​​ Хочу поделиться с Вами информацией, которую нашел на одном очень уважаемом иностранном ресурсе. Там выкладывают свои наблюдения и исследования доктора наук и профессора со всего мира.

Тема эта касается "Воды", а если быть точным то ее правильного употребления, которое в последствии дает видимый эффект оздоровления в том числе и при заболевании сахарным диабетом. Я этот эффект испытал на себе и знаю чем делюсь.

Медики уже давно определили ориентировочную норму потребления чистой воды для нормального функционирования всех процессов жизнедеятельности человека: 30 грамм чистой воды на 1 килограмм веса человеческого тела на сутки (газировки, чаи, кофе, соки и прочие напитки не канают, их наш организм воспринимает за еду).

Чистая вода - это вода из естественных природных источников. Также чистую воду можно добыть путем очистки бытовыми фильтрами или при помощи ионизации. Ионы серебра благотворно влияют на воду, делая ее более мягкой и приятной на вкус, при этом уничтожается большинство микробов и вредных микроорганизмов.

Большинство современных людей употребляет воду в недостаточном количестве. Причиной этому является целая масса природных и техногенных факторов, которые нарушили способность человека различать потребность человека в воде от потребности в еде. Это дает нам совершенно негативный результат: организм утомляется от переедания, тем временем, когда потерпает от недостатка воды. В таких случаях организм вынужден получать недостающую воду с пищевых продуктов, путем расцепления под воздействием кислой среды. Полученная таким способом вода в первую очередь попадает в клетки, тем самым не оставляя надежд на выведение шлаков.

Употребление воды способом выделения с продуктов питания приводит к закисленности тела, а инсулин в кислой атмосфере работает очень слабо, не проявляя полностью своих возможностей. Естественно получаем следующее: загустение крови, повышенное содержание сахара, перенагрузка на почки и печень, нарушение обменных процессов.

Для диабетиков кислотно-щелочный и водный баланс просто необходим. Вода в достаточном количестве - это: эластичные мембраны клеток, вывод излишков сахара и шлаков, хороший аппетит и еще масса положительных факторов, которые позволяют жить и радоваться жизни.

Вывести себя и свой организм на приведенную выше норму приема воды достаточно просто, нужно только стремиться к этому и все получится. Вы увидите результат уже через пару недель. Но перегибать и тем самым насиловать себя тоже не стоит, постепенно увеличивайте дневную норму потребления воды. Каждый день утром, перед едой 1-2 стакана воды комнатной температуры - запустит кишечник. А в течении дня попросту попиваем небольшими дозами слегка теплую чистую водичку. Позволю себе повториться: чистая вода - это не магазинная газировка или минералка, а именно самостоятельно набранная водичка с природных источников.

Я уже почти год соблюдаю дневной рацион приема воды и могу Вам точно сказать, что с того времени стал чувствовать себя намного лучше: пропала бессонница, которой я постоянно страдал, не беспокоит изжога, по утрам просыпаюсь бодрым и сполненным сил, кожа стала намного свежее и приятные на ощупь. Общим мой организм словно пробудился ото сна. Пейте чистую водичку и хотя бы минимально избавьтесь от недугов, которые заполонили Вашу жизнь!

2821 символ без пробелов, уникальность по адвего: 97%

Ссылка на тему: <http://diaforum.in.ua/index.php/forum/prochie-problemy/21-chistaya-voda-pomozhet#25>