

ВОДА ЖИВАЯ, МИНЕРАЛЬНАЯ

Минеральные воды применяются для лечения и профилактики заболеваний уже многие сотни лет, однако до последнего времени было много неясного в механизме их действия. Знания о минеральной воде крайне необходимы для более эффективного применения минеральных вод различного состава, тем более что в последнее время их номенклатура существенно расширилась.

До недавнего времени ученые по-разному оценивали эффективность минеральной воды. Так, английские бальнеологи в оценке действия бальнеофакторов учитывали прежде всего способность минеральных вод очищать организм от вредных продуктов, в связи с чем основное внимание уделялось системам функций выделения. Итальянские бальнеологи рассматривали бальнеотерапию как терапию «замещения», считая, что организм берет из минеральных вод недостающие ему химические вещества, чем и обеспечивается терапевтический эффект. Французские ученые-медики ведущим считали детоксикационное действие минеральных вод, которое реализовывалось благодаря ионному составу и сочетанию химических элементов, обеспечивающих нейтрализацию или ослабление токсичности веществ, попадающих извне или образующихся в самом организме. Немецкие бальнеологи считали, что под влиянием бальнеолечения происходит «перестройка» организма, однако и в этом

случае «перестройка» понималась то как нормализация кровоснабжения, улучшение нервной деятельности, то как оптимизация обмена веществ. В русской бальнеологической школе преобладали теории, заключающиеся в стремлении объяснить целебное действие минеральных вод исходя из их химического состава и ответных реакций организма. Особо следует подчеркнуть, что именно отечественная курортология накопила факты подчас удивительного лечебного действия минеральных вод. Так, в частности, в военных госпиталях, размещенных на территории Кавказских Минеральных Вод, эффективность лечения раненых в годы Великой Отечественной войны была примерно в два раза выше, чем в остальных регионах России.

Не вызывает сомнений, что физико-химический состав минеральной воды определяет многие ее лечебные свойства. Однако для того, чтобы тот или иной макро- или микроэлемент оказал значимое воздействие на организм человека, его количество, по-

ступающее с выпитой водой, должно составлять не менее 40-50% от суточной потребности в этом элементе. Этому условию не соответствуют очень многие минеральные воды, однако в клиническом плане они вполне эффективны потому, что существует неспецифическое действие минеральной воды, которое в основном обусловлено такими макроэлементами, как ионы натрия, гидрокарбоната, хлора, концентрацией растворенного в воде углекислого газа и общей минерализацией.

Что происходит в пищеварительной системе при приеме минеральной воды? На первом этапе в ротовой полости минеральная вода активизирует нервные окончания, которые сигнализируют в различные управляющие структуры головного мозга о предстоящем начале пищеварительного цикла. Кроме того, минеральная вода за счет вкусовых ощущений создает своеобразный настрой для всех последующих реакций. За счет быстрого поступления из ротовой полости в желудок минеральная вода как бы очищает верхние отделы пищеварительной системы от остатков пищи.

Попав в желудок, минеральная вода на некоторое время связывает соляную кислоту, вызывая ощелачивающий эффект, и тем самым ускоряет моторно-эвакуаторную функцию желудка. В тонком кишечнике отдельные макро- и микрокомпоненты минеральной воды начинают оказывать различное влияние на клетки слизистой кишечника - энтероциты, что приводит к изменению их функций. Одновременно модифицируются процессы всасывания, и химические компоненты минеральной воды начинают поступать во внутренние среды организма. В толстом кишечнике всасывается вода и формируются каловые массы. За счет того, что под влиянием минеральной воды интенсифицируются пищеварительные процессы, образование кала и его выделение про-

текает в наиболее оптимальном виде. Минеральные компоненты воды, попав в кровь, начинают проявлять те или иные свои специфические реакции и в определенных случаях могут в существенной мере изменить функциональное состояние различных органов и систем. В общих чертах именно так и реализует свой биологический потенциал любая минеральная вода.

Исследования последних лет свидетельствуют о том, что соотношение специфических и неспецифических реакций на прием минеральной воды обусловлен конкретным ее составом, и специфические эффекты проявляются только в том случае, если тот или иной компонент минеральной воды может реально изменить внутреннюю среду организма за счет повышения своей концентрации. Этот принцип справедлив для минеральных вод, в состав которых входят значительные концентрации ионов, которые являются необходимыми для многих реакций. Так, например, магний нужен для сердечно-сосудистой системы, а кальций - для костных тканей. Но, чтобы эти элементы были значимы для организма самостоятельно, их концентрация в минеральной воде должна быть очень высока (более 300-500 мг в литре).

Несколько сложнее оценить специфическую эффективность микроэлементов, которые зачастую встречаются в минеральных водах в относительно больших концентрациях. Широкомасштабных научных исследований специфических эффектов минеральных вод, обусловленных теми или иными микроэлементами, до настоящего времени проведено относительно мало, но результаты клинических испытаний свидетельствуют о широком спектре их возможного применения.

Валерий ФРОЛКОВ,

доктор биологических наук, профессор



ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА ТАК НЕОБХОДИМО И ТАК ПРОСТО

Два года назад благодаря фирме «Стэлмас-Д» на российском рынке появилась замечательная лечебная минеральная вода из Словении «Donat Mg». Мы беседуем с Александром Алексеевичем Назаровым, генеральным директором этой фирмы.

- Александр Алексеевич, почему вы решили поставлять минеральную воду «Donat Mg» в Россию?

- Началось все пять лет назад, когда мне предложили отдохнуть в Словении, в местечке Рогашки Слатина, и почистить при этом организм. Как мне объяснили, после 40 лет это необходимо делать всем. Силу местного источника - минеральной воды «Donat Mg» - почувствовал сразу же, и вода мне понравилась. Здесь же среди многочисленных европейцев мне пришлось увидеть и известных российских граждан: Е.М. Примакова с супругой-врачом, А.И. Вольского, Г.Б. Волчек, других артистов театра, ведущих бизнесменов и политиков.

Именно тогда, после проведенного курса водолечения минеральной водой «Donat Mg», я понял, что очищение организма

всего вымывается микрофлора, которую потом надо восстанавливать, а это стресс для организма). Они дорого стоят, требуют много сил и времени.

Ключевую роль в механизме обмена веществ занимает кишечник, где обитает около 100 млрд. бактерий. Они создают микроэкологию и синтезируют витамины, минералы. Его слизистая оболочка (площадь которой достигает 400 м² за счет складок и ворсинок) отделяет внутреннюю среду организма от внешней. Среди нас с вами вряд ли найдется человек, который бы правильно питался, не подвергался стрессам, плохой экологии. Все это и приводит к нарушению защитной функции кишечника. Посмотрим, как это происходит, на примере двух соседних ворсинок. В течение не очень большого промежутка времени просветы в нижней части ворсинок забиваются с каждым годом все больше и больше, плотнее и плотнее. Полезная площадь работы кишечника уменьшается. Уменьшается в разы. Эти осадки (уже отработанные продукты распада нашей пищи), разлагаясь, пропускают через себя питательные вещества, поступающие в организм, отравляют их, способствуя заболеванию как самого кишечника, так и всего организма.



- Каков же механизм действия минеральной воды «Donat Mg»?

- Попав в желудок, она «подметает» его от остатков пищи, а переместившись в кишечник, начнет работу по его очистке. Магний, которым так насыщена вода, тянет на себя воду из стенок кишечника, и ворсинки начинают разбухать. Их размер увеличивается в объеме в 2,5-3 раза. Гидрокарбонат размягчает отложения, способствуя их отслоению, CO₂ производит «массаж» микроворсинок. Это напоминает кипящий котел. С каждым приемом воды процесс будет двигаться все ниже по кишечнику, продолжая работу до тех пор, пока каждая ворсинка не будет очищена. Как вы узнаете об этом? В первые дни очищения из вас будут выходить жидкие фекалии, возможно, темного цвета, но уже через неделю ваши выделения станут такими же, как у годовалого ребенка. При этом вы восстановите микрофлору кишечника и желудка, очистите печень, кровь, почки и вещества мочепотоки, снизите уровень сахара и холестерина, мочевой кислоты.

Самое главное для очищения - **правильный прием «Donat Mg».**

За 15-20 минут до еды его надо принимать прохладным из расчета 70-100 мл на 10 кг веса, половину утром, оставшуюся часть разделить поровну и принимать перед обедом и ужином. Пусть вас не пугает мощный слабительный эффект, который можно наблюдать в первые дни приема. Это не диарея. Она пройдет через 15-30 минут после приема пищи, и тогда можно будет спокойно отправиться на работу или по делам. Но после очередного приема воды и пищи все повторится вновь. Так будет продолжаться до полного очищения. Затем дозу можно будет уменьшить и пропить полный курс - от 4 до 6 недель в зависимости от заболевания.

- На что можно рассчитывать в результате?

- При сохранении прежнего режима питания и вкусовых пристрастий люди худеют от 2 до 18 кг за один курс, при этом значительно улучшаются самочувствие, сон, настроение, здоровье, повышается иммунитет к заболеваниям.

Объяснение похудения при этом очень простое:

1. Происходит очистка от шлаков, а их порой бывает в желудочно-кишечном тракте до 2-4 кг, нормализуется обмен веществ.

2. Макроэлемент Mg²⁺ образует с жирами соли, которые не всасываются в желудочно-кишечном тракте, а поскольку для работы организма жиры все же нужны, то он берет их из ваших «запасов», получая двойной выигрыш (одни не усвоились, другие забрали).

3. Обратите внимание, как после приема «Donat Mg», если вы хотели есть, это желание пропадает, здесь уже используются все запасы организма (жиры, белки, углеводы).

4. Организм с минеральной водой уже получил макро- и микроэлементы, необходимые для жизнедеятельности, и ему нет необходимости добывать их из пищи, поэтому до 25 процентов пищи проходит, не усваиваясь (можно снизить ее потребление).

Этот способ очистки позволяет нейтрализовать и многие внешние загрязняющие факторы, в числе которых и принятые ранее лекарства, и на 30 процентов тяжелые металлы.

Человеческий организм устроен так, что до 22-25 лет он развивается (бурный рост, накопление энергии), и здесь ему необходимо помочь; до 35-40 лет он самодостаточен, а после 40 лет начинается старение, и значительной помощью ему будет очищение, которое позволит вам вернуть здоровье. **Очищение рекомендуется проводить 2 раза в год.**

Нам верят и говорят спасибо. Мы ведем учет звонков для консультаций, если в январе-марте от «знакомых» звонили до 30 человек в месяц, то в настоящее время - более 300. Это значит, что «Donat Mg» помогает.

Попробуйте, и вы скажете нам спасибо. Расскажите друзьям, и спасибо скажут вам.

ООО «Стэлмас-Д» скоро начнет выпуск лечебных и лечебно-столовых минеральных вод со специфическим действием на наш организм под маркой «Стэлмас». Мы хотим, чтобы вы как можно дольше были здоровы.

О других болезнях, которые помогает вылечить «Donat Mg», можно получить бесплатную консультацию врача по телефонам: (095) 684-29-21, 684-23-60, т/ф. 978-39-39.

Вся необходимая информация на сайте: www.donat.ru

жизненно необходимо каждому человеку и что самое главное - оно может быть просто, органично и естественно.

Загрязнение организма происходит как от внешних факторов (продукты химической и нефтехимической промышленности, выхлопные газы автомобилей, содержащие тяжелые металлы, возросшее потребление лекарств), так и внутренних (воспалительные процессы, избыточное количество холестерина и жира, печеночно- и почечнокаменная болезни). Основная же причина - загрязнение желудочно-кишечного тракта, который является резервуаром и источником токсических веществ. Поэтому очистка кишечника во всех системах оздоровления является одним из важнейших факторов поддержания и сохранения здоровья.

- Но это, прямо скажем, не совсем приятная процедура.

- Существует много способов очищения. Большинство из них проводится неестественным для организма путем (чаще