства, как бы «размазывая» болезнь по организму, переводя ее в хроническую стадию и приводя к другим недугам. Смотрите противопоказания лекарств. Лучше выпейте активной воды, она быстро разжижает и активизирует кровь, улучшая ее текучесть в разы увеличивая выработку АФК, которых при болезнях требуется втрое больше и нейтрализовать токсины.

Таковыми водами являются «Svetla» и «BioVita». Исследования показывают, что они быстро поступают в кровь, увеличивают выработку активных форм кислорода (АФК), энергии и убирают энтропию (хаос) в работе органов и систем, т. е. производят синхронизацию их работы. Двухлетние наблюдения за людьми, находящимися в зоне риска возникновения онкологии, позволяют с уверенностью сказать, что активная вода «Svetla» совместно с водой «BioVita» полностью убирают риск возникновения этой болезни. Исследования проводились тестом РО (риск онкологии), разработанным в 1994 году МНИОИ им.Герцена, и признаны во всем мире и опубликованы в Европейском научном журнале. Застрахуйте себя от этой страшной болезни водами «Svetla» и «BioVita». (см. график № 3).



График № 3. Показатели РО-теста у пациентов в процессе лечения

Одновременно пейте «Stelmas Mg», которая поможет наладить работу пищеварительной, эндокринной, иммунной, сердечно-сосудистой и других систем организма и поможет печени очистить организм от ядов и токсинов. Еще эта вода за счет большого содержания серы (S) помогает бороться с вирусами, что очень важно при вирусных заболеваниях. Что еще происходит в организме? Прочтите две первых моих книги «С чего начинаются болезни и как замедлить старение» и «Активная вода для здоровья и долголетия». Посмотрите фильмы «Вода, как спасение» и «Мир уникальной воды» - они помогут быть здоровыми.

И, возможно, самое главное — начав принимать активные и правильные минеральные воды по этой схеме, не экономя на воде, вы сможете вернуть здоровье и значительно сэкономить как на лекарствах, так и на еде, при этом есть более качественные продукты. Ведь в этом случае организму не потребуется вырабатывать 1,5 л воды из еды, что он вынужден делать ежедневно. Вы ему уже дадите активную воду и микроэлементы, которые являются катализаторами, ускоряющими процесс переваривания пищи в энергию в мил-

лиарды раз и позволяющими получать больше энергии из одного и того же количества пищи, как в юности.

Как организм вырабатывает энергию

Жизненную энергию мы получаем от работы десятков триллионов различных клеток. Это живые умные «микромоторчики», и большую часть произведенной энергии (~70 %) они тратят на свое жизнеобеспечение. Работу каждой клетки можно образно сравнить с жизнью страны: ядро — это правительство, митохондрии — электростанции, рибосомы — фабрики... Имеются и транспортные системы, и граница. И вся эта жизнь может развиваться только в водной среде.

Клетка сама состоит на 75 % из воды, и, «зная» это, при нехватке воды она не получит питания, отдает до 66 % потребности воды. В таких условиях эффективность работы клетки снижается на 40–50 %. Понятно, что вам, при этом, энергии совсем мало перепадает. С этого момента начинаются самые разные неприятности со здоровьем. Теперь представьте, что вы пожизненно не пьете воду. «Понимая», что ждать помощи не приходится, клетка в целях самозащиты, дабы не отдавать воду и не погибнуть, начинает «замазываться» холестерином. Печень, по команде мозга, увеличивает выработку, и повышается его уровень в крови, мешая транспортировке питательных веществ и кислорода, засоряя и блокируя сосуды и дополнительно уменьшая выработку энергии жизни. И это еще не все! Из среды обитания клетки — межклеточного пространства, может забираться до 26 % потребности воды. Для клетки создаются невыносимые условия существования. Теперь она живет в бульоне с токсинами, и ей приходится извлекать оттуда питательные вещества. Напрягаясь, из последних сил добывать пропитание «на помойке»! Не стоит рассчитывать, что клетка при этом будет снабжать вас необходимым количеством энергии, и вы будете хорошо себя чувствовать. Нехватка воды в межклеточном пространстве приводит к образованию камней в почках, в желчном пузыре, к подагре, спазму мышц и не только. От чистоты межклеточного

пространства зависит и продолжительность жизни клетки! Нобелевский лауреат А. Каррель говорил о том, что процессам вырождения подвержена лишь жидкость, в которой клетки плавают, т. е. клетки могут жить и вырабатывать энергию вечно. И в подтверждение этому уже найдены клетки возрастом 3 млн лет. Значит, создав чистоту в межклеточном пространстве, мы тоже можем дольше получать энергию от клеток и жить дольше.

А организм на этом не останавливается и если испытывает нужду в воде, начинает забирать ее теперь уже из крови до 8 % своей потребности. Это начало сердечно-сосудистых заболеваний, вплоть до тромбоза, атеросклероза и галлюцинаций.

В молодости в организме за счет возможности вырабатывать больше воды, клетки справляются с выработкой энергии. И все же, непьющие воду дети из-за ее дефицита болеют чаще. Со временем воды вырабатывается все меньше, и ее нехватка все сильнее сказывается на работе клетки, вырабатываемой энергии все меньше, токсинов больше, организму все хуже. Ничтожные недомогания перерастают в хронические болезни.

Клетка за свою жизнь может поделиться 50 раз. При неблагоприятных условиях это происходит быстро, клетки рождаются все меньших размеров и их остается все меньше, и здоровья тоже меньше — так мы начинаем болеть и стареть.

Помните? При рождении человек на 90 % состоит из воды, а в старости — только на 65 %.

Провести очищение межклеточного пространства может минеральная вода с энергонасыщенностью >212 кДж/моль. Связано это с тем, что такова энергонасыщенность воды в капиллярах. Именно с такой водой «работает» наша кровеносная система. При поступлении обычной воды (ее энергонасыщенность лишь 40 кДж/моль) организм тратит свою энергию на ее подзарядку, снижается КПД его работы, он раньше изнашивается. Избавить организм от этой напрасной деятельности можно, употребляя для каждодневного питья воды «BioVita» и «Svetla», энергонасыщенность которых >270 кДж/моль.

Для ускорения переваривания пищи в энергию необходимы микроэлементы и витамины. Позаботьтесь, чтобы их тоже хватало. В этом помогут воды «Stelmas Mg», «Mivela Mg», «Sulinka», и витамины «Девятка здоровья». Поэтому и рекомендован такой прием активированных и минеральных вод.

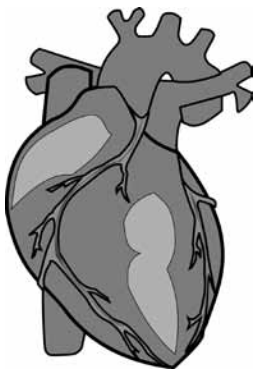
В нашем организме живут и работают разные клетки, и выполняют они различные функции. Для их работы необходимы вода и питание, и когда чего-то не хватает — мы получаем болезни. Неоценимую помощь в их лечении могут оказать правильно подобранные и вовремя выпитые минеральные и активные воды.

Помощь в лечении

Давайте рассмотрим наиболее распространенные болезни, основные причины их возникновения и какие минеральные воды быстро помогут в лечении.

Правила приема смотрите в памятке по приему вод при распространенных заболеваниях.

Болезни сердца



Сегодня проблемы сердца и сердечно-сосудистой системы касаются практически каждого из нас. В России эти болезни находятся на первом месте (54%). И почти каждый четвертый заболевший (23%) имеет высокий риск тяжелых осложнений, таких как инфаркты, инсульты, аневризмы. По данным ВОЗ, в России за последние 20 лет число смертей от ССЗ возросло на 31%. Наша страна опередила даже Китай и Индию (рост до 23%).

Основное в этой проблеме современности - профилактика сосудистых заболеваний, которой нас не учат.

О своем сердце и сосудах нужно заботиться постоянно, в течение всей жизни, а не только после инфарктов. Но и при застарелых проблемах и хронических формах болезней следует не отчаиваться, а более внимательно относиться к себе, вооружившись определенной информацией для борьбы с недугом.

Основные причины болезней сердечно-сосудистой системы?

Первое — обезвоживание.

При недостатке воды для обеспечения нормальной работы всех органов она забирается из общей системы циркуляции крови и лимфы. Естественно, что при снижении объема крови, организм для поддержания нужного давления в системе и бесперебойной работы всех органов вынужден сужать сосуды и капилляры.

Повышается артериальное давление, что при хроническом дефиците воды может превратиться в патологию - гипертоническую болезнь.

Кроме того хроническое обезвоживание провоцирует образование на стенках сосудов бляшек. А это - прямая дорога в сторону атеросклероза, будущим сердечно-сосудистым патологиям в виде инфарктов и инсультов.

Именно поэтому каждый здоровый взрослый человек должен ежедневно употреблять не менее 2 л питьевой воды. Современный человек вытеснил из употребления простую воду, заменив ее напитками — чаем, кофе, колой и пр., но это еда, она дополнительно обезвоживает и забирает энергию. И это, несомненно, внесло свой вклад в рост числа сердечно—сосудистых заболеваний нашего населения!

Второе — стрессы.

При стрессе нарушается поступление в мозг важных соединений — аминокислот, из которых затем производятся основные медиаторы, управляющие самыми различными процессами в нашем организме, и состоянием при стрессе, в частности. Они отвечают за наше настроение, работоспособность, нормальный сон.

Усугубляет эти негативные процессы, возникающие при стрессах и обезвоживании. Ухудшаются функции мозга — «регулирующего» всех событий в организме и, в частности, работы сердечно-сосудистой системы. **То есть, стресс и обезвоживание организм воспринимает одинаково и одинаково на них реагирует.**

Это ведет к самым печальным последствиям. Хуже проходят нервные импульсы, сужаются сосуды, что ведет к увеличению давления и перебоям в сердечном ритме.

Лучший способ избежать обезвоживания и помочь организму при стрессе — **сочетание приема пресных вод с минеральными.** Минеральная вода по всей своей простоте является очень серьезным и мощным фактором не только профилактики будущих осложне-

ний в сердечно-сосудистой системе, но и важнейшим компонентом лечения ССЗ. Минеральные воды, важные в этом отношении, должны содержать большое количество магния, кальция, кремния, йода, а также селена в требуемом для организма количестве.

Сочетая прием минеральных вод «**Stelmas Mg**», «**Sulinka**», «**Sulinka кремниевая**», «**Stelmas Zn Se**», можно получить все эти важнейшие элементы и избежать многочисленных заболеваний не только сердечно-сосудистой системы, но и других систем и органов.

Чтобы повысить устойчивость сердечно-сосудистой системы в нервных ситуациях, избежать развития заболеваний сердца лучше всего периодически пропивать эти воды курсом.

В качестве вод малой минерализации лучше всего использовать активные воды, такие как «**Svetla**», «**BioVita**». Быстро попадая в кровь, они активируют и уменьшают ее вязкость, улучшая кровоснабжение тканей, в частности мозга питательными веществами и кислородом. Особое значение имеет вода «**Stelmas O₂**». Она насыщена кислородом, который позволит избежать кислородного голодания сердца, мозга.

Важна и вода «**Stelmas Zn Se**». Она содержит селен, хронический недостаток которого у жителей России провоцирует развитие ишемической болезни сердца, гипертонии и атеросклероза.

Третья причина — нарушения работы печени

Состояние сосудов и, соответственно, нормальная работа сердца зависит от здоровья печени. Еще Авиценна сказал: «Знай, что, если ты ошибаешься при лечении печени, твоя ошибка перейдет на сосуды и затем на все твоё тело». Поэтому профилактика некоторых сердечно-сосудистых заболеваний (атеросклероз, ишемическая болезнь сердца и пр) должна заключаться в соблюдении культуры заботы о печени. И здесь окажут нам неоценимую помощь минеральные воды - «**Stelmas Mg**» и «**Svetla мин.**», которые содержат большое количество сульфатов, способствующих активации работы и очищению печени.

Четвертая причина — нарушение гормонального баланса

Сосуды, доставляющие сердцу питательные вещества и кислород, подчиняются головному мозгу и управляются его сигналами. Это управление жестко связано с указаниями иммунной системы и определяется наличием в крови в строгих пропорциях гормонов. А потому нарушение гормонального баланса отражается самым пагубным образом на функциях сердечно-сосудистой системы.

Помогут гидрокарбонатные воды, которые при курсовом приеме значительно ускоряют и увеличивают выработку гормонов. Возникает мощнейшая перестройка эндокринного ансамбля и можно немедикаментозным способом, без каких-либо уколов и таблеток воздействовать на первооснову не только ССЗ, но и многих других заболеваний.

Таковыми водами — рекордсменами по содержанию гидрокарбонатов являются воды «**Stelmas Mg**», «**Sulinka**», «**Sulinka кремниевая**». Они способствуют нормализации работы тонкого кишечника, где производится 80% всех пищеварительных гормонов, ускоряющих выработку гормонов во всем организме.

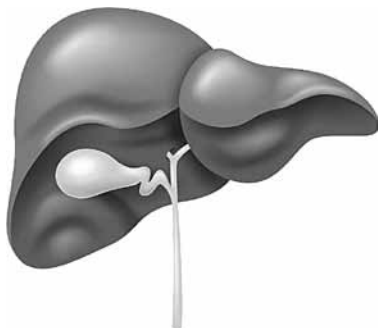
Пятая причина — высокая масса тела

При увеличении массы тела возрастает и риск сердечно-сосудистых заболеваний. Если ваш индекс массы тела (отношение массы тела в кг к росту в метрах в квадрате) больше 25, вы находитесь в группе риска и должны обратить пристальное внимание на питание. Оно должно быть дробным. А каждая порция — не более 400 грамм.

Важны и прем минеральных вод, таких, как «**Stelmas Mg+**», «**Sulinka**», «**Sulinka кремниевая**», «**Mivela Mg**». Эти воды содержат много магния, он свяжет жиры пищи и они пройдут мимо, не усваиваясь. Кроме того, задержат пищеварение в кишечнике, и до 25% пищи пройдет мимо, не попав в организм. Также они увеличивают выработку гормонов в кишечнике, которые ускоряют выработку инсулина, он поступает вовремя и белки и углеводы перерабатываются в энергию, а не в жир. «**Stelmas Mg**», «**Svetla минеральная**» благодаря наличию сульфатов помогут и очищению организма. Чередуя прием этих вод,

постепенно вы уберете лишний вес и вернете хорошую форму. При курсовом приеме можно похудеть до 8 кг.

Болезни печени



Не только детоксикацией токсинов занята наша печень. Она регулирует все обменные процессы в организме, вырабатывая ферменты и очищая организм от продуктов распада. В этом органе происходит секрция желчи, которая необходима для переваривания пищи. Печень участвует также в синтезе холестерина и контролирует жировой

обмен, помогает регулировать гормональный фон. Кроме того, она производит глюкозу — основной источник энергии и участвует в углеводном обмене. Печень также является «камерой хранения» для большинства витаминов и питательных веществ, в том числе, липопротеинов).

Болезни печени являются серьезной проблемой современного мира. Ими поражены треть взрослого населения России и они относятся к основным причинам ранней нетрудоспособности и смертности.

При профилактике и при лечении болезней печени стремятся, как правило, решить три проблемы:

- **Защитить печень от токсинов и свободных радикалов.**
- **Отрегулировать выработку желчи и ее отток.**
- Осуществить естественное восстановление клеток печени.

Решить это «трио» задач традиционно пытаются с помощью лекарств. Но в последнее время сами доктора говорят о неприемлемости лечения печени лекарствами, т.к. прием любых таблеток — дополнительная нагрузка на печень, дополнительный фактор риска возникновения и развития печеночной недостаточности. А среди БАДов встречаются препараты, которые опасны не только

для здоровья, но и для жизни (по мнению врачей!). Например, **из 170 препаратов, претендующих на роль гепатопротекторов, реально не вредных всего 4!**

Поможет в решении задач восстановления работы печени, без применения лекарств, сочетание приема лечебно-столовой минеральной воды «**Stelmas Mg**» и «**Svetla минеральная**» с пресными водами малой минерализации «**Svetla**», «**BioVita**» и «**Stelmas Zn Se**».

Воды «**Stelmas Mg**» и «**Svetla минеральная**» благодаря высокому содержанию сульфатов в соединении с магнием **повышает выработку желчи клетками печени**. Это облегчает и улучшает состояние печени, поэтому является важнейшей задачей при ее лечении. Курсовой прием 24-30 дней приводит к вымыванию застоев желчи и очищению желчевыводящих путей и печени от продуктов распада и обновлению желчи.

Усиленный отток желчи помогает нормализовать производство глутатиона — важнейшего антиоксиданта. Он важен для поддержания здоровья всего организма. Глутатион защищает клетки самой печени, обезвреживая поступающие в нее токсины и вредные вещества, а также обеспечивает регенерацию клеток печени.

Присутствующий в воде магний участвует в работе ферментов, нейтрализующих яды и токсины в печени, активизирует главный антиоксидант печени — глутатион, проявляет ярко выраженные гепатопротекторные свойства, улучшает кровоток в печени и принимает активное участие в нейтрализации тяжелых металлов клетками печени.

Употребление пресных вод малой минерализации имеет особое значение при болезнях печени и является необходимым условием ее лечения.

Во-первых, недостаток воды в организме пагубно отражается на работе всех органов, включая печень. При дефиците воды уменьшается отток желчи, следовательно, хуже выводятся токсины, метаболиты, скапливаются вредные вещества не только во всем организме, но и в самой печени. Увеличивается нагрузка по обезвреживанию токсинов, страдают клетки печени, ухудшается их регенерация.

Во-вторых, прием пресных вод в количестве 2х литров может снизить образование отеков печени. Любое повреждение ткани сопровождается отеками. Печень - не исключение. Если повреждены клетки печени, вокруг них начинает опухать соединительная ткань, печень увеличивается в размерах. Это может сопровождаться болями, тяжестью в правом подреберье.

Лучший способ избежать проблем обезвоживания — принимать не менее 2-х литров воды. Лучше — активной - «**Svetla**», «**BioVita**», «**Stelmas Zn Se**». Эти воды быстрее выводят токсины, метаболиты, существенно помогая работе печени и способствуя ее естественному очищению. И, кроме того, имеют особые преимущества, важные при лечении печени.

Ведущая роль среди вод малой минерализации принадлежит воде «**Svetla**». Она обладает мощным антиоксидантным действием. Поэтому активно снижает уровень свободных радикалов, которые являются одним из основных факторов, губительно влияющих на печень. В широком спектре терапевтических эффектов «**Svetla**» также и антитоксическое действие. А ее гепатопротекторная активность показана при терапии даже таких тяжелых заболеваний печени, как цирроз и гепатит.

В экспериментах крыс травили, спаивали алкоголем, облучали..., контрольная группа быстро погибла, а опытная жила долго, а после вскрытия их печень оставалась в хорошем состоянии.

Вода «**BioVita**» благодаря своей активности ускоряет выведение нейтрализованных токсинов, метаболитов и свободных радикалов из организма.

Совместное действие «**Svetla**» и «**BioVita**» показывает выраженное противовоспалительное и иммуностропное действие, регулирует обмен веществ и повышает интенсивность восстановительных процессов в печени.

Важно также, обе активные воды - «**Svetla**» и «**BioVita**» увеличивают текучесть крови, стимулируя кровообращение, что стабилизирует работу клеток печени. Поэтому важно пить эти воды

в сочетании: «**Svetla**» в количестве 400 — 500 мл/день, «**BioVita**» -1,5 л/день.

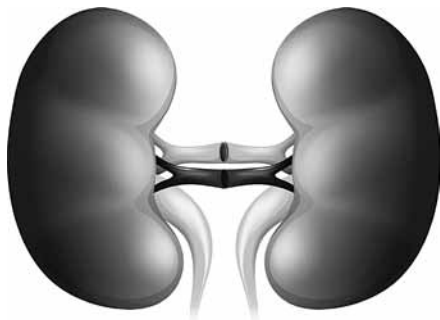
«**Stelmas Zn Se**» содержит особые для печени элементы селен и цинк, которые улучшают состояние печени, предупреждают жировую дистрофию.

Селен относят к мощным гепатопротекторам. Он крайне необходим для восстановления клеток печени. Поэтому при лечении самых различных заболеваний печени (циррозе, алкогольном гепатите, жировой дистрофии печени (гепатозе), желчнокаменной болезни) особенно важно поддерживать необходимый уровень селена. Селен обладает свойством восстанавливать и клетки поджелудочной железы, поэтому важен при панкреатите и сахарном диабете. При желчнокаменной болезни селен помогает благодаря желчегонному действию, а при мочекаменной болезни он нормализует минеральный обмен, превращая камни в песок.

Цинк важен для печени как основной элемент ферментных систем. Он обладает дезинтоксикационными свойствами, повышает иммунитет на уровне клеточных структур.

Печень — орган отзывчивый и благодарный! И в большинстве случаев при правильном питании, включающем грамотное сочетание питьевых и минеральных вод, довольно быстро запускается механизм естественного самоочищения клеток печени и происходит восстановление их нормальных функций.

Болезни почек



С 2013 года хроническая болезнь почек внесена Всемирной организацией здравоохранения и Организацией Объединенных Наций в список болезней, представляющих угрозу для человечества. Каждый десятый житель планеты страдает

хронической болезнью почек, при этом каждый пятый даже не догадывается о болезни этого молчаливого органа. Не отстает в этой проблеме и Россия, где 20% пациентов с хронической почечной недостаточностью узнают о диагнозе, когда им уже требуется трансплантация или диализ, 50% пациентов г.Москвы — в реанимации. Причем, большая часть страдающих почечными заболеваниями — молодые люди в возрасте от 30 до 40 лет.

Что необходимо знать, чтобы не доводить до лечения почек в тяжелых стадиях болезни.

Самое главное: крайне необходимо пить не менее 2 литров воды в день, которая увеличивает циркуляцию крови и не дает скапливаться вредным веществам. Это очень важно т.к. при недостатке воды в организме, уменьшается почечный плазматок, ухудшается фильтрация мочи в почечных клубочках. Для удаления вредных веществ, отработанных и выведенных клеткой в межклеточное пространство, организм вынужден кровь (воду), которая уже неоднократно производила очистку межклеточного пространства и после этого проходила «фильтрацию» в почках, снова и снова направлять на очистку. Организм закисляется. Почки, которые также должны промываться водой, вместо воды получают все более кислотный раствор, не справляются с полноценной фильтрацией, кислый состав попадает в межклеточное пространство, при этом «обжигаются» клетки, сосуды, а затем все опять же идет в почки.

Больше соли задерживается в почках, что приводит к появлению песка и началу камнеобразования. Хуже выводятся метаболиты, скапливается слизь, болезнетворные микробы. Развиваются воспалительные процессы. Воду не заменят напитки, они еще более «закислят» организм.

Чтобы быстрее снять проблемы обезвоживания и закисления, начинайте пить активные воды (**«Svetla»** или **«BioVita»**). Они имеют большую энергонасыщенность и помогут быстрее вымыть токсины и очистить кровь, обладают антисептическими и противовоспалительными свойствами, у них великолепный pH – изначально >7,5, в крови 7,4. Они оказывают ощелачивающее действие, создавая тем самым неблагоприятные условия для развития патогенных микроорганизмов, что имеет большое значение для эффективного лечения болезней почек. После приема этих вод происходит раздробление на мелкие фракции солей мочевой кислоты, что предотвращает их накопление в почках.

Если у человека имеются большие камни в почках, есть воды **«BioVita+»** и **«Fiuggi»** (**«Фьюджи»**), способные постепенно растворять камни. Прежде чем начать выпуск воды **«BioVita+»**, были проведены лабораторные исследования, которые показали полное растворение в этой воде камней, образующихся на стенках сосуда. Подобные процессы происходят и в организме человека.

При лечении почек показан и дополнительный прием антиоксидантов. Лидер в этом отношении – вода **«Svetla»**. Она отличается длительным антиоксидантным действием, демонстрируя целый спектр многочисленных оздоровительных эффектов, важнейшие из которых в проблеме лечения почек – противовоспалительный и иммуномоделирующий.

Хорошо при лечении почек периодически чередовать воды **«Svetla»**, **«BioVita»**, **«BioVita+»**, с водой **«Stelmas Se Zn»**, которая является источником особых элементов –селена и цинка, повышающих эффективность работы наших собственных антиоксидантных систем.

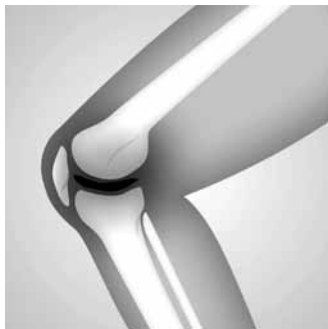
Для восстановления нарушений минерального обмена - основной причины болезней почек - важен и прием минеральных, лечебно-столовых вод - **«Stelmas Mg»** и **«Svetla минеральная»**. Мочегонный эффект от их приема помогает удалить вредные минеральные вещества и продукты азотистого обмена, а содержащиеся в них сульфаты способствует очищению не только почек, но одновременно кишечника, печени и сосудов. Обе воды имеют и по дополнительному бонусу для организма: **«Stelmas Mg»** содержит кремний, который улучшает связывание и выведение токсинов, ядов, помогает избавиться от скопившихся в мочевых путях гноя, болезнетворных микробов. При этом повышается растворимость солей в моче и прекращается их выпадение в осадок. А **«Svetla минеральная»** еще и обогащена фуллеренами — самыми мощными антиоксидантами.

Сочетание приема минеральных лечебно-столовых вод с пресными активными водами, (и взрослыми, и детьми) как показали многочисленные исследования в различных санаториях, Научном центре курортологии, значительно улучшает работу мочевыделительной системы — снижается количество оксалатов, липидов, мочевой кислоты.

Болезни суставов

Пик начала заболеваемости недугами суставов приходится на 30-40 лет.

Современная общепринятая медицина назвать причины этих заболеваний не может. Упор в борьбе с ними делается на раннюю диагностику, с целью, как можно более скорого начала лечения медикаментами — противовоспалительными средствами. А с



этим — проблема. Диагноз часто ставят через 5-10 лет после появления первых симптомов. И исцелить пытаются лекарствами, которые негативно влияют на весь организм. При этом лечение затягивается

на несколько месяцев и часто бывает столь неверным, что приводит к инвалидности страдающих. 15% людей плохо помогают самые современные средства. Большинство пациентов (по оценке самих медиков) вынуждены жить с такими недугами всю жизнь. И, конечно, пожизненно принимать лекарства. Процесс создания новых лекарственных средств для «лечения» болезней суставов сегодня стремительно набирает темпы — эта область занимает второе место после онкологии по созданию инновационных препаратов. Казалось бы, понятно, что этот путь лечения неверен, но медицина и фармацевтика упорно идут проторенной, и, видимо, для кого-то очень прибыльной дорогой.

По поводу профилактики медицина говорит о самых общих факторах, негативно влияющих на здоровье человека вообще: генетическая предрасположенность, стрессы, инфекции, отсутствие физической нагрузки, избыточный вес. Все это — «излюбленные» нашими медиками обоснования всех болезней, истинных причин возникновения которых они не знают. Профилактики — предупреждения нет, ее путают с медосмотрами, замешают ранней диагностикой с назначением лекарств, ведущих к новым болезням. Основной серьезной причины возникновения болей суставов доктора не озвучивают из-за ее незнания.

Эта причина — хроническое обезвоживание! Оно же является основной причиной и при болях в пояснице. А потому и разделять эти виды болезней не следует, поскольку механизм их возникновения один.

Разделение этих двух проблем в общепринятой медицинской практике - всего лишь удобное оправдание существования двух узких специальностей. В одном случае вы обращаетесь к ревматологу, в другом — к хирургу-ортопеду или мануальному терапевту. Результат будет одинаковым — управление болью вместо исцеления. В сущности, у обоих состояний одинаковая патология, за исключением того, что боль ощущается в разных областях.

Хроническая боль в нижней части позвоночника или суставах рук и ног является сигналом недостатка воды в этих областях. Боль

возникает, когда циркулирующей воды не хватает, чтобы вымыть накопившиеся в этом месте кислотные и токсичные вещества. Место, где ощущается боль, показывает, где наблюдается локальное обезвоживание.

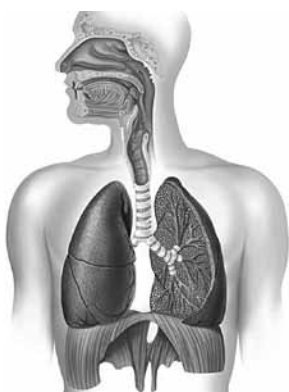
Появление боли в пояснице обусловлено двумя факторами: мышечным спазмом (причина 80 процентов случаев боли в спине); дегенерацией диска, которая приводит к дополнительному увеличению нагрузки на связки и сухожилия позвоночника. Оба этих состояния, вызывающих боль в спине, инициируются одним и тем же хроническим обезвоживанием.

Во всех суставах есть хрящевая прокладка, которая покрывает и разделяет их костные структуры. Этот прочный слой хряща содержит большое количество воды, которая придает ему способность скользить по поверхности противоположного хряща и поставляет смазку, необходимую для его движений. Таким образом, продолжительное обезвоживание, которое оставляет хрящ без достаточного количества воды, приводит к усилению трения и сдвигающему напряжению в месте, где хрящ касается сустава.

Когда хрящ обезвожен, его скользящая способность уменьшается. Клетки хряща чувствуют, что им не хватает воды, и посылают аварийный сигнал боли, означающий, что они скоро умрут и отслоятся от своих контактных поверхностей, если их будут использовать в обезвоженном состоянии. Нормальное окружение хряща — щелочное. При обезвоживании оно становится кислотным. Эту кислотность ощущают нервные окончания, которые регистрируют боль. Боль такого типа следует лечить регулярным увеличением приема воды до тех пор, пока хрящ полностью не насытится водой, которая вымывает кислоту и токсины. Часто боль переходит от сустава к суставу; иногда она одновременно появляется в соответствующих суставах на другой конечности. Хроническая боль состоит из двух компонентов: периферийные боли; боли, вызванные мозгом. Боли, инициированные локально, можно облегчить анальгетиками, такими как аспирин или другими, но боли, вызванные мозгом, нельзя. Оба вида боли необходимо снимать приемом достаточного коли-

чества щелочной активной и минеральной лечебно столовой воды. Начните борьбу с болезнью с очищения кишечника минеральной лечебно столовой водой «Стэлмас Mg», в ней много гидрокарбоната (HCO_3), он увеличивает выработку собственных гормонов, регулирующих все обменные процессы, магния (Mg) и кремния (Si) - они способствуют и ускоряют выработку каллогена — межпозвонковой жидкости. Совместно с активными водами «Svetla» и «BioVita» окажется помощь в работе мозга и он наладит синхронную работу всех органов и систем, постепенно нормализуя работу суставов. После приема воды постарайтесь «растянуть» болезненное место небольшой физической нагрузкой — процесс пойдет быстрее. Для этого сегодня созданы оборудование и растягивающие матрасы.

Болезни органов дыхания



В настоящее время происходит омоложение заболеваний респираторной системы, растет число хронических больных бронхиальной астмой, пневмонией, бронхитом, раком легкого и др. В профилактике и лечении может помочь «Svetla», активированная гидратированными фуллеренами - самыми мощными из известных АО. Она активно снижает уровень свободных радикалов, которые играют ключевую роль в возникновении и развитии заболеваний органов дыхания: от бронхиальной астмы до ХОБЛ и рака легких. Все органы и ткани могут страдать от радикалов, но легкие наиболее уязвимы в этом отношении, т.к. в них повышена возможность свободно-радикального окисления, которое инициирует и обостряет воспалительные процессы в легких, бронхах, во всей дыхательной системе.

В широком спектре терапевтических эффектов «Svetla» - сильное и долговременное **антигистаминное, противоаллергическое и**

противовоспалительное действие, что имеет крайне важное значение при лечении заболеваний органов дыхания. Она повышает адаптацию организма, оказывает иммуномодулирующее и анти-токсическое воздействия.

Показано, что фуллерены, содержащиеся в «**Svetla**» являются мощным средством и при лечении участвовавшего тяжелого заболевания ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь легких). Причем, в случае обострения этого заболевания обладают эффектом на 12 % более выраженным, чем в хроническом.

Другие исследования показали, что прием «**Svetla**» в сочетании с «**BioVita**» снижают риск появления онкологии. Она подавляет рост онкоклеток и прекрасно показала себя при комбинированной терапии онкологических состояний.

Как пить эти воды?

Для поддержания нормальной скорости обменных процессов и предупреждения болезней нам требуется не менее 2л воды. «**Svetla**» достаточно 0,5 литра в сутки. А остальные 1,5 литра дополните водой «**BioVita**». Она тоже активна и обладает особыми параметрами — высоким энергонасыщением, слабощелочной реакцией и антиоксидантными свойствами. А потому ускоряет обменные процессы в клетке, способствует быстрому выводу из организма нейтрализованных свободных радикалов. Не случайно, изучали действие «**Svetla**» в сочетании с «**BioVita**». Например, наблюдение за живой каплей крови показало, что после приема этих вод кровь быстро разжижается. Это усиливает кровообращение и лимфоток, что очень важно при лечении органов дыхания, например, при бронхиальной астме, т.к. ускоряет рассасывание накопившихся в бронхах выделений и обеспечивает более быстрое устранение отека. Разжижение крови не только уменьшает воспалительные процессы, но и снижает риск онкозаболеваний и образования метастазов. При этом активируются лейкоциты — клетки иммунной системы, что важно для предупреждения и лечения всех заболеваний органов дыхания.

Хорошо сочетать воду «**Svetla**» также с водой «**Stelmas Zn Se**». Эта вода крайне важна при заболеваниях органов дыхания, по-

сколько содержит **Se** —особенный и дефицитный элемент, который необходим для синтеза глутатиона -нашего собственного внутриклеточного антиоксиданта и детоксикатора, основного защитника бронхов и легких от разрушающего действия пыли, табачного дыма, загрязнений атмосферы. Глутатион столь важен для здоровья дыхательной системы, что концентрация его в бронхах в 70 раз выше, чем в сыворотке крови. Болезни дыхательной системы, а также повреждающие факторы внешней среды и курение расходуют глутатион значительно интенсивней. Поэтому больному с проблемами органов дыхания, а также жителю мегаполиса и курильщику его нужно больше. Употребление воды «**Stelmas Zn Se**» всего 1 литр в сутки позволит поддержать необходимый уровень этого важнейшего для здоровья респираторной системы компонента. Кроме того, селен оказывает противоаллергическое действие за счет подавления гистамина, цинк снижает восприимчивость бронхов к воздействию аллергенов. Его дефицит обнаруживается у многих людей с нарушениями в работе дыхательной системы.

В лечении и профилактике поможет прием минеральной воды «**Stelmas Mg**», поскольку особое значение в предупреждении и лечении заболеваний органов дыхания имеет магний. Он поддерживает не только клеточный иммунитет, который обеспечивается лимфоцитами, но и гуморальный, защищающий внеклеточное пространство. Поэтому вода оказывает противовоспалительное и противоаллергическое действие, уменьшая проявление аллергических реакций. А вот сульфат магния уменьшает гиперреактивность бронхов к гистамину, потому крайне важен для предупреждения снятия спазмов бронхов при бронхиальной астме и аллергии. Мало того, магний - это из важнейших элементов синтеза глутатиона - одного из основных факторов антиоксидантной защиты не только органов дыхания, способствует восстановлению клеток легких, но и всего организма. Магний оказывает и антиканцерогенное действие, уменьшая риск рака легких.

Сахарный диабет

Сегодня сахарный диабет по прогрессирующей распространенности, тяжести осложнений, дороговизне средств диагностики и лечения, которые необходимы больным на протяжении всей жизни, стал глобальной проблемой современности. В России, как и во многих развитых странах мира, число больных сахарным диабетом удваивается каждые 15 лет. Каждый пятый взрослый в России сегодня находится в стадии преддиабета и при этом не догадывается о своем состоянии. А это усугубляет прогрессирование болезни и рост тяжелых осложнений.

Каждый год более 700 тысяч больных СД полностью теряют зрение и приблизительно у 500 тысяч пациентов с диабетом перестают работать почки вследствие хронической почечной недостаточности, что диктует необходимость дорогостоящей терапии. Сегодня в мире доказано уменьшение продолжительности жизни при диагнозе СД на 10 лет.

И при этом проведенные исследования действия минеральных вод на организм человека показали, что даже с таким серьезным заболеванием, как сахарный диабет, можно жить комфортно!

Практически все проблемы СД **связаны с нарушением обмена веществ, в первую очередь, углеводов и жиров**. В основе этих патологических реакций лежит недостаточная эффективность действия инсулина, основная функция которого — транспортировать сахар из крови в клетки. Если инсулин работает плохо или его мало вырабатывается, сахар накапливается в крови, не достигая клеток. Причем, если у больных сахарным диабетом I типа инсулин может вообще не поступать в кровь, то при диабете II типа этот гормон может присутствовать в больших количествах, однако клетки организма его просто «не узнают».

Главными факторами риска развития сахарного диабета являются обезвоживание организма и лишний вес вследствие чрезмерного переедания и малоподвижного образа жизни.

В проведенных исследованиях нам удавалось снизить сахар с 20 единиц до нормы, что дало возможность пациентам избежать

тяжелых последствий болезни. Для этого потребовалось пропить курсом на очищение кишечника воды «**Stelmas Mg**» и «**BioVita**». Одной из причин сахарного диабета является загрязнение тонкого кишечника — это не только пищеварительный, но и основной эндокринный орган, в котором вырабатывается 80% гормонов. При загрязнении их вырабатывается все меньше, поджелудочная железа запаздывает с выработкой инсулина, клетка теряет резистентность к инсулину, сахар не усваивается, инсулина вырабатывается все больше и он из хорошего гормона превращается в плохой и начинает перерабатывать белки и углеводы в жиры. Вот поэтому у многих больных сахарным диабетом присутствует избыточный вес.

Минеральные воды «**Stelmas Mg**», «**BioVita**», а также «**Svetla**» помогают решить эти проблемы.

В «**Stelmas Mg**» более 2000 мг сульфатов, они, поступая в печень, увеличивают выработку желчи, которая с одной стороны проводит детоксикацию токсинов в организме, а с другой, поступая в кишечник, увеличивает его двигательную функцию способствуя его очищению и увеличивает выработку гормонов. В этом помогает и HCO_3 , который также увеличивает выработку гормонов и помогает усвоению всех питательных веществ из кишечника в кровь. Это способствует ускорению выработки инсулина, и он поступает к началу пищеварения. Помимо этого, в воде «**Stelmas Mg**» много магния, он находится в активной форме и начинает быстро работать. А для диабетиков крайне важно, чтобы больной получал в достаточном количестве магний, врачи его прописывают, назначая магниевые препараты.

То есть у «**Stelmas Mg**» многостороннее действие: организм получает больше гормонов, регулирующих обменные процессы, т.к. вовремя поступает инсулин. Осуществляется очищение организма на клеточном уровне. А магний помогает переработать сахар в энергию, а не в жиры.

«**Stelmas Mg**» - вода средней минерализации, поэтому, чтобы не допустить обезвоживания, ее необходимо сочетать с приемом пресных вод малой минерализации. Лучше — активных

- «**BioVita**» и «**Svetla**». Эти особые воды помогут не только не допустить диабета, но и крайне важны при его лечении.

Как показали исследования, их активность определяет высокую скорость обменных процессов в организме. Поэтому активизируются все биохимические (в т.ч. энергетические) процессы, что способствует **улучшению метаболизма тканей** за счет нормализации кровоснабжения и выведения шлаков на уровне клетки. Метаболические процессы восстанавливаются даже у отравленных токсинами клеток. Повышается адаптация клеток и всего организма в целом. Происходит нормализация регуляторных механизмов вегетативной нервной системы; органы начинают работать синхронно, сбалансировано, ускоряется и увеличивается выработка жизненной энергии, исчезает «хаотичность» в работе организма.

Все эти важнейшие показатели работы организма имеют особую значимость при лечении СД.

Вода «**Svetla**», кроме того, имеет еще один «бонус», крайне существенный и для профилактики, и при лечении СД. Вода содержит гидратированные фуллерены - мощные антиоксиданты длительного действия. А **применение антиоксидантной терапии является** одним из обязательных компонентов комплексной терапии сахарного диабета и его сосудистых осложнений.

Подагра

Тяжелое заболевание, сопровождающее отеком, покраснением и сильной болью в пораженном суставе. По существу, это артрит, но возникает он как следствие повышенного уровня мочевой кислоты в крови. Производное этой кислоты (урат натрия) кристаллизуется и мелкими частичками откладывается в суставах, что и приводит к их разрушению и вызывает боль. Важным признаком является несимметричное поражение сустава — например, большого пальца только одной стопы. Сопровождается слабостью, лихорадкой, высокой температурой, образованием узелков и шишек в соединительной ткани, которые представляют собой отложение солей мочевой

кислоты. При прогрессировании заболевания болевые приступы учащаются, воспалительный процесс распространяется на другие суставы: локтевые, мелкие суставы кистей. Могут развиваться сердечно-сосудистые заболевания — гипертония, ишемическая болезнь сердца.

Повышенный уровень мочевой кислоты может быть не только от излишней ее выработки, но и от нарушения работы почек, когда они не справляются с выводом нормального количества образующейся мочевой кислоты в организме, как правило, связано с обезвоживанием.

Прописывают противовоспалительные препараты и те, что уменьшают образование мочевой кислоты. Чтобы избежать постоянного приема лекарств и снизить их количество, важно поддерживать содержание мочевой кислоты в крови на безопасном уровне. Для этого следует изменить характер питания, ограничив количество поступающих с пищей пуринов (это соединения, из которых образуется мочевая кислота). Основные поставщики пуринов — спиртные напитки, колбасы, животные жиры, субпродукты. Употреблять следует овощи, фрукты, каши, заниматься лечебной физкультурой и гулять на свежем воздухе.

И обязательно пить 2-3 литра воды в день. Лучше всего — активной воды, такой, как **«Svetla»** или **«BioVita»**.

Наглядно их роль в борьбе с подагрой мы увидели, наблюдая за процессами в живой капле крови до и через 15 мин после приема вод. Наблюдение показало, как эти активные воды растворяют солевые кристаллы, которые были «приклеены» к эритроциту. Невысокий электрический потенциал плазмы крови до приема вод не позволял вывести кристаллы мочевой кислоты. **«Svetla»** и **«BioVita»** возвращают крови свойства растворителя: после их приема происходит раздробление солей мочевой кислоты на мелкие фракции, кровь очищается намного быстрее. Мелкие фрагменты уже не будут «застевать» в почках при фильтрации.

Важно и прием минеральной воды лечебно-столовой воды **«Stelmas Mg»**. Ее уникальный состав способствует нормализации

обменных процессов за счет улучшения функций печени, а также благодаря восстановлению работы тонкого кишечника, в котором секретируется 80% всех пищеварительных гормонов. Последние, кроме улучшения пищеварения, имеют и другие выраженные физиологические эффекты и воздействуют на всю гормональную систему человека, оказывая влияние на метаболизм клеток и обмен веществ.

Так, они ускоряют выработку других гормонов, например, стимулируют секрецию пищеварительных ферментов поджелудочной железы, в частности, инсулина, - основного контролера всех функций организма, в первую очередь – обмена веществ, что и приводит к **нормализации уровня мочевой кислоты**. За счет чего проявляются лечебные эффекты воды при подагре.

Кроме того, благодаря наличию большого содержания ионов **«Stelmas Mg»** способствует более быстрому всасыванию воды слизистой оболочкой желудочно-кишечного тракта и ее поступлению в кровь. Это приводит к повышению гидростатического давления крови, что сопровождается мочегонным эффектом и, соответственно, к более интенсивной эвакуации из тканей продуктов промежуточного обмена через почки. При этом повышается растворимость солей в моче, что снижает их способность к выпадению в осадок. Этому же способствует и высокое содержание в воде кремния.

Сочетание приема **«Stelmas Mg» с «BioVita» или «Svetla»** значительно улучшает работу мочевыделительной системы – снижается количество оксалатов, липидов, мочевой кислоты.

Прием «Stelmas Mg» - за 15-20 минут до еды и небольшой стакан перед сном, а через 2 и 3 часа после еды - **«BioVita» или «Svetla» (чередую их прием)**.

При таком приеме количество приступов значительно сократится и до наступления очередного вам подается сигнал – дискомфорт в месте появления подагры. Я спасаюсь от него переходя на питание яблоками и выпивая 3 литра воды **«Sulinka»**. Обычно сигнал снимается за 1 день.

Инсульт

Врачи бьют тревогу: инсульт перестал быть болезнью возраста. Сегодня огромное количество инсультов случается в 30 и в 40 лет. В прошлом веке никто не слышал, что инсульт может быть у 10-летнего ребенка! А сегодня на 100 тысяч детей старше 10 лет приходится 7 случаев инсульта в результате гипертонии и сердечно-сосудистых заболеваний (!)

Если к 30 годам человек не очень понял, чем он должен питаться, когда есть и когда пить, сколько спать и сколько двигаться, то после 40, а тем более, к 60, ему будет намного сложнее не иметь серьезных проблем со здоровьем.

Возникает самая распространенная форма инсульта (ишемический инсульт) из-за нарушения циркуляции крови, увеличения ее вязкости и закупорки сосудов, ответственных за кровоснабжение мозга, тромбом или сгустком крови. Клетки мозга, не получая питания и кислорода, «голодают» и гибнут. Хорошее снабжение головного мозга питанием и кислородом зависит также и от состояния сосудов, их эластичности, гладкости, что определяет их проницаемость и тонус, способность к расширению и сжатию, определяющую устойчивость кровоснабжения мозга. Повреждают стенки сосудов и делают их хрупкими и слабыми недоокисленные продукты обмена — свободные радикалы.

Врачи не устают повторять о вреде ожирения, стрессов, курения, злоупотребления спиртным, ГМО, трансжиров, малой подвижности, называя все перечисленное основными причинами проблем с сосудами и главными провокаторами инсультов (и инфарктов).

Но не упоминают при этом о **главнейшей причине** возникновения сосудистых проблем — **обезвоживании!**

Люди сегодня практически перестали пить воду, пренебрегая ею даже в периоды наибольшей вероятности ишемического инсульта у людей далеко не преклонного возраста — в периоды переживаемого стресса, физического или эмоционального напряжения, нервного срыва.

Организм прощает нам очень многое — отсутствие физической нагрузки и сна, питание трансжирами (фастфудом), курение, недостаток сна, лишние килограммы, неумение позитивно мыслить и многое другое. Но дефицит воды, особенно длительный, констатируемый как хроническое обезвоживание, организм не прощает!

Почему это так?

Для хорошей работы сердечно-сосудистой системы, предупреждения инсульта нельзя допускать обезвоживания организма, поскольку вода из кровеносной системы доставляет питание клеткам. При недостатке воды для обеспечения нормальной работы всех органов она забирается из общей системы циркуляции крови и лимфы. Естественно, что при снижении объема крови, организм для поддержания нужного давления в системе и бесперебойной работы всех органов вынужден сужать сосуды и капилляры.

Повышается артериальное давление, что при хроническом дефиците воды может превратиться в патологию - гипертоническую болезнь, которая провоцирует инсульт.

Кроме того хроническое обезвоживание — мощный атерогенный фактор. Поскольку стимуляция производства холестерина печенью — один из механизмов защиты клеток от потери воды, когда концентрированная кровь старается вытянуть необходимую ей воду из клеток через мембраны. А это — прямая дорога в сторону атеросклероза, к тяжелейшему поражению сосудов, будущим сердечно-сосудистым патологиям в виде инфарктов и инсультов.

Именно поэтому каждый здоровый взрослый человек должен ежедневно употреблять не менее 2-х литров питьевой воды.

Лучше, если это будет вода активная, такая, как **«Svetla»** и **«BioVita»**. Они быстро поступают в кровь, разжижают ее, нормализуется состав крови, текучесть ускоряется, выводятся отработанные клеткой вредные вещества - токсины, метаболиты, свободные радикалы, больные клетки. Об этом говорят многочисленные исследования этих вод.

Онкология

Заболеваемость онкологией стремительно растет. ВОЗ утверждает, что через 20 лет раком заболеют в двое больше людей. Как уберечься от этой болезни и чем тут могут помочь воды?

Первое, о чем мы должны помнить — нельзя допускать обезвоживания, которое вызывает мультисистемную дисфункцию всей физиологии организма. Приводит к потере контроля над потоком химических реакций, разрушающих организм. При дефиците воды в клетку меньше поступает питательных веществ, меньше производится энергии. И, что еще хуже — до 83% токсинов собирается в МП, которые его загрязняют и «закисляют» создавая невыносимые условия для жизни клеток, они начинают болеть и погибать, а некоторые в этой кислой среде перерождаются в онкологические.

В первую очередь нужно знать, что раковые клетки могут жить только в среде с низким содержанием кислорода и высокой кислотностью. Мощным провокатором этих условий для превращения обычных клеток в раковые является дефицит воды. Если воды достаточно, она и поддерживает РН, и доставляет кислород в клетки, очищает межклеточное пространство.

Расскажу о водах, с которыми были проведены исследования. Это **«Svetla»** и **«BioVita»**. Особая роль принадлежит воде **«Svetla»**. В начале исследования были проведены на крысах в онкоцентре им.Блохина и они показали, что деление онкоклеток замедлилось на 70% и даже больные раком крысы прожили в 2 раза дольше при потреблении воды **«Svetla»**. В МГУ были получены данные о подавлении роста онкоклеток в 2 раза.

Затем с помощью РО-онко теста в 2012 было показано, что люди, имеющие предрасположенность к онкологии и относящиеся к группе риска, успешно эту группу покидают после приема 0,5 л воды **«Svetla»** и 1,5 л воды **«BioVita»** в день.

Исследования в 2016 году показали, что при приеме вод **«Svetla»** и **«BioVita»** нормализуется коэффициент злокачественности у онкопациентов. *Посмотрите график № 4.*

Это говорит о ликвидации предрасположенности к развитию онкологического процесса.

Происходит практически полная нормализация биоэнергетических процессов и снижение перекисей липидов. Посмотрите график № 5.

Это - важнейшие показатели оздоравливающего действия «Svetla» и «BioVita». В контрольной группе (КГ) пациентов, которые не пили этих вод, таких эффектов не было выявлено. И что еще очень важно: у пациентов Самарского онкологического диспансера, которые принимали эти воды при химиотерапии, не произошло ухудшения состояния по сравнению с контрольной группой. Регистрировались собственная оценка состояния пациентов, а также многие показатели, включая регуляцию биоэнергетических процессов и работу иммунной системы.



График № 4



График № 5

Таким образом, воды «**Svetla**» и «**BioVita**» не только не позволяют допустить онкологии, но и помогут проводить восстановление хорошей работы организма после самых страшных болезней.

Сейчас ведутся наблюдения при приеме «**Svetla**», «**BioVita**» и «**Stelmas Mg**» во время химиотерапии до операции, надеемся, что кому-то она и не потребуется.

Действие вод объяснимо:

«**Svetla**» активирована фуллеренами – самыми мощными антиоксидантами долговременного действия, которые, как показали исследования, тормозят развитие опухолевых патологий.

«**BioVita**» - помогает работе лимфатической и мочевыделительной системам организма по нейтрализации и выводу вредных веществ. Обе воды способствуют раскислению, их кислотность вначале 7,6, а на 3-й день - более 9.

Исследовали также влияние минеральных вод «**Stelmas Mg**» и «**BioVita**» на состояние пациентов после операции, химиотерапии и облучения при самых распространенных онкологиях – рака молочной, щитовидной и предстательной железы.

Выявлено было, что, «**Stelmas Mg**» совместно с водой «**BioVita**», смогла привести к 100% реабилитации иммунной системы при раке молочной, щитовидной и предстательной желез, после курса облучения химиотерапии, а вот в КГ данные не дотянули до нижнего уровня нормы. **Принимали их так:** «**Stelmas Mg**» за 15-20 минут до еды, а «**BioVita**» через 2 и 3 часа после еды.

Как объяснить? Одна из важных задач при химиотерапии и после нее — помощь в работе печени, почек, которые при болезни выполняют огромную нагрузку по очищению и детоксикации. «**Stelmas Mg**» увеличивает выработку желчи, которая является основным детоксикатором, а «**BioVita**» быстро выводит вредные вещества и доставляет кислород, увеличивая энергетику.

Хорошо также использовать в своем рационе о воду «**Stelmas Zn Se**» и «**Stelmas O₂**». Эта вода содержит селен и цинк — элементы с антиоксидантным действием. Наши защитники от опухолей. Установлено, что у людей с низким содержанием селена и цинка в организме опухоли могут развиваться быстрее. По разным данным, от 60 до 80% людей страдают от дефицита этих элементов той или иной степени.

«**Stelmas O₂**» - насыщена кислородом. А кислород сокращает рост раковой опухоли и при этом клетки иммунной системы более эффективно атакуют злокачественные клетки и таким образом сокращают шансы опухоли на выживание.

Гипертония

Гипертония стремительно молодеет. Сегодня нередки случаи, когда артериальная гипертония развивается у людей чуть старше 30 лет, в 2-3 раза чаще стали страдать гипертонией подростки!



Основным фактором, провоцирующим это заболевание,

кроме стрессов, гиподинамии, курения и пр. является обезвоживание.

При недостатке воды для обеспечения органов она забирается организмом из общей системы циркуляции крови и лимфы. Естественно, для поддержания нужного давления в системе и бесперебойной работы всех органов сужаются сосуды и капилляры. При этом повышается артериальное давление, что и называется гипертонией. Чтобы проникнуть в капилляры, поддерживать нормальную циркуляцию жидкости в системе кровообращения и нормальное давление в сосудах, вода должна иметь высокую активность, энергонасыщенность. Именно такая вода и работает в нашем организме.

Наиболее близкими к ней являются активные воды «**BioVita**» и «**Svetla**». Их энергонасыщенность составляет более 270 Кдж/моль, что соответствует этому параметру капиллярной жидкости.

Высокое энергонасыщение определяет их особое положительное воздействие на наш организм. Об этом говорят многочисленные исследования этих вод.

В частности, наблюдение за живой каплей крови показало разницу в состоянии организма до и после приема этих вод. Так, после приема расклеиваются слипшиеся эритроциты, что свидетельствует о восстановлении их электрического потенциала. Уменьшается вязкость крови, улучшая кровоснабжение тканей, включая мозг, питательными веществами и кислородом. Это активизирует его работу, эффективней осуществляется регуляция функций всех систем, и, в частности сосудистой и сердца. Нормализуется при этом артериальное давление и частота дыхания. Тромбоциты распадаются на отдельные клетки, т.е. уменьшается склонность к тромбообразованию. Активируются лейкоциты, они выделяют ферменты, которые рассасывают мягкий (низкой плотности) холестерин, что помогает в борьбе с атеросклерозом — одной из основных причин появления гипертонии.

Особое значение при гипертонии имеет прием воды «**Svetla**», которая, среди прочих терапевтических эффектов, улучшает со-

стояние сосудов в нашем организме, которое определяет перепады давления. «**Svetla**» активирована фуллеренами — самыми мощными антиоксидантами. Она способна защитить сосуды от повреждения недоокисленными продуктами обмена, что способствует постепенной нормализации артериального давления. Благодаря увеличению АФК (активных форм кислорода) в результате приема этой воды «дожигаются» метаболиты, нейтрализуются токсины, образуется меньше свободных радикалов, разрушающих наши сосуды и вызывающих атеросклероз. Исследования показали, что «**Svetla**» защищает сердечно-сосудистую систему от развития патологий, связанных с атеросклерозом, а также эффективно подавляет причины возникновения самого атеросклероза, увеличивая выработку энергии и укрепляя иммунитет. И оказывает многие другие положительные эффекты.

Помогут при гипертонии и минеральные воды, содержащие в значимых количествах важнейшие микроэлементы, дефицит которых напрямую связан с ухудшением состояния сосудов, и, как следствие - с возникновением и развитием гипертонии. Это кальций, магний и кремний.

Кальций участвует в процессах распределения внутриклеточной и внеклеточной воды, регулирующей уровень артериального давления, необходим для нормального процесса сокращения миокарда. Кальция, как правило, хватает, но он не усваивается без магния и кремния, а они дефицитны.

Магний обладает кардиопротекторным действием, проявляет сосудорасширяющее действие и способствует нормализации артериального давления.

Кремний — важнейший элемент для поддержания эластичности артерий. Определяет их прочность, эластичность и проницаемость. Пониженное содержание кремния в стенках кровеносных сосудов с возрастом приводит к их хрупкости и вызывает атеросклероз. Стенки сосудов становятся тонкими - это опасность кровоизлияний, в том числе в мозг (инсульт).

Воды, со значимым содержанием кальция, магний, кремния:

«Stelmas Mg», «Sulinka», «Sulinka кремниевая», «Mivela Mg». Принесут неоценимую помощь в борьбе с болезнью также воды, со значимым содержанием селена, цинка, хрома: «Stelmas Zn Se» и «Stelmas O₂».

Холестерин

Сегодня каждый знает, что повышенный холестерин — это первый признак возможного развития болезней сердца и мозга, последствий закупорки артерий. **Выработка вредного холестерина (есть и полезный) в организме — прямое следствие хронического обезвоживания.** Клетка человеческого организма обладает такой же, как у бактерий, способностью приспосабливаться к окружающей среде, изменяя структуру своей мембраны. Аналогичным образом клетки меняют содержание холестерина в мембранах, чтобы предотвратить бесконтрольную фильтрацию воды внутрь или наружу. В нормальных условиях вода должна просачиваться в клетку медленно и стабильно. Если клеточную воду необходимо удержать внутри, потому что окружающая среда становится сравнительно сухой, мембрану клетки следует запечатать. Запасы холестерина в структуре мембраны выполняют задачу по запечатыванию — закрытию тех самых пор, которые позволяют воде проходить через мембрану из клетки.

В обычных условиях процесс приема пищи должен сопровождаться притоком воды и ферментов в желудок и кишечник. Ферменты разлагают частицы пищи на маленькие строительные кирпичики, внедряя одну молекулу воды в каждую из многочисленных точек соединения аминокислот, составляющих структуру белков. Для осуществления этого процесса используется свободная вода. В результате в организме оказывается меньше воды и больше растворимого твердого материала, который нужно перенести в систему циркуляции крови и лимфы.

Результатом процесса пищеварения становится обезвоживание крови, которая покидает кишечник и направляется в печень. В печени часть пищевого груза изымается, после чего сбаланси-

рованная кровь поступает в сердце. В первую очередь система кровообращения направляет эту концентрированную кровь в легочную ткань. Тут циркулирующая кровь теряет еще какое-то количество воды в виде пара, выделяемого при дыхании.

Затем концентрированная кровь под давлением выталкивается наружу. Она проходит по артериям, которые питают само сердце, потом — по артериям мозга, а затем направляется в главную артерию — аорту. Когда эта концентрированная кровь достигает мозговых центров, те сообщают мозгу, что организму не хватает воды. Подается аварийный сигнал жажды, и человек чувствует необходимость напиться воды.

Между приемом воды и контактом концентрированной крови с клетками печени и внутренней оболочки артерий проходит довольно много времени. Этого времени и обезвоживающего воздействия концентрированной крови оказывается достаточно, чтобы дать команду на мобилизацию холестерина и активизацию его деятельности в тех клетках, которые контактировали с концентрированной кровью, таких как клетки печени и внутренняя оболочка артерий. Со временем складывается физиологическая модель выработки и отложения холестерина на внутренней оболочке кровеносных сосудов. Единственный способ, которым клетки, не способные вырабатывать холестерин, могут защитить себя, — это изъять холестерин из циркулирующей крови и отложить его на своих мембранах.

Повышенный уровень холестерина — признак того, что клетки тела разработали механизм защиты от сильного осмотического воздействия крови. Концентрированная кровь, естественно, старается вытянуть необходимую ей воду из клеток через мембраны. Холестерин — это своего рода природная водонепроницаемая глина, которая забивает отверстия в клеточной мембране, помогая сохранить ее архитектуру в неприкосновенности и предотвратить чрезмерную потерю воды. При хроническом обезвоживании клетки печени будут постоянно вырабатывать дополнительный холестерин и выбрасывать его в систему кровообращения для использования всеми клетками, не способными производить соб-

ственный холестерин. Кроме того, дополнительный холестерин делает стенки клеток непроницаемыми для воды, которая в нормальной, хорошо гидратированной клетке должна свободно проходить в обоих направлениях.

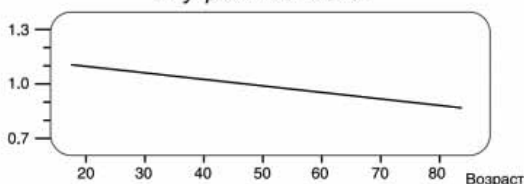
Чтобы предотвратить накопление избыточного холестерина клетками внутренней оболочки артерий и печени, вы должны регулярно выпивать достаточное количество воды за полчаса до приема пищи. Благодаря этой процедуре клетки смогут насытиться водой, до того как столкнутся с концентрированной кровью после приема пищи. Кроме того, эта вода сможет обеспечить процессы пищеварения и дыхания, не покушаясь на запасы воды в клетках, выстилающих стенки кровеносных сосудов.

Если регулировать ежедневный прием воды на протяжении какого-то времени, клетки постепенно насытятся водой полностью и потребность в холестериновой защите уменьшится, а выработка холестерина снизится. В свете этой информации нормальный уровень холестерина в крови, возможно, окажется гораздо ниже тех значений, которые сейчас объявляются безопасными. Становится очевидным, что эффективное снижение уровня холестерина в системе кровообращения может способствовать удалению уже сформированных отложений.

При курсовом приеме вод **«Stelmas Mg»** и **«BioVita»** уровень холестерина нормализовался практически у всех больных сахарным диабетом II типа.

Можно продолжить рассмотрение болезней и болезненных состояний, которые вызываются обезвоживанием организма, но читать о болезнях, мне кажется, тяжело. Необходимо просто прийти к пониманию того, что из-за неудовлетворенной жажды наш организм постоянно, с самого детства, обезвоживается. С возрастом количество воды в клетках уменьшается и растет во внеклеточном пространстве, это соотношение изменяется с 1,1 — в юности, до 0,8 — в старости.

Изменение соотношения между содержанием воды
внутри и вне клеток



Обезвоженная клетка уже не обеспечит вас и ваш организм энергией, болезни будут нарастать как снежный ком — и никакие лекарства не помогут, а будут создавать лишь новые проблемы со здоровьем. В межклеточном пространстве работает натрий (Na) вместе с хлором (Cl), он удерживает воду: с одной стороны, не пускает ее в клетку, а с другой — вытягивает воду из нее. Поэтому после 30–35 лет старайтесь меньше есть пищи и пить воды с высоким содержанием NaCl, не подсаливать пищу — соли и так хватает в сырах, колбасах и других продуктах. Больше ешьте овощей, фруктов, зелени с хорошим содержанием калия, поскольку именно от него зависит энергия клетки, и пейте воду — при таком питании вы быстро начнете худеть. Одним из ярких сигналов обезвоживания служит темная или мутная моча — срочно выпейте воды. Последним признаком обезвоживания организма является сухость во рту. Но при значительном обезвоживании, даже при сухости во рту, многие пожилые люди не утоляют жажду водой, а предпочитают чай или кофе, усугубляя тем самым свои проблемы и приводя организм к болезням

Нормальный уровень холестерина:

- до 20 лет — 3,1 - 3,9 моль/л
- 20 - 35 лет — 3,9 - 5,2 моль/л
- 35 - 59 лет (мужчины) — 5,3 - 5,7 моль/л
- 30 - 65 лет (женщины) — 5,0 - 6,0 моль/л

Тромбы в сосудах



Тяжелейшие, а порой смертельные состояния вызваны образованием тромбов в сосудах. Это – столь серьезная проблема современности, что учрежден Всемирный день борьбы с тромбозами.

Тромбы – это образование внутри кровеносного сосуда сгустков крови, которые препятствуют протеканию крови по сосуду. Случается при повреждении кровеносного сосуда и даже без повреждения. 70–80 % всех инфарктов медики относят к последствиям воспаления атеросклеротической бляшки на сосуде, которые могут иметь место при стрессе, воспалении, инфекции. В этом случае развивается отек, на бляшке возникают дефекты. Организм воспринимает эти дефекты как дырки в сосуде, которые следует «залатать», и для предотвращения потери крови вырабатываются тромбоциты и фибрин которые формируют сгусток крови – тромб. Он еще больше, чем бляшка сужает просвет сосуда, это приводит к болям – стенокардии и развитию в дальнейшем инфаркта.

Тромб – причина не только инфарктов, но и прочих столь же тяжелых заболеваний: тромбоза глубоких вен на ногах, тромболического инсульта, тромбоза артерий, несущих кровь к почкам, кишечнику, прочим органам.

Помощь в защите сосудов и улучшении кровотока поможет прием активной воды, такой, как **«Svetla»** и **«BioVita»**.

Мы исследовали живую каплю крови, которая является зеркалом организма и дает необычайно важную информацию о состоянии здоровья, а также о возможности его нарушения в будущем. Исследование проводили до и через 15 мин после приема этих вод.

Наблюдение показало, что в активированной после приема этих вод плазме тромбоциты начинают распадаться на единичные клетки, что позволяет привести в порядок микро-русло. А это – предупреждение тромбообразования!

Плазма становится более прозрачной, скорость движения клеток увеличивается, улучшается текучесть крови. Исчезают застойные зоны: плотные скопления клеток разрушаются и растекаются. Это способствует улучшению кровоснабжения и питания органов и тканей и уменьшает возможность отложений на стенках. Улучшается динамика происходящих процессов. «Svetla» и «BioVita» быстро восстанавливают свойства плазмы. В ней запускаются оздоравливающие процессы:

- активируются лейкоциты, их мембраны разуплотняются, конфигурация меняется, движется протоплазма, т. е. иммунные клетки начинают работать.

- активный лейкоцит выполняет свою работу. Выделяя ферменты, он рассасывает мягкий (низкой плотности) холестерин. А это предупреждение развития атеросклероза. Антиатеросклеротические свойства воды «Svetla» показаны и другими исследованиями.

Варикоз.

Варикоз считают болезнью цивилизации, которую сложно лечить. И ни один из методов не является универсальным. Поэтому во благо пациенту разумно их сочетание.

Какую роль играет вода в комплексном лечении этой болезни?

В первую очередь, прием воды в необходимом для организма количестве — необходимое условие предупреждения и важная составляющая комплексной терапии этого тяжелого заболевания. При недостатке воды для обеспечения органов вода забирается организмом из общей системы циркуляции крови и лимфы. Прием воды поддерживает нормальную циркуляцию крови в сосудах и способствует ее разжижению, предупреждая тромбообразование — опасное осложнение при варикозе. Поэтому необходимо пить не менее 2-х литров воды в день. Особенно тем, кто имеет такой



серьезный фактор риска появления этой болезни, как наследственность.

Лучше пить активные воды «BioVita» и «Svetla». Их параметры определяют особое положительное воздействие на наш организм. Об этом говорят многочисленные исследования этих вод.

В частности, наблюдение за живой каплей крови, которое показало, что, после приема уменьшается вязкость крови, при этом улучшается кровоснабжение тканей, в частности - мышечного слоя в стенках венозных сосудов. Это способствует устранению самой причины развития варикоза. Улучшается капиллярный кровоток, венозный и лимфатический отток. Слипшиеся тромбоциты распадаются на отдельные клетки, т.е. уменьшается склонность к тромбообразованию. Активируются лейкоциты, они выделяют ферменты, которые рассасывают мягкий (низкой плотности) холестерин, что помогает в борьбе с атеросклерозом — заболеванием, провоцирующим развитие варикоза и препятствующим его лечению.

«**Svetla**» пьется за полчаса до еды и дает нам дополнительный «бонус», поскольку активирована фуллеренами — самыми мощными антиоксидантами. Они активно снижают уровень свободных радикалов, которые являются одним из мощных факторов ослабления сосудистой стенки — основной причины появления и развития варикоза. В результате ее приема «дожигаются» метаболиты, образуется меньше свободных радикалов, разрушающих наши сосуды.

Следствием ее антиоксидантного действия является стабилизация клеточных мембран и нормализация их проницаемости, что укрепляет капилляры и благотворно сказывается на тонусе сосудов (вен). А это — одна из важнейших целей комплексного лечения варикоза.

Исследования показали также, что «**Svetla**» защищает сосудистую систему от развития патологий, связанных с атеросклерозом, а также эффективно подавляет причины возникновения самого атеросклероза.

Вода «**BioVita**» благодаря своей активности нормализует метаболизм тканей за счет улучшения кровоснабжения и выведения сво-

бодных радикалов из организма. Сочетание приема этих вод, как показывают исследования, способствует снижению уровня оседания эритроцитов (в 1,4 раза). Это свидетельствует об уменьшении воспалительных процессов в организме, снижаются отеки, боли. А это - один из значимых факторов в лечении болезни. Пьется **«Bio-Vita»** через 2 и 3 часа после еды.

Неоценимую помощь в лечении варикоза окажет и прием лечебно-столовой воды **«Stelmas Mg»**, которая в значимом количестве содержат магний и кремний. Их дефицит напрямую связан с ухудшением состояния сосудов, провоцируя возникновение варикоза.

Запор

Запоры очень опасны. Они провоцируют до 30% онкологии ЖКТ и способствуют возникновению множества других болезней нашего организма. Частые запоры являются причиной таких заболеваний как — энтерит, вторичный колит, синдром раздраженного кишечника, заболеваниям желчного пузыря. Ухудшается самочувствие, появляется изжога, головные боли, повышенная утомляемость и раздражительность, тошнота и тяжесть в животе. Такие состояния являются следствием интоксикации организма от поступления в кровь продуктов гниения содержимого толстого кишечника при запорах.



Основной причиной возникновения запоров, является **обезвоживание** организма. Вода - самый ценный продукт для нашего организма и до 20% воды, необходимой для работы всех органов и систем организма, забирается из толстого кишечника. Однако, сегодня очень многие за воду принимают чай, пиво и др. напитки, а это еда, у нее другой путь в организме, она усваивается в тонком кишечнике и почти не попадает в толстый. При дефиците воды, организм пытается получить воду из толстого,

сильнее сдавливает каловые массы, и мы получаем запоры. Со временем перестают работать мышцы кишечника, и мы получаем хронические запоры. Они особенно страшны для детей, которые начинают замыкаться и бояться походов в туалет.

Но с этой бедой можно справиться раз и навсегда!

Запор — это один из сигналов обезвоживания организма и предвестник больших проблем со здоровьем в недалеком будущем. Лечить его лекарствами малоэффективно, поскольку они отучают кишечник работать самостоятельно, и проблемы будут накапливаться, количество принимаемых лекарств увеличиваться, и не только от запора. А такая процедура, как гидроколонотерапия, является опасной для здоровья и в Америке запрещена (кроме, как перед операциями), в медицинских сообществах Европы тоже не приветствуется.

Запор — это проблема всей пищеварительной системы решать ее необходимо комплексно, начиная с очищения и улучшения работы печени. Лучшим средством для этого является минеральная вода «**Stelmas Mg**», которая содержит большое количество сульфата магния - MgSO_4 ($\text{SO}_4 > 2000$ мг/л), Попадая в печень, он значительно увеличивает выработку печеночными клетками желчи, она, двигаясь по желчным протокам, очищает их от холестерина и продуктов распада, попадает в кишечник, усиливает его двигательную функцию и быстро ликвидирует запоры. При этом улучшаются физико-химические свойства желчи, холестериновый и белковый обмен веществ. И что самое важное — при курсовом приеме «**Stelmas Mg**» восстанавливается двигательная функция кишечника, работоспособность его мышц, что в итоге приводит к отказу от лекарств с их противопоказаниями.

Одновременно вы очистите:

— кишечник — наш основной пищеварительный, эндокринный и иммунный орган, в котором при загрязнении зарождаются многие болезни — от прыщей до сахарного диабета;

— печень, которая является детоксикатором вредных веществ, поступающих из организма, она заработает более эффек-

тивно, проводя профилактику болезней и быстро избавляя от похмельного синдрома;

- почки и, следовательно, межклеточное пространство, и застрахуетесь от образования песка и камешков в почках;

- сосуды от холестерина: они станут более эластичными, будут лучше проводить питательные вещества и кислород. Са (кальций), Mg (магний) и Si (кремний) помогут в борьбе с остеопорозом и укрепят кости.

Холецистит

Заболевание желчного пузыря, сопровождающееся воспалительным процессом и нарушением оттока желчи. Желчный пузырь вместе с системой желчных протоков обеспечивают сбор и транспортировку желчи из печени в двенадцатиперстную кишку.

На сегодняшний день холецистит занимает третье место среди всех заболеваний пищеварительной системы. В большинстве случаев от него страдают люди с избыточной массой тела, желчекаменной болезнью, имеющие дисбактериоз кишечника и запоры. В группе риска также люди с заболеваниями органов мочеполовой системы и хроническими воспалительными заболеваниями различных органов. Гораздо реже холецистит встречается у людей с нормальной или даже пониженной массой тела. Женщины, особенно после 45 лет страдают от этого заболевания чаще, чем мужчины. В последние десятилетия болезнь заметно «помолодела», поражая молодых людей и даже подростков.

Холецистит — болезнь инфекционной природы. Инфекция, вызывающая холецистит, чаще всего может быть занесена из кишечника или из других очагов с током крови и лимфы. Нередко провоцируют возникновение холецистита и переход его в хроническую форму:

- нерегулярное питание, переедание;
- малоактивный образ жизни;
- слабый иммунитет;
- беременность;

нервные перенапряжения, приводящие к нарушению нормального оттока желчи;
интоксикации;
прием алкоголя и курение;
прием некоторых лекарственных средств.

Чем раньше вы обнаружите, что у вас холецистит, тем больше шансов полностью вылечить это заболевание. К основным симптомам холецистита можно отнести острую боль в правом подреберье, усиливающуюся при глубоком вдохе, развитие напряжения в грудных мышцах, боль при пальпации, тошноту или рвоту с желчью, повышение температуры, реж — желтуху. Если вы обнаружили у себя эти симптомы, вам следует как можно скорее обратиться к врачу.

Лечение этого заболевания должно быть комплексным. Немаловажным условием эффективного лечения является диета и прием желчегонных препаратов.

Одним из лучших средств, как для профилактики, так и при лечении холецистита (а также **желчевыводящих и путей и печени**) является прием минеральной воды «Stelmas Mg» или «Svetla минеральная».

Высокое содержание в них сульфатов (более 2000 мг/л) способствуют тому, что клетки печени начинают активно и в большом количестве вырабатывать желчь — она основной детоксикатор и помощник в пищеварении. Происходит стимулирование сокращения желчного пузыря, при этом, расслабляется сфинктер на выходе желчного канала. Это приводит к вымыванию застоев желчи и очищению желчного пузыря, желчевыводящих путей и печени от метаболитов, токсинов и обновлению желчи в печени. При этом улучшается состав и качество желчи.

Противопоказаниями к приему воды являются:

желчнокаменная болезнь (камни больше 0,5 см в диаметре), острая и хроническая почечная недостаточность, обострения хронических процессов в организме (временное противопоказание, до наступления периода ремиссии), желудочно-кишечные

кровотечения, злокачественные новообразования.

Ожирение

Избыточный вес — не эстетическая проблема. Это крик организма о постоянном **обезвоживании**, которое нанесет (или уже наносит) серьезный удар по здоровью, а кому-то сократит жизнь.

Обезвоживание нарушает баланс производства гормонов, регулирующих образование жировых клеток. А это приводит к проблемам со здоровьем: страдает опорно-двигательный аппарат, нарушается работа иммунной системы, ухудшается состояние желудочно-кишечного тракта. И самое печальное, лишний вес — это прямая дорога в сторону диабета, сердечно-сосудистых недугов и многих других серьезных заболеваний.



«Мы должны понять, что устойчивое обезвоживание влечет за собой постоянное изменение химического состава тела. Когда новый, вызванный обезвоживанием химический состав окончательно стабилизируется, он вызовет множество структурных изменений, в том числе генетических»*.

Основная задача организма — сберечь мозг от всех возможных неприятностей и бед. При обезвоживании необходимо снабдить мозг водой и питательными веществами. Возникает проблема - где взять питание и воду? Кроме как из других клеток организма, нигде. Для этого нужно эти клетки разрушить. Для чего включается каскад химических реакций по производству определенных гормонов и трансммиттеров. Это - пусковой момент нарушения обменных процессов, появления хронических болезней и разрушения самых разных органов. Так, при недостатке воды происходит выброс **гистамина** и **кортизола**. **Гистамин** — основной регулятор водных ресурсов в организме.

«Тучные люди поглощают пищу, чтобы удовлетворить изначальную просьбу гистамина о воде. Они делают это, потому что пища тоже преобразуется в АТФ (аденозинтрифосфат) и, кроме того, она гораздо вкуснее простой воды. Однако в плане удовлетворения потребностей мозга в АТФ вода действует намного быстрее и эффективнее.

...Со временем этот процесс реакции гистамина на обезвоживание или умственные и социальные стрессы может стать основанием для переедания в моменты, когда организм просто требует чистой воды. Следовательно, обезвоживание может быть коренной причиной ожирения, с которым в большинстве случаев связывают гипертензию и которое на последующей стадии может привести к диабету».

Кортизол — «разрушитель» жировых клеток. Очень нужен организму в условиях обезвоживания и стресса для «добычи» глюкозы и воды в целях питания мозга.

Итак, жировые клетки разрушены, глюкоза и вода добыты. Вроде, это должно вести к похудению. Но, не так все просто, в организме все связано, и разные вещества, гормоны, в частности, действуют не сами по себе, а с «товарищами». Часть глюкозы отправляется в мозг, это понятно, для того все и «затеяно». А вот большая часть ее остается в крови. Тут в игру должен бы вступить **инсулин**, задача которого - регулировать поступление глюкозы во все клетки организма с тем, чтобы клеточные митохондрии производили энергию. Только один мозг имеет особые привилегии — ему не нужен инсулин в качестве проводника глюкозы, он сам может пропускать глюкозу через мембраны своих клеток. Это — один из важнейших механизмов защиты самого ценного в организме — мозга. В условиях обезвоживания организм не может позволить себе тратить глюкозу на созидание других клеток, ему бы сохранить самое основное для жизни - мозг. Потому предусмотрен механизм подавления выработки инсулина с помощью заместителя гистамина - простагландина.

Что имеем? Много глюкозы в качестве излишков, часть которых удовлетворяет потребности мозга, а часть поступает в жировые

клетки. Что приводит к отложению жира. Если не потрудиться до седьмого пота, борясь с дикими животными или убегая от них (при современной жизни заменяет спортзал), то при лучшем стечении обстоятельств, когда обезвоживание еще не достигло угрожающего состояния и еще не запущен механизм подавления инсулина, просто останетесь толстыми. Все лучше, чем диабет.

И еще следует иметь в виду, что кортизол разрушает не только жировые клетки, а вообще — всякие. Т.е., происходит распад тканей, организм начинает «пожирать» сам себя. Это — аутоиммунные заболевания. Какие — это уж кому как «повезет».

И это еще не все. С помощью производства гистамина и кортизола обезвоживание запускает механизм подавления деятельности иммунной системы. Тут уж вирусные и бактериальные инфекции обеспечены. Хорошо, если обойдетесь просто соплями и кашлем.

И не говоря уже о нарушениях обменных процессов, вызванных другими гормонами. Например, при увеличении уровня глюкозы в крови, снижается производство **гормона роста**, задача которого, как и кортизола, ускорять использование жира в качестве источника энергии. Кроме этой важной функции, он выполняет еще массу задач. Детям и подросткам он помогает расти. Нужен он и для взрослых. Гормон роста укрепляет кости, предупреждая остеопороз, улучшает и поддерживает в тонусе состояние мышц, участвует в синтезе коллагена, необходимого нам во все периоды жизни для поддержания здоровья суставов, связок, хрящей и кожи. Недостаток гормона роста провоцирует ускоренное старение и раннее появление морщин. С возрастом значение этого гормона не уменьшается, поскольку он регулирует баланс холестерина низкой и высокой плотности, что важно для предупреждения атеросклероза.

Конечно, вносят свою лепту в провокацию болезней и многие другие гормоны, слаженное взаимодействие которых нарушается при обезвоживании. Это - лептин, гормоны щитовидной железы, тестостерон, женские половые гормоны. Отметим, что практически все гормоны имеют отношение к обмену веществ, и, стало

быть, к нормализации веса. А эффективным и мощным фактором, как в профилактике, так и при лечении обменных нарушений являются минеральные воды. Об этом говорит накопленный веками опыт использования минеральных вод в лечении спектра заболеваний.

Лучшая вода для снижения веса — «**Stelmas Mg**». Благодаря наличию в ней большого количества ионов гидрокарбоната она оказывает выраженные клинические эффекты, в частности, при лечении проблем лишнего веса. Гидрокарбонаты способствуют выработке собственных гормонов, что способствует ускорению обменных процессов в организме и успешному избавлению от лишних килограммов.

**Вода для здоровья. Фирейдон Батмангхелидж — доктор медицины, известный исследователь влияния воды на здоровье.*

Аллергия.

В последние годы диагноз «аллергия» ставится все чаще, а проявления недуга выражаются сильнее. По данным ВОЗ склонность к аллергиям наблюдается у 40% людей. Проявления болезни различны: и сезонные реакции на пыльцу растений, и внесезонные на шерсть животных и домашнюю пыль, на лекарства и пищу. Во всех внешних проявлениях аллергии особая роль отводится гистамину. Его называют главным виновником болезни. Облегчают состояние больных лекарства, снимающие **симптомы аллергических реакций**, и прежде всего — антигистаминные препараты. Но, следует знать, что выделение гистамина — реакция организма на катастрофическую нехватку воды. И, **аллергия — это, прежде всего, крик организма об обезвоживании**. Он оповещает о критической дегенерации, которая влечет за собой серьезные осложнения и может привести к смерти.

Что происходит? В момент стресса (атаки аллергенов, токсинов, иных неблагоприятных факторов) остро нужна вода для вы-

вода вредных веществ. Организм включает регуляторы перераспределения воды между органами с помощью каскада химических реакций. Один из таких регуляторов – гистамин. Избыточное его накопление в циркулирующих биологических жидкостях вызывает общие нарушения в функционировании организма.

Антигистаминные препараты обладают низкой эффективностью, а их действие связано с частичной блокадой гистаминовых рецепторов и нередко сопровождается нежелательными побочными эффектами. Полноценного лечения лекарствами нет.

В результате опытов с животными было доказано, что при увеличении приема воды выработка гистамина значительно падает. Существует и богатый 25-летний позитивный опыт лечения водой больных аллергией. Согласно этим данным, облегчение наступает уже от нескольких стаканов принятой воды. Но, при хроническом обезвоживании требуется несколько недель для восстановления нормальных функций организма. Поэтому в случае приступа нельзя бросать прием прописанных лекарств в надежде, что вода поможет немедленно.

Выбирать лучше воды, которые, помимо снятия обезвоживания, принесут дополнительную пользу при аллергии. Во-первых, содержащие дефицитные, особенно при аллергии, микроэлементы. Прежде всего, это селен и цинк. Они находятся в воде «**Stelmas Zn Se**».

Селен оказывает противоаллергическое действие за счет подавления гистамина, цинк устраняет кожные проявления аллергии и предотвращает возможные вторичные инфекции на ее фоне.

Цинк, селен являются компонентами клеточных ферментов – собственных антиоксидантных систем организма – важнейших наших защитников от свободных радикалов.

Антиоксидантная терапия вообще имеет особое значение при аллергии. Поэтому неоценимую помощь принесет также прием воды «**Svetla**». Она содержит самые мощные антиоксиданты из известных – гидратированные фуллерены. В широком спектре ее терапевтических эффектов – сильное и долговременное **антигистаминное, противоал-**

аллергическое и противовоспалительное действие. Вода повышает адаптацию организма, оказывает иммуномодулирующее и антитоксическое воздействия.

Важно сочетать прием воды «**Svetla**» с активной водой «**Bio-Vita**», которая ускоряет выведение нейтрализованных токсинов и метаболитов на уровне клетки. Совместное действие этих вод уменьшает влияние аллергенов за счет очищения организма на клеточном уровне и оказывает противовоспалительное и противоотечное действие.

При аллергии одна из важных задач - очищение и детоксикация. Лучшее средство для этого - воды «**Stelmas Mg**». Ее курсовой прием 24-30 дней способствует чистке кишечника, желчного пузыря, желчевыводящих путей, печени — нашего основного детоксикатора, а также почек, сосудов.

Эта вода содержит дефицитные при любых видах аллергий магний и кремний.

Магний оказывает противоаллергическое, противотоксичное и противовоспалительное воздействие.

Кремний укрепляет сосуды и капилляры, повышает их эластичность. Улучшает связывание и выведение токсинов, ядов. Поэтому важен для работы всего ЖКТ и борьбы с дисбактериозом, который является одной из причин многих аллергических заболеваний, особенно у детей.

После проведенной чистки неоценимую помощь организму принесут чередующиеся курсы таких вод как «**Sulinka**» и «**Sulinka кремниевая**». Эти воды также содержат дефицитные магний и кремний. «**Sulinka**» - это вода, содержащая 13 из 15 жизненно необходимых микро и макроэлементов, среди которых важнейшие в случае борьбы с аллергией - марганец и кобальт. Иммуностимулирующее действие кобальта проявляется его способностью повышать фагоцитарную активность лейкоцитов вообще и эозинофилов, в частности. За счет чего снижается содержание гистамина в тканях. Кобальт также важен для поддержания здорового состояния сосудов и поджелудочной железы.

Важно не дожидаться приступа, а приучить себя к ежедневному приему пресной воды в количестве не менее 2-х литров в сутки для снятия хронического обезвоживания и, предупреждения, тем самым, возникновения самой причины выделения гистамина и последующих за этим аллергических реакций организма.

Грипп. ОРВИ

Осеннее-зимний период — всем известное время, когда мы начинаем интенсивно болеть. Уберечься от наступающих ОРВИ и гриппа стремится каждый. Используются самые разные средства — от прививок до приема иммуностимуляторов, призванных повысить активность иммунитета. Кому-то это помогает, а некоторым вредит. Прививки могут помочь, если доктора, создавшие соответствующие вакцины, угадали со штаммом вируса. Если не угадали — будете болеть, будто прививки и не было. Причем, для многих людей (аллергиков, ослабленных, перенесших болезни или просто недомогания) прививки противопоказаны. Иммуностимуляторов же, по мнению многих докторов, вообще в природе не существует. То, что продается в аптеках под видом иммуномодуляторов — миф, рекламные уловки фармацевтических компаний. Об этом сейчас все больше говорят сами врачи в медицинских передачах и пишут в прессе.

Как защитить себя и близких от нарастающей угрозы вирусных инфекций и что делать в случае болезни, чтобы быстрее поправиться?

Простые действия:

За полчаса до еды выпить 200-250 мл воды «**Svetla**», за 10-15 минут до еды стакан воды «**Stelmas Mg**», через 2-2,5 часа после еды - воды «**BioVita**». Общий объем потребляемых вод «**Svetla**» и «**BioVita**» 2-3 литра в день.

В первую неделю приема воду «**Svetla**» следует пить по 1,5 литра в день, остальное количество дополнять водой «**BioVita**». В последующем - достаточно 0,5 литра в день воды «**Svetla**», остальное количество дополнять водой «**BioVita**» после еды.

Почему это работает?

1. Наше здоровье в сезон простуд во многом зависит от благополучия кишечника. Лечебно-столовая вода «**Stelmas Mg**» благодаря высокому содержанию сульфатов и магния способствует очищению кишечника и улучшает его функциональное состояние. А это самым непосредственным образом положительно влияет на состояние иммунитета.

На сегодняшний день наукой доказано, что около 70% иммунотулирующих клеток человека находятся в желудочно-кишечном тракте. Именно там больше всего находится особых клеток иммунной системы Т-лимфоцитов, которые отвечают за осуществление иммунных реакций, т.е. определяют всю успешность борьбы нашего организма с чужими агентами и собственными «поломанными», трансформированными клетками (в частности, онкологическими).

Кроме того, в результате приема «**Stelmas Mg**» увеличивается производство желчи печенью и ее отток. Что самым прямым образом не только благотворно сказывается на работе печени, но и улучшает усвоение витамина Д. А этот витамин помогает не только мышцам и костям. Как выяснили сотрудники Лондонского университета королевы Марии, витамин Д позволяет человеку избавиться в короткие сроки от ОРВИ и лучше перенести заболевание в случае болезни. Одна из активных форм витамина дает возможность организму вырабатывать белки, защищающие людей от вирусов и бактерий. А его метаболиты (промежуточные продукты обмена вещества в живых клетках) участвуют в других разных антимикробных процессах.

Важно также, что в воде «**Stelmas Mg**» содержатся особо востребованные иммунной системой элементы: магний, кальций, йод, кремний. Недостаток этих элементов приводит к нарушению работы иммунной системы и болезням, а ее перенапряжение из-за болезней и инфекций влечет еще большую потерю этих важнейших химических элементов. В продуктах питания их мало и с трудом добываются, а из воды отлично усваиваются до 80% и находятся в активном состоянии, быстро устраняют дефицит.

2. Противовирусное, противовоспалительное, антимикробное действия вод «Svetla» и «BioVita» показаны в многочисленных научных исследованиях и подтверждено более чем 10-летним опытом их использования. Так, выздоровление наступает быстрее на 40%, а биоэнергетический баланс повышается на 10-12% у здоровых людей и на 40% - у больных.

Люди, употребляющие эти воды курсом в течение 24-30 дней 2-3 раза в год, отмечают, что перестали болеть ОРВИ и гриппом, т.е. такой курс надолго укрепляет иммунитет.

Результат и преимущества:

Сегодняшняя медицина предлагает для борьбы с простудой и гриппом 4-недельный курс медицинских препаратов или вакцинацию. При этом вы имеете возможные осложнения от прививки при сомнительном результате и получаете токсическую нагрузку на печень и почки, прочие побочные эффекты. Особенно от приема жаропонижающих и антибиотиков страдает печень - важнейший многофункциональный орган организма, во многом определяющий наше здоровье.

Последствия: необходимость реабилитации после проведенных курсов профилактики или лечения с помощью лекарств.

Мы предлагаем для профилактики простуд и гриппа, а также при их лечении 4-недельный курс сочетания указанных вод. При этом вы получаете очистку и восстановление функций печени, почек и выработку значительно большего количества энергии, нормализацию обменных и иммунных процессов, повышение резервов организма и его устойчивости к инфекциям.

Головная боль



Проблема современного человечества. По этой причине развитые страны теряют десятки миллионов рабочих дней ежегодно. Потому, что 98% людей проходят это испытание в течение года хотя бы раз. А около 70% страдают от приступов. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) головная боль — причина каждого третьего обращения к неврологу.

Мы часто не понимаем всей серьезности этого распространенного недуга, а вот доктора считают, что головную боль терпеть нельзя, ее нужно обязательно лечить, поскольку при хронической головной боли серое вещество в мозге начинает атрофироваться из-за гибели нейронов в определенных участках мозга.

Головная боль обусловлена спазмом сосудов головного мозга, вызванного нарушением мозгового кровообращения,

Основной причиной нарушения кровообращения, и, как следствие, ухудшения питания мозга являются стресс и **обезвоживание**. При недостатке воды для обеспечения нормальной работы всех органов она забирается из общей системы циркуляции крови и лимфы. При снижении объема крови организм для поддержания нужного давления в системе и бесперебойной работы всех органов вынужден сужать сосуды и капилляры, ухудшается кровоток в сосудах мозга. Возникает спазм, активируются болевые рецепторы. Кроме того, из-за ухудшения кровоснабжения головной мозг получает меньше кислорода и питательных веществ.

Обезвоживание провоцирует целую цепь событий, приводящих к головной боли, которая по-разному может проявлять себя, кому как «повезет». Ведь наш организм — единая система, и состояние обезвоженности пагубно отражается на всех системах и органах. И часто головная боль — крик организма о явном неблагополучии в каких-то органах, которые так же пострадали.

Так, если боль локализуется большей частью в затылке, а на языке при этом появляется белый налет, это-свидетельство неполадок в работе **поджелудочной железы**.

Если боль больше ощущается в висках и в лобной части, и язык тоже обложен, то можно уверенно говорить о хроническом нарушении в работе **желчевыводящих протоков**.

Если боль распространяется на переднюю часть головы, ухудшилось настроение и нет сил, это явно указывает на сильную интоксикацию, связанную с концентрацией вредных веществ в **толстом кишечнике**.

Сочетание головной боли с нарушением сна, раздражительностью, усталостью, общим напряжением и мышечными судорогами свидетельствует о **дефиците уровня магния в организме**.

В любом из этих случаев самый лучший способ — прием **минеральных гидрокарбонатно-сульфатно-магниевых вод, таких, как «Stelmas Mg»**, лучше — курсовым приемом. Вода работает мягко и физиологично, воздействуя на весь организм в целом, начиная с **очищения кишечника**. Высокое содержание **сульфатов** (> 2000 мг/л) в соединении с **магнием** увеличивают объем воды в кишечнике, воздействуют на кишечные пептиды, повышает экскрецию желчи, а также усиливает перистальтику кишечника, тем самым оказывая слабительное действие. Очищение толстого кишечника проходит в течение первых 7-10 дней курсового приема.

Сульфаты и магний, находясь в ионном виде, очень быстро поступают в кровь и далее в печень, под их воздействием клетки печени начинают активно и в большом количестве вырабатывать желчь. Это приводит к вымыванию застоев желчи и **очищению желчевыводящих протоков и печени** от продуктов распада, обновлению желчи в кишечнике и печени.

Наряду с кишечником и печенью, очищаются почки, кровь, со-суды.

Наличие в «**Stelmas Mg**» значительного количества гидрокарбонатов способствует нормализации **работы тонкого кишечника**, который является не только пищеварительным, но и гормональ-

ным и эндокринным органом. В нем секретируется 80% всех гормонов, которые ускоряют выработку инсулина — основного контролера функций организма, в первую очередь — обмена веществ. Улучшается работа **поджелудочной железы**.

Магний, содержащийся в воде, играет важную роль в стабилизации стенок кровеносных сосудов, предотвращая их спазм.

Упадок сил.

Чувство постоянной усталости, повышенной сонливости, потери сил знакомо многим. Причем часто явной причины этих угнетающих состояний вы назвать не можете, а постоянная обессиленность уже с утра отравляет вам жизнь и дома, и на работе. В 60% случаев обращения к ним людей с подобными проблемами врачи не находят отклонений в их здоровье.

Ученый мир к основным причинам, вызывающим постоянную усталость, относят следующие: **дефицит воды, нехватка энергии, неправильное питание, инфекции, а также отсутствие нормальной физической активности**.

Дефицит воды и нехватка энергии в организме. Эти две причины не ходит одна без другой. Первый симптом обезвоживания — чувство жажды. Оно наступает при потере всего лишь 1% от нормы объема жидкости; при потере 2% происходит снижение выносливости; при потере 3% - вы ощущаете упадок сил, при 5% - снижение слюноотделения и мочеобразования, учащенный пульс, апатия, мышечная слабость, тошнота.

Причины этому просты. Энергия в нашем организме вырабатывается в клетке из поступающих в нее воды и питательных веществ. Клетка, сама состоящая из воды на 75%, «живет» в водной среде, и при нехватке воды, эффективность ее работы снижается на 40-50%. Замедляется обмен веществ — снижается поступление питательных и вывод отработанных (метаболитов). Причем, **«работает» клетка не с простой водой, а с водой активной, энергонасыщенной**. Именно такая вода используется организмом для осуществления нормальных энергогенериру-

ющих процессов. Организм добывает из пищи и напитков (чая, супа, сока и пр.) необходимую ему воду и «подзаряжает» ее, неся при этом существенные энергозатраты. Вы при этом теряете силы, ощущаете недомогания, зарабатываете болезни.

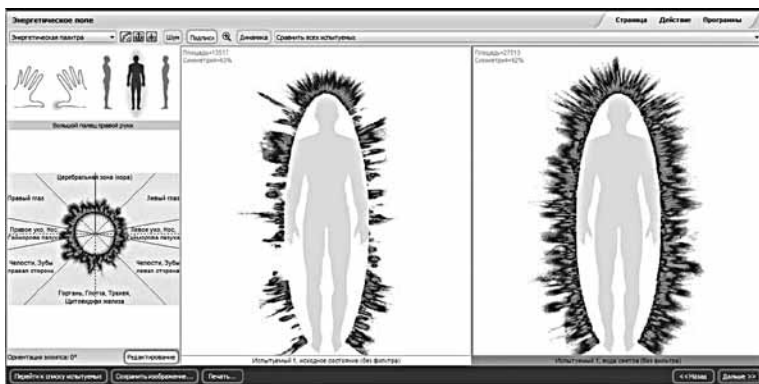
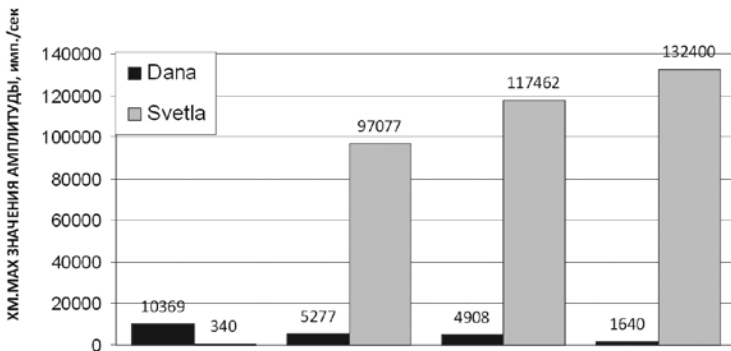
Чтобы избавить организм от этой бесполезной работы, необходимо пить воду активную, энергонасыщенную. В количестве **2-3 литра в сутки. Это первый шаг в борьбе с усталостью.**

В идеале — потреблять активные воды «**BioVita**» и «**Svetla**». Они приводят к увеличению интенсивности энергогенерирующих процессов в организме. По этому показателю эти воды в десятки раз превосходят воду DANA- одну из лучших вод Европы, а российские бренды — в сотни раз. *Смотрите график № 6*

Структура их соответствует структуре воды в организме новорожденного или абсолютно здорового человека благодаря специальной подготовке.

Это подтверждают многочисленные медицинские и биохимические исследования последних лет.

В них показано, что при добавлении 1% воды «**Svetla**» в кровь человека энергообразование увеличивается более чем в 3 раза за счет активации работы нейтрофилов. Значительно улучшается и регуляция биоэнергетических процессов. Также в нашей фирме уже более 4-х лет проводятся наблюдения за людьми, принимающими воду «**Svetla**» и «**BioVita**» посредством прибора ГРВ (газоразрядный визуализатор). У здоровых людей биоэнергетический баланс повышается на 10–12%, у больных — до 40%. Улучшается кровоснабжение и выведение шлаков на уровне клетки, активизируется ее работа, значительно повышаются резервы организма. (см. рис. № 7)



Принцип и эффективность работы структурированных питьевых вод «Svetla» и «BioVita» наглядно иллюстрируют диаграммы биоэнергетических полей человека, полученные в ходе экспериментов, проводимых с помощью прибора газоразрядной визуализации (прибора ГРВ). На них четко видна разница площади биоэнергетического поля человека «до» приема воды и «после». Достаточно выпить за один прием 0,5 – 0,5 л воды «Svetla» или «BioVita», чтобы

бреши в поле человека, свидетельствующие о проблемах в том или ином его органе, либо сгладились, либо полностью исчезли.

Следующая парочка — **неправильное питание и инфекции**. Последние исследования связывают хроническую усталость с перенапряжением иммунной системы, вызываемой атаками инфекционных антигенов. А защита нашего иммунитета, надежный барьер от простудных и хронических заболеваний — **минералы, витамины и антиоксиданты**. Современный человек при свойственном ему несбалансированном питании не получает их в должном количестве.

Здесь помогут минеральные воды, содержащие большое количество дефицитных макро-и микроэлементов: магния, кремния, кальция, лития, йода, селена, цинка, хрома и др. Они укоряют переваривание пищи в энергию в миллиарды раз и попадая в организм, оказывают различное профилактическое и лечебное действие, способствуя восстановлению сил и избавлению от постоянной усталости.

Этих элементов почти нет в российских брендах.

Особо важны в случае борьбы с усталостью магний, кальций, кремний. Они содержатся в водах «**Stelmas Mg**», «**Sulinka**» и «**Sulinka кремниевая**» в значимом для взрослого человека количестве.

Наличие в этих водах гидрокарбонатов (HCO_3^-) способствует улучшению работы тонкого кишечника. А тонкий кишечник - орган особый. Он вырабатывает пищеварительные гормоны, которые определяют уровень гормонов во всем организме, в частности, инсулина— основного контролера всех функций организма, в первую очередь — обмена веществ. За счет этого увеличивается стойкость организма к повреждающему действию стрессов, вызывающих, в частности, потерю сил.

Вода «**Stelmas Mg**» благодаря высокому содержанию SO_4^{2-} (сульфатов) способствует очищению и улучшению работы печени и кишечника. Это крайне важно в борьбе с усталостью! Здоровье печени определяет деятельность всего организма, и ее заболевания провоцируют не только усталость, но и развитие

депрессии. А от состояния кишечника зависит активность иммунитета (на 80%) и наша работоспособность, поскольку бактерии кишечника поддерживают иммунитет и вырабатывают серотонин- гормон радости и жизненной энергии.

Особое значение для избавления от постоянной усталости является нормальный уровень в организме хрома. Дефицит хрома сопровождается повышенной утомляемостью и чувство постоянного упадка сил. Хром имеется в значимом для организма количестве в водах «**Stelmas Zn Se**», «**Stelmas O₂**» и в минеральной воде «**Sulinka**».

Антиоксиданты — наша защита от разрушающего организм избытка свободных радикалов. Повышенный уровень радикалов вызывает не только усталость и потерю работоспособности, но и развитие самых разных серьезных заболеваний, включая онкологические. В нашем организме есть собственные антиоксидантные системы, важнейшими компонентами которых являются селен и цинк - крайне дефицитные микроэлементы в организме современного человека.

Лучший способ поддержать достаточный уровень этих стратегических компонентов антиоксидантных систем—включить в свой ежедневный рацион минеральную воду «**Stelmas Zn Se**» («**Stelmas O₂**»). Селен также содержится в воде «**Sulinka**» в значимом для организма количестве.

Помогут в борьбе и излишками радикалов и активные воды «**BioVita**» и «**Svetla**». «**BioVita**» способствует быстрому удалению из организма уничтоженных больных клеток, нейтрализованных токсинов, убитых болезнетворных организмов, метаболитов. «**Svetla**» активирована самыми мощными антиоксидантами длительного действия.

Отсутствие нормальной физической активности. Прогулки и физкультура тренируют антиоксидантные системы. При отсутствии физической нагрузки антиоксидантные системы затухают, прекращая защищать нас от болезней, недугов и быстрого

старения, вызывая еще большую потерю сил и чувство усталости.

Старение организма

В последнее время на Земле все больше долгожителей с одной стороны и более болезненная молодежь с другой.

Как можно это объяснить? И что следует знать, чтобы увеличить срок своей жизни замедлив старение?



Долгожители родились 100 и более лет назад, когда были другие: экология, питание, вода, физические нагрузки. А современный человек живет в других экологических условиях, нехватке кислорода, микроэлементов и витаминов в пище. И сам успешно укорачивает жизнь, зарабатывая болезни малоподвижностью (проводя время за компьютером и телевизором), неумеренным и неграмотным приемом лекарств, неправильным питанием и обезвоживанием. Блага цивилизации вытеснили из употребления воду, необходимую для организма, заменив ее напитками, чаем, кофе и пр.

А ведь именно вода играет ключевую роль в поддержании нашего здоровья, определяя продолжительность нашей жизни. Напомню, появляясь на свет, мы на 90% состоим из воды, а в старости — только на 65, с ее потерей мы начинаем болеть и стареть.

Ведь все обменные реакции организма осуществляются в воде, причем в воде определенных параметров — высокого энергонасыщения, определенной кислотности и обладающей АО свойствами. Это - три кита нашей защиты от болезней и замедления старения, необходимое условие здоровья и долголетия! Несоответствие потребляемых вод этим параметрам приводит к различным нарушениям работы органов, недомоганиям, болезням, раннему увяданию.

Сегодня разработаны технологии и оборудование для розлива активных вод с большой энергонасыщенностью.

Таковыми являются воды **«BioVita»** и **«Svetla»** и они так близки к воде организма, быстро растворяют, доставляют питательные вещества и вымывают отработанные — метаболиты. Т.е. способствуют ускорению обменных реакций и очищению.

Особыми свойствами обладает вода **«Svetla»**, поскольку активирована фуллеренами (3-я форма углерода) — самыми мощными антиоксидантами. Антиоксиданты — это вещества, необходимые всем для сохранения здоровья, а в преклонных годах — особенно. Антиоксиданты препятствуют разрушающему воздействию свободных радикалов - агрессивных молекул, поражающих здоровые клетки, разрушающих ферменты и приводящие к окислению организма, снижению иммунитета и, как следствие, развитию спектра заболеваний и раннему старению. Именно свободные радикалы являются основополагающим фактором процесса старения и развития болезней. С возрастом антиоксидантов вырабатывается все меньше, что ускоряет процессы старения и снижает активность обменных процессов.

«Svetla» способна активно защищать наш организм от повреждения недоокисленными продуктами обмена, а потому оказывает многочисленные терапевтические эффекты. Так, исследования показывают, что улучшается регуляция биоэнергетических процессов и увеличивается количество вырабатываемой энергии. При добавлении 1% воды **«Svetla»** в кровь человека энергообразование увеличивается более чем в 3 раза за счет активации работы нейтрофилов. Значительно понижается коэффициент злокачественности, в 1,5-5 раз снижается жизнеспособность раковых клеток и люди, находившиеся в зоне риска возникновения онкологии, выходят из нее. **В экспериментах с фуллеренами, которыми активирована «Svetla», удалось продлить жизнь опытных крыс более чем в 2 раза, ранее удавалось так на 20%. При этом долгое время они жили не старея.**

Дело в том, что естественные антиоксиданты — микроэлементы и витамины, нейтрализуют свободные радикалы один на один, а вот один водный кластер, организованный молекулой фуллере-

на, нейтрализует сотни и тысячи свободных радикалов. При этом свободные радикалы вступают в реакции между собой с выделением дополнительной энергии. Получаем двойную выгоду. Третья выгода - природные антиоксиданты не расходуются и выполняют возложенные на них функции, не доводя до окисления, отравления и ускорения старения. В итоге, вода «**Svetla**» ускоряет, увеличивает выработку жизненной энергии и нейтрализует свободные радикалы, нормализуя обмен веществ, способствуя замедлению старения и продлению жизни.

Другая вода с антиоксидантным действием - «**Stelmas Zn Se**».

Это редкая по своему составу вода содержит такие важные элементы, как цинк и селен, которые входят в состав ферментов - клеточных антиоксидантов, которые, защищают наше здоровье и предупреждают болезни. В условиях нездорового образа жизни эти элементы являются особо дефицитными, они дополнительно расходуются организмом, поэтому потребность в них еще больше увеличивается. Потребление воды «**Stelmas Zn Se**» хотя бы в количестве 1 литра в сутки позволит укрепить нервную систему, стабилизировать настроение, избежать стресса, повысить умственную и физическую активность, улучшить память и внимание, поднять иммунитет.

Хорошо пить эти воды в сочетании: «**Stelmas Zn Se**» и «**Svetla**». «**Svetla**», являясь мощным внешним антиоксидантом, поможет действию собственных антиоксидантных систем организма и быстрой нейтрализации «свободных радикалов», способствуя увеличению энергии, вырабатываемой клетками организма. А «**Stelmas Zn Se**» снабдит организм дефицитными Zn, Se, Cr, J и другими микроэлементами. Zn и Se — основные детоксикаторы тяжелых металлов, что очень важно при плохой экологии в городах.

Особое значение в данном случае сыграет и вода «**Stelmas O₂**». Она насыщена кислородом, который позволит избежать кислородного голодания сердца, мозга, мышц- спутника неподвижности и стресса, способствует быстрой выработке энергии из углеводов, что важно для повышения не только умственной, но и физической

работоспособности. Исследования, проведенные в институте физкультуры, показали, что через две недели приема этой воды физиологические возможности организма возрастают на 8-12%.

Замедлить старение и продлить жизнь поможет увеличение выработки гормонов и своевременное очищение организма!

Гормональный фон определяет практически все в состоянии организма — от самочувствия до внешнего вида. Нарушения гормонального баланса приводит не только к ускоренному старению, которое сопровождается потерей мышечной массы, набором веса, уменьшением сексуальных функций, ухудшением интеллектуальных способностей, увяданием кожи, появлением целлюлита, выпадением волос и пр. Это все - «цветочки» по сравнению с теми тяжелыми заболеваниями, которые «тянет» за собой уменьшение выработки гормонов: учащаются простудные и активизируются «спящие» хронические заболевания, которые ослабляют иммунитет, истощают надпочечники. Нарушается работа почек, они хуже выводят жидкость, что приводит к отекам; провоцируются болезни сердца, диабет, атеросклероз, ожирение, гипертония и прочие страшные недуги.

Исследования Научного центра восстановительной медицины и курортологии давно доказали, что **минеральные воды**, содержащие большое количество **гидрокарбоната** (HCO_3), при курсовом приеме значительно увеличивают **выработку гормонов**.

Такими минеральными водами являются **«Stelmas Mg» и «Sulinika»**, **коротые содержат большое количество гидрокарбоната**. Благодаря этому они способствуют нормализации работы тонкого кишечника, который является не только пищеварительным, но и иммунным и эндокринным органом. В нем секретируется 80% всех гормонов, и ускоряется выработка инсулина - основного контролера выработки энергии. А увеличивая выработку гормонов и нормализуя обмен веществ, вы предупреждаете риск возникновения возрастных заболеваний, которые сопровождают и ускоряют преждевременное старение.

Со временем кишечник загрязняется слизью, водонерастворимыми веществами, уменьшается полезная площадь его работы, как следствие, вырабатывается меньше гормонов. Поэтому тонкий кишечник необходимо чистить. И, чтобы дольше сохранить красоту и здоровье - проводить очищение следует *min* 2 раза в год. Вода «**Stelmas Mg**» - лучшая для этой процедуры. Ее сульфаты обладают желчегонным свойством, печень начинает более активно вырабатывать желчь и поставлять в кишечник. Желчь увеличивает перистальтику (двигательную функцию) кишечника, способствуя его очищению и нормализации работы пищеварительной, эндокринной, иммунной и других систем организма.

При этом вы одновременно очистите печень, почки, сосуды, кровь, понизите давление, содержание сахара и холестерина, укрепите иммунитет, похудеете, проведете профилактику и лечение сердечно-сосудистых и многих других заболеваний — и все это без вредных побочных эффектов.

Кроме того, «**Stelmas Mg**» содержит большое количество жизненно необходимых дефицитных химических элементов - магния, кальция, кремния, йода.

Кальций. Ни одна система организма не может обходиться без этого элемента. Последствия дефицита кальция весьма разрушительны и ведут к быстрому старению. Профиль старости — изменения осанки и походки, связанные с деформацией позвоночника, остеопороз, разрушение зубов, снижение тонуса мышц — это далеко не полный перечень последствий снижения уровня кальция с возрастом. Оказывает антистрессовое воздействие, способствует выведению из организма солей тяжелых металлов и радионуклидов, проявляет антиоксидантный эффект, обладает антиаллергическим действием.

Магний (~250 мг/л более 0,5 суточной нормы). Одним из важных действий магния в организме является антистрессовое. В состоянии стресса развиваются самые различные заболевания — от острых респираторных до хронических. А все болезни неотвратимо приближают возрастные изменения в организме, способствуя

ускоренному старению систем и органов. Во многом, благодаря магнию, организм человека способен адаптироваться к изменяющимся внешним условиям и в меньшей степени ощущать влияние стресса. Активирует более 50% энергообразующих реакций.

Кремний — элемент жизни (~4,5 мг/л 1,5 суточных нормы). Отвечает за проводимость нервных импульсов, костеобразование, формирование нервной системы, за эластичность и гибкость сосудов. Детям до 11 лет и беременным требуется в 5 раз больше, чем в среднем возрасте. Коллоиды кремния способствуют нейтрализации шлаков и обезвреживанию вирусов, болезнетворных микробов. Элемент молодости, который отвечает за здоровье и красоту кожи, волос. Из продуктов питания усваивается с трудом, а из минеральных вод — отлично.

Йод (1,5 суточных нормы) — один из самых важных элементов, определяющих умственные способности человека и его творческий потенциал. Нехватка йода плохо отражается на работе всего организма, и прежде всего — на функции щитовидной железы, гормоны которой являются важнейшими регуляторами формирования и всей последующей работы головного мозга.

Конечно, стать долгожителем не просто. Но, может быть стоит попробовать? Ведь у крыс получилось, а тот, кто ничего не делает для своего организма, не только сокращает себе жизнь, но и ухудшает качество проживаемых лет. А наблюдения показывают, что можно даже повернуть возраст немного вспять. Не упустите свой шанс. Ведь медицина нам предлагает только лечение лекарствами с их множеством противопоказаний, ведущих к новым болезням и ускорению старения. Здоровье, в первую очередь, зависит от вас, и теперь вы знаете, как его сохранить и продлить комфортную жизнь замедлив старение.

Реабилитация здоровья минеральными водами

Восстанавливать здоровую работу организма необходимо, даже после незначительной болезни и выздоровления с помощью лекарств.

Это понимание приходит после получения, даже небольших, поверхностных знаний о работе организма и анализа того, что происходит с ним во время болезни.

Болезнь — боль, это сигнал о том, что в данном месте произошел сбой в слаженной работе одного из органов или системы организма.

Простая логика подсказывает: основных причин возникновения болезней две - не хватает каких-то питательных веществ, или произошло загрязнение и органу не удастся полностью выполнять возложенные на него функции. Здесь следует вспомнить, что главную роль во всех жизненных процессах выполняет вода. Это вода, а не кровь доставляет питание в межклеточное пространство (МП), и клетки, забрав его, вырабатывают жизненную энергию. Затем вода забирает отходы из МП и выносит в кровь, а затем отправляет их на фильтрацию в почки и детоксикацию в печень и лимфатическую систему. 80% нашей крови находится в капиллярах и в самые тонкие из них, диаметром ~ 7 мкр проходит кровь с энергонасыщенной, активной водой. Так, диаметр эритроцитов, переносящих кислород тоже ~ 7,0 мкр и они едва проникают через эти отверстия, а если активной воды в крови не хватает, кровяные клетки в сосудах большого диаметра - артериях и артериолах, начинают уплотняться, слипаться и проходить мимо капилляров, не донося питание и не вымывая токсины. Правда в организме имеется защита.

Господь Бог «создавая» нас, предусмотрел возможные варианты нашей некомпетентности и глупости. Через 2-3 тонких капилляра расположен предпочтительный капилляр и его диаметр уже до 25 мкр, (см.рис.№ 8) через него кровь проходит и со слипшимися эритроцитами, но в этом случае питание поступает не всем клет-

кам и в ограниченном количестве. Энергии в данном органе вырабатывается меньше и мы начинаем чувствовать в нем дискомфорт. Если вы не поняли сигнала о дефиците воды в организме, кровь сгущается больше и проходит вместе с питательными веществами по обводному каналу сразу из артериальной в венозную систему.

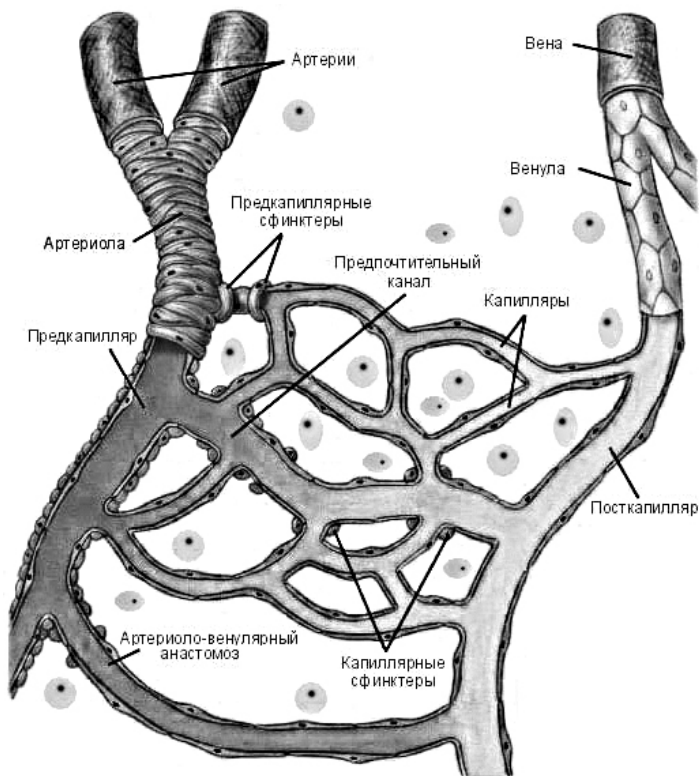


Рисунок № 8

И так, клетки не получили питания, а организм энергии и вам посылается болевой сигнал. Это происходит когда в органе не работает (занимается самовыживанием) более 50% клеток, его составляющих. Вы отправляетесь к врачу за лекарством, он опреде-

ляет, что у вас густая кровь, повышенное давление..., и назначает разжижающие кровь препараты (аспирин, варфарин...). Если вы не глупый человек и посмотрите в противопоказания этого лекарства, то увидите, что у вас может ухудшиться работа почек, печени и обезвоживание будет только усугубляться, а ведь именно оно и привело к проблемам. Сдайте анализ мочи, и если в ней обнаружатся белки и другие питательные вещества - это будет сигналом недостатка питания клеткам, вызванным дефицитом воды. Исследования показывают, что **их наличие приводит к сокращению жизни** женщин на 8, а мужчин на 10 лет. Проблему убрать очень просто и быстро — начните пить активные воды «**Svetla**» - стакан за 0,5 часа до еды и «**BioVita**» - через 2 и 3 часа после еды. Через 1-2 недели обмен веществ будет приведен в норму, давление понизится. Чтобы ускорить этот процесс, за 15-20 минут до еды выпивайте стакан минеральной лечебно-столовой воды «**Stelmas Mg**» или лечебно-столовой «**Svetla**». Почему необходим прием этих воды? Активные пресные питьевые воды «**BioVita**» и «**Svetla**» быстро выводят вредные вещества из МП, а во время болезни их количество увеличивается и они в большем количестве отправляются на фильтрацию в почки и детоксикацию в печень. Нагрузка на эти органы увеличивается и им тоже потребуется помощь в восстановлении здоровой работы.

Вот здесь и приходят на помощь минеральные лечебно-столовые воды «**Stelmas Mg**» или «**Svetla лечебно-столовая**». Они содержат большое количество сульфатов (SO_4), которые быстро попадая в кровь, а затем в печень значительно увеличивают выработку печеночными клетками желчи, которая и является основным детоксикатором вредных веществ. И если в обычном режиме желчь небольшими порциями поступает в кишечник в ответ на поступление в него пищи из желудка и до 85% ее возвращается в печень, то здесь собравшаяся в протоках желчь потоком устремляется в кишечник и у клапана не хватает сил закрыться. Желчи поступает много, это довольно едкое вещество, от которого кишечник старается быстро освободиться, увеличивая свою двигательную функцию, что в ре-

зультате приводит к очищению кишечника. В итоге происходит слабительный эффект и большая часть желчи покидает организм, а при очередном приеме **«Stelmas Mg»** или **«Svetla»** **лечебно-столовая**, все повторяется, и таким образом желчь в организме обновляется, улучшаются ее свойства по ощелачиванию и детоксикации. При курсовом приеме очищается печень и почки, нормализуется их работа, и не только по детоксикации, но и по переработке поступающих из кишечника питательных веществ в новые формы, которые перерабатываются клетками и мы получаем энергию.

Вы, наверное, слышали, что при онкологии после облучения и химиотерапии проводят реабилитацию — восстановление здоровой работы организма. А чем рак отличается от других болезней? Количеством химических препаратов — лекарств и нагрузкой на организм? Так сегодня многие пожилые люди горстями принимают лекарства, которые убирают боль и снимают симптомы, возможно не меньше нагружая печень и другие органы. Значит, реабилитация необходима после любой болезни с приемом лекарств. И после многих болезней врачи рекомендуют ее проводить, и даже созданы реабилитационные центры. Так вот, как показали наши исследования после онкологии молочной, щитовидной и предстательной желез, включение в реабилитацию минеральных вод **«Stelmas Mg»** и **«BioVita»** восстанавливает здоровую работу организма, а работе иммунной системе позавидует и здоровый человек.

Исследования по приему вод **«Svetla»** и **«BioVita»** во время химиотерапии при раке молочной железы (врачи говорят любом раке вода работает везде) показали возможность проходить через нее без особых осложнений. В контрольной группе выпали волосы, женщины покрылись язвами, а опытная прошла через химиотерапию будь-то ее и не было.

Все наши исследования и наблюдения доказывают, что пропив курсом наши воды вы одновременно помогаете организму выздоравливать, проводите реабилитацию его здоровой работы и профилактики болезней.

Вот такой приятный бонус — три оздоровления в одном курсе. Без своевременного приема правильной воды хорошего здоровья не добиться.

Посмотрите наши фильмы «Вода, как спасение» и «Мир уникальной воды», они вас удивят и порадуют возможностью лечиться без лекарств и не допускать болезни.

И еще одна новость, выполнение которой быстро и надолго вернет здоровье.

Медицина до настоящего времени так и не взяла в расчет (причину придумайте сами), что наш организм в основном очищается ночью, когда мы спим и ему не мешаем. В этом направлении от нее нет ни одной рекомендации.

Оказывается, наш мозг помимо того, что состоит из правого и левого полушария, он еще поделен по объему. Верхняя большая часть во время бодрствования собирает информацию о работе организма, почти не вмешиваясь в его работу. А вот когда мы засыпаем, информация о дневной работе передается в центральную часть и проводится работа над ошибками, в том числе и очищение организма. Поэтому перед сном выпейте стакан лечебно - столовой воды «Stelmas Mg», она поможет быстрее заснуть, а ночью нормализовать работу печени, почек и всех других органов и систем.. Утром проснетесь бодрым и здоровым, постепенно уйдет ожирение печени и организм начнет омолаживаться.

Пример. Женщина (врач) 55 лет. В течении года пила воды по этим рекомендациям и при проверке биовозраста ей поставили 28 лет!

Мужчина (65 лет) начав пить во время правильные воды и делая зарядку, через полгода отжимается 30-35 раз, постепенно увеличивая количество отжимов и других силовых упражнений. Значит, происходит омоложение?

При этом увеличивается антивирусная защита, укрепляется иммунитет, происходит синхронизация работы всех органов и систем организма, гарантировано убирается риск возникнове-

ния онкологии. Болезнь побеждена и не вернется, если пить вовремя правильные минеральные воды.

При этом вы сможете экономить на лекарствах и еде.

Все материалы исследований вы можете найти на сайтах, посвященных каждой нашей воде.

Не забывайте о витаминах, они, как и химические элементы, в миллиарды раз ускоряют процесс переваривания пищи в энергию и дефицитны. Выбирайте водорастворимые и пейте их с активными или лечебно столовыми маломинерализованными водами, они помогут им быстрее усвоиться и начать работать в организме. Обратите внимание на **«Девятку здоровья»**. В ней подобраны самые дефицитные - группа **«В»**, витамин **«С»** и **«РР»**. Я выбрал этот комплекс после того, как проверил на водорастворимость принимаемые ранее витамины — они образовывали сверху воды непонятную пленку, а на дне стакана собирался бугорок какого-то водонерастворимого порошка, который не растворится и в организме. После чего и появилась популярная в Европе водорастворимая группа витаминов, которую мы называли **«Девятка здоровья»**. Она полезна всем и особенно нравится детям, заменяя им сладкие газированные напитки, которые, по данным ВОЗ, самые вредные для здоровья. Это подтвердили наши исследования на ГРВ камере — сразу наносится негативный «удар» по печени, почкам, поджелудочной железе и практически всему организму.

Подробно о работе витаминов **«Девятка здоровья»** прочтите в книге **«С чего начинаются болезни и как замедлить старение»**.

В заключении повторю!

Здоровье — самое ценное в жизни каждого человека.

Не экономьте на воде, она поможет вам оставаться здоровыми и экономить на лекарствах, еде и питаться полезными и вкусными продуктами.

Делитесь полученными знаниями, помогайте воплотить в жизнь девиз **«Здоров Я! Здоровая семья! Здоровая страна!»**

Почувствуйте, как приятно слышать **«Спасибо за здоровье»**.

Желаю вам здоровья. Оно, по данным Всемирной организации здравоохранения, на 48%, а по-моему минимум на 70% зависит от вас и его никогда не поздно поправить, и даже повернуть возраст немного вспять, теперь вы знаете, как это сделать.

Захотите пообщаться со мной и убедиться в верности этой теории, прочтите мои книги или оставьте номер своего телефона, позвонив по тел.8-800-100-15-15. Я обязательно вам перезвоню.

Поверьте, здоровым быть просто, но это зависит от вас.

Использованная литература

1. *Андреев Ю.* Вода — наместник Бога на земле.
2. *Балаболкин М.* О проведении клинических исследований по изучению влияния минеральной воды «DonatMg» на состояние углеводного и липидного обмена, перекисное окисление липидов, инсулиновую резистентность, функциональную активность β -клеток и секрецию гормонов жировой ткани: Отчет кафедры эндокринологии и диабетологии ФППО ММА им. И.М. Сеченова.
3. *Барабанов В.И., Горшков А.С., Сабатович В.Е.* Жизнь — движение воды в организме.
4. *Батмангхелидж Ф.* Ваше тело просит воды.
5. *Батмангхелидж Ф.* Вода для здоровья.
6. *Воейков В.Л.* Биологическая роль воды.
7. *Горбачев В.В., Горбачева В.Н.* Витамины, макро- и микроэлементы.
8. *Дадали В.А., Тананова Г.В., Шаповалова Л.М., Стробыкина Т.Г., Мазепа Л.Я.* Системные продукты здоровья.
9. *Коровина Н.А.* Применение лечебной минеральной воды «DonatMg» при соматической патологии у детей.
10. *Масару Эмото.* Послания воды.
11. *Питьевая вода и здоровое население / Минздрав РФ.*
12. *Разумов А.Н., Фролков В.К.* Экспериментальное обоснование лечебных и профилактических эффектов минеральной воды «ДонатМг».
13. *Скальный А.* Микроэлементы для вашего здоровья.
14. *Скальный А.* Цинк и здоровье человека.
15. *Фролков В.К., Пугина Е.А.* Лечебные и профилактические эффекты минеральной воды «DonatMg»: Учебно-методическое пособие для врачей.
16. *Фролков В.К.* Минеральная вода «ДонатМг» в лечении сахарного диабета: Информационно-методическое пособие.
17. *Фролков В.К.* Современные представления о лечебных и профилактических свойствах питьевых минеральных вод.
18. *Фролков В.К., Захарова И.Н.* Применение минеральной воды «DonatMg» в лечении заболеваний органов пищеварения.



ВОДЫ
Здоровья

Состояния
заболевания:

**ПАМЯТКА ПО ПРИЁМУ ВОД ПРИ САМЫХ РАСПРОСТРАНЕННЫХ
ЗАБОЛЕВАНИЯХ ИЛИ ДИСКОМФОРТНЫХ СОСТОЯНИЯХ**

	Питьевые лечебно-столовые*					Питьевые столовые**					СТАНДАРТНЫЕ СХЕМЫ ПРИЕМА ПИТЬЕВЫХ МИНЕРАЛЬНЫХ ЛЕЧЕБНО-СТОЛОВЫХ И СТОЛОВЫХ ВОД.	
	Stelmas	Sulinka	Sulinka	кремниевая	Mivela ++	Flugl	Stelmas Zn Se	Stelmas O ₂	Svelta	Sulinka Baby Water	BioVita +	Курсовой прием лечебных минеральных вод назначается только вне стадии обострения, при отсутствии противопоказаний к приему (необходимо проконсультироваться с врачом). Лечебно-столовые и столовые питьевые воды принимаются без ограничений.
1. Заболевания желудка и двенадцатиперстной кишки, изжога	Stelmas	Sulinka	Sulinka	кремниевая	Mivela ++							По 100-150 мл в теплом виде (36-37° С), 3-4 раза в день перед едой. Курс 3-4 нед., повторить через 3-6 мес.
2. Старение организма, (Борьба за увеличение продолжительности жизни в 1,5-2 раза - нейтрализация свободных радикалов за счет антиоксидантного эффекта)	Stelmas	Sulinka	Sulinka						Svelta		BioVita +	Рекомендован систематический прием 250-300 мл за 20-30 минут до приема пищи. До 1,5 л в день. Пьется небольшими глотками, слегка охлажденной или комнатной температуры.
3. Заболевания печени, поджелудочной железы, заболеваний желчевыводящих путей, состояния после удаления желчного пузыря, тобаж	Stelmas	Sulinka	Sulinka	кремниевая	Mivela ++	Flugl			Svelta			Прием рекомендован по 100 мл, 4-6 раз в день перед приемом пищи, в теплом виде, без газа. Курс 21-28 дней. Прием воды в течение дня. Утром принимается 300-500 мл воды, Т. 40-45° С, пить быстро. Воду Flugl использовать в качестве питьевой воды - до 1 л в день.
4. Нарушение функции толстого кишечника (запор), колиты	Stelmas									Sulinka Baby Water	BioVita +	3 раза в день перед едой, утром 250-300 мл, в теплом виде, пить быстро перед обедом и ужином по 150-200 мл, комнатной температуры, прием 4-6 недель, затем возможен переход на однократный поддерживающий прием только утром по 200-250 мл на 1,5-2 месяца, через 2-3 месяца курс возможно повторить.
5. Заболевания обмена веществ: сахарный диабет, ожирение, метаболический синдром, высокий уровень холестерина, подагра	Stelmas	Sulinka			Mivela ++	Flugl	Stelmas Zn Se		Svelta		BioVita +	Курс 4-6 недель, 3 раза в год. Средняя терапевтическая дозировка 500-600 мл в сутки, 3 раза в день, за 15-20 минут до еды. Утром 200-250 мл, теплая без газа, обед 200-250 мл, вечер 100 мл, комнатной температуры. Столовые воды BioVita, Svelta и Stelmas O ₂ - постоянно.
6. Заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, тахикардия), атеросклероз, инсульты (профилактика)	Stelmas	Sulinka	Sulinka	кремниевая	Mivela ++	Flugl	Stelmas Zn Se	Stelmas O ₂	Svelta	Sulinka Baby Water	BioVita +	Минеральные воды принимаются небольшими порциями, 3-4 раза в день. Курс до 6 недель, повторить через 2-3 месяца. Столовые воды Stelmas O ₂ , Stelmas Zn Se, BioVita, Svelta рекомендуются для ежедневного приема - по 1,5 л в день.

7. Стресс, заболевания нервной системы, головные боли, мигрень	Stelmas Mg	Sulinka	Sulinka	Mivela ++		Stelmas O ₂	Svetla				Схема приема - см. пункт 5. Возможен симптоматический прием при головной боли, в течение суток небольшими количествами, но не более 500 мл. Столовая вода принимается по 100-200 мл 3-4 раза в день. Столоматический (0,5 л) или постоянно (1,5 л) в день.
8. Заболевания опорно-двигательного аппарата, травмы, переломы		Sulinka	Sulinka	кремниевая			Svetla	BioVita +			Лечебно-столовые воды - по 100-200 мл, 3 раза в день перед едой, в течение 3-6 недель, повторить через 2-3 месяца. Питьевые столовые воды - ежедневно, от 1,5 до 2,0 л в день для взрослых и детей (в зависимости от возраста) по 100-200 мл 3-4 раза в день и через 1-1,5 часа после каждого приема пищи.
9. Профилактика кальциевых или сальных кистозных и уратных камней, хронический пиелонефрит	Stelmas Mg	Sulinka	Sulinka	кремниевая	Flugl		Svetla	BioVita +			При диагностированной МКБ соотношение количество FlUGel или BioVita - 20 мл на 1 кг массы тела, прием 3-4 раза в день до еды, курс 6-8 недель, 2-3 раза в год. Критически важно постепенно (за 3 дня) довести норму утреннего приема воды до 2,0 л в день. Прием воды в течение дня. Прием воды применяется для ежедневного профилактического (не курсового) приема - по 0,5-1,0 л в сутки.
10. Дефицит магния, повышенная потребность в магии (во время беременности, для спортсменов и др.)	Stelmas Mg	Sulinka	Sulinka	кремниевая	Mivela ++						Принимается небольшими порциями 100-125 мл, часто дробно, в теплом виде, перед едой. Курс до 6 недель, повторить через 2-3 месяца.
11. Профилактика онкологических заболеваний	Stelmas Mg	Sulinka	Sulinka			Stelmas Zn Se	Svetla	BioVita +			Для питьевых столовых вод рекомендован систематический прием воды в течение дня. Прием воды через 1-1,5 часа после каждого приема пищи. Пьется небольшими глотками, слегка охлажденной или комнатной температуры. Для лечебно-столовой воды Stelmas Mg прием аналогичен п. 4 данной таблицы.
12. Утомляемость, бессонница, понижение мужской потенции, снижение иммунитета, ухудшение зрения, памяти, ухудшающиеся последние чаще проявляются у школьников и студентов	Stelmas Mg	Sulinka	Sulinka	кремниевая		Stelmas Zn Se	Svetla				Рекомендован систематический прием столовых вод по 250-300 мл за 20-30 минут до еды и через 1-1,5 часа после приема пищи. Прием воды в течение дня. Прием воды в теплом виде, слегка охлажденной или комнатной температуры. Для лечебно-столовой воды Stelmas Mg - 1 раз в день 250-300 мл через 1-1,5 часа после приема пищи.
13. Потеря водного баланса у грудных детей, беременных и кормящих женщин, нарушения микрофлоры желудка и кишечника ребенка							Svetla	BioVita +	Sulinka Baby Water		Рекомендован систематический прием минеральной лечебно-столовой воды Sulinka Baby Water (для детей с первого года жизни, начиная с момента рождения) - за 20-30 минут до еды и через 1 час после каждого приема пищи. Эта вода также идеальна для приготовления детской пищи - для кормления грудью и для приготовления каш, пюре, супов, береманных и кормящих женщинам для ежедневного приема.
14. Значительный расход энергии во время спортивных тренировок или при других больших физических нагрузках. Усталость и мышечные боли	Stelmas Mg	Sulinka	Sulinka	кремниевая		Stelmas O ₂	Svetla	BioVita +			Рекомендован прием минеральных лечебно-столовых вод до тренировок, а прием столовых вод - до, во время и после тренировок. Пьется небольшими глотками, слегка охлажденными или комнатной температуры.

Для достижения наибольшего эффекта:

* Минеральные лечебные и лечебно-столовые воды пьются за 15-20 минут до приема пищи.

** Столовые воды пьются за 25-30 минут до и через 1-2 часа после приема пищи.

Консультации врачей по тел: 8-800-100-15-15 (звонок по России бесплатный), в Москве: (495) 684-29-21, в Санкт-Петербурге: (812) 318-70-48

СПРАШИВАЙТЕ ЭТИ ВОДЫ В АПТЕКАХ И МАГАЗИНАХ ВАШЕГО ГОРОДА!

WWW.ВОДЫЗДОРОВЬЯ.РФ WWW.SVETLA.COM WWW.SULINKA.RU WWW.BIOVITA.RU WWW.STELMAS.RU

Оглавление

От автора.....	3
Вода. Здоровье. Жизнь. Аксиомы здоровья	5
Профилактика болезней	14
Основы работы организма	17
Как организм вырабатывает энергию	21
Помощь в лечении	24
Болезни сердца	24
Болезни печени	28
Болезни почек	32
Болезни суставов.....	34
Болезни органов дыхания	37
Сахарный диабет	40
Подагра	42
Инсульт	45
Онкология	47
Гипертония	50
Холестерин	53
Тромбы в сосудах	57
Варикоз	58
Запор	60
Холецистит	62
Ожирение	64
Аллергия	67
Грипп. ОРВИ	70
Головная боль	73
Упадок сил	75
Старение организма	80
Реабилитация здоровья минеральными водами	86
Использованная литература	93
Памятка по приему вод при самых распространенных заболеваниях или дискомфортных состояниях	94