

Пятрас Шибильскис

Petras Šibilskis

Celotna zbirka

receptov za

preprečevanje bolezni

Kako ozdraviti telo in obnoviti zdravje z ionizirano vodo.

V vaših rokah je zbirka receptov za preprečevanje ali lajšanje več kot 100 bolezni, ki se lahko izvajajo z ionizirano bazično (živo vodo), kislino (mrtvo vodo) ali srebrno vodo.

Ionizirana voda lajša in preprečuje bolezni sklepov, išiasa, ostrohondroze, krčnih žil, trofičnih razjed, hipertenzije, želodčne razjede, gastritisa in kolitisa, sladkorne bolezni, adenoma prostate, erozije materničnega vratu, glivičnih bolezni, razjed in še veliko več.

Pri izvajanju kliničnih preizkusov ionizirane vode so sodelovali številni znani in ugledni akademiki, zdravniki in profesorji medicinskih znanosti. Po razcvetu študija te vode v letih 1980-1995. so številne magistrske in doktorske disertacije ter izumi bili zaščiteni na različnih področjih znanosti, proizvodnje, geologije, gradbeništva, kmetijstva in medicine.

1. Recepti za lajšanje in preprečevanje raznih bolezni, z uporabo alkalne in kisle vode: 88 receptov

2. Recepti za uporabe ionizirane vode v vsakdanjem življenju: 25 receptov

3. Recepti za uporabo srebrne vode: 25 receptov (zaradi prepovedi NIJZ lahko dobite recepte v tiskani obliki ob nakupu aparata)

1. Recepti za lajšanje in preprečevanje raznih bolezni, z uporabo alkalne in kisle vode: 88 receptov

*1 kozarec=250ml

1. Absces, Nezreli absces je treba obdelati s toplo kislavo vodo in nanj nanesemo kompresno navlaženo z kislavo vodo. Če je absces preboden ali odprt, ga sperite s kislavo vodo (pH = 2,5-3,0) in nanesite povoj. Pijte 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 9,5-10,5) 25 minut pred obroki in pred spanjem.

Ko je mesto abscesa končno očiščeno, se njegovo zdravljenje lahko pospeši z omočenjem z alkalno vodo (lahko se namoči povoj, pH = 9,5-10,5). Če se gnoj ponovno pokaže med ligacijo, ga je treba ponovno obdelati s kislavo vodo in po njej z alkalno vodo.

2. Adenom prostate Celoten cikel zdravljenja je od 8 dni. 1 uro pred obroki, 4-krat na dan, popijte 0,5 kozarca žive vode (pH = 9,5-10,5), (četrtič - ponoči, pred spanjem). Če je krvni tlak normalen, lahko do konca zdravljenja pijete po cel kozarec. Spolnih odnosov ni potrebno prekiniti. Včasih je potrebno ponoviti zdravljenje. Zaželeno je, da to ponovite vsaj mesec dni po prvem ciklu.

Bolje je nadaljevati zdravljenje brez prekinitve. Med zdravljenjem je koristno opraviti perinealno masažo, nanesite oblogo na presredek z alkalno vodo ponoči, potem ko ste to mesto navlažili s kislavo vodo (pH = 2,5-3,0).

Zaželene so obloge z toplo alkalno vodo. Koristno je kolesarjenje, tamponi iz povoja, navlaženega z alkalno vodo. Rezultat: Bolečina izgine v 4-5 dneh, zmanjša se oteklina in potreba po uriniranju. Lahko pridejo z urinom majhni rdeči delci. Izboljšuje se prebava, apetit in dobro počutje.

3. Alergija. Alergijski dermatitis Tri zaporedne dneve po obroku spirajte nos (potegnite vodo v njega), usta in grlo s kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Po vsakem izpiranju popijte 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 9,5-10,5).

Izpuščaj, akne, tumorje 5-6-krat na dan, navlažite s kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Poleg tega morate najti in odpraviti vzrok alergij.

4. Angina (kronični tonzilitis) Tri dni, 5-6-krat na dan in vedno po vsakem obroku, grgrajte toplo kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Če ste nahodni izpirajte tudi nos. Po vsakem izpiranju popijte tretino kozarca alkalne (pH = 9,5) vode. Voda segrejte na 38-40 stopinj. Če je potrebno, pogosteje izpirajte.

5. Artritis (revmatoidni), deformirajoči atroz Mesec dni pijte alkalno vodo (pH = 9,5-10,5) po 125 ml (0,5 kozarca) 30 minut pred obroki. Na boleča mesta, za 25 min nanesite obloge z toplo (40 ° C) kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Postopek se ponovi vsake 3-4 ure. Če ne pride do nelagodja, lahko oblogo držite do 45 minut ali do 1 ure. Po odstranitvi oblog morate ostati v mirovanju 1 uro. Da bi preprečili poslabšanje je treba ponoviti postopek 2-3 krat na leto, brez čakanja na naslednjo poslabšanje. Preobremenitvi okončin se je treba izogibati.

6. Ateroskleroza arterij spodnjih okončin: Umijte noge s toplo vodo in milom, jih obrišite, nato navlažite s toplo kislavo vodo (pH = 2,5-3,0) in pustite, da se posušijo brez brisanja. Ponoči na nogah naredite obloge z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5) in zjutraj obrišite pobeljeno in zmehčano kožo, nato jo namažite z rastlinskim oljem. V postopku izvajanja procedure, pol ure pred obrokom popijte 0,5 kozarca (125ml) alkalne vode. Koristna je masaža stopal. Tista mesta, kjer so žile zelo vidne, jih morate navlažiti s kislavo vodo ali nanje nanesite obkladke. Nato jih navlažite z alkalno vodo in obrišete.

7. Nespečnost (razdražljivost) Ponoči popijte 0,5 kozarca mrtve vode (pH = 2,5-3,0).

Če to ne pomaga, potem za 3-4 dni in pred obroki spijte 0,5 kozarca mrtve vode. Ne jejte začinjeno in mastno hrano in ne pijte alkohola.

8. Vneto grlo (hladno grlo) Če imate vneto grlo in je boleče pogoltniti slino (npr. Ponoči), morate začeti z grgranjem tople kisle vode (pH = 2,5, Izpirajte 1-2 minuti). Po 1-2 urah ponovite proceduro. Če se je bolečina pojavila ponoči, potem morate takoj splakniti grlo, ne čakajte na jutro.

9. Bolečine v sklepih rok, nog (solne usedline) Tri do štiri dni, 30 minut pred obrokom, popijte 0,5 kozarca(125ml) kisle vode (pH = 2,5-3,0). Boleča mesta navlažite s toplo kislavo vodo, jo vtirite v kožo. Ponoči pripravite obloge z isto vodo. Učinkovitost zdravljenja se poveča z redno gimnastiko (npr. Rotacijskim gibanjem bolečih sklepov).

10. Bronhialna astma, bronhitis Tri do štiri dni po jedi sperite usta, grlo in nos s kislavo vodo pri sobni temperaturi (pH = 2,5-3,0).

To pomaga nevtralizirati alergene, ki povzročajo napade astme in kašljanje. Po vsakem izpiranju, da bi olajšali izkašljevanje, popijte 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 9,5), Pri običajnem kašljem pijte pol kozarca iste alkalne vode. Za preventivo priporočamo pridične ponovitve procedure. Kašeljski bo zmanjšal, počutje bo boljše.

11. Bruceloza To bolezen ljudje dobijo od okuženih živali, zato, je treba upoštevati pravila o osebni higieni na kmetijah in v prostorih za živali. Po hranjenju, pojenju, molži si morate umiti roke z kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Ne pijte nekuhanega mleka. V primeru bolezni, pred jedjo, popijte 0,5 (125ml) kozarce kisle vode. Prostore kmetije je koristno občasno dezinficirati (npr. Ustvarjanje meglice kisle vode).

12. Vnetje jeter (hepatitis) Zdravljenje traja 4 dni. Prvi dan 4-krat (20-30 minut pred obrokom in ponoči) popijte 0,5 kozarca(125ml) mrtve vode (pH = 2,5) 3 dni, ki ostanejo v istem vrstnem redu pa pijete živo vodo.

Če bolečina ne preneha, se posvetujte z zdravnikom.

13. Vnetje debelega črevesa (kolitis) Prvi dan je zaželeno, da ne jeste ničesar. Čez dan je potrebno 3-4 krat spiti 0,5 kozarca mrtve vode (pH = 2,5-3,0).

Splošna priporočila za zdravljenje so:

- s težnjo po driski, 30 minutah po jedi popijte 200 ml mrtve vode;
- z nagnjenjem k zaprtju pijte 200 ml žive vode (pH = 9,5-10,5) 20 minut pred jedjo.

Koristno je, da vsak mesec pripravite mikrokлизme z živo vodo, količina 250-500 ml, držite 7-10 minut. (Na začetku se dela običajna čistilna klizma.) Običajno bolezen preide v 1-2 dneh. Srbenje izgine, bolečine v trebuhu, napenjanje, slabost izginejo, blato postane normalno.

14. Izpadanje las Po umivanju glave z milom ali šamponom morate v kožo vtreti ogreto kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Po 5-8 minutah sperite glavo s toplo alkalno vodo (pH = 8,5-9,5) in nežno masirajte s konicami prstov, jo vtirite v lasišče. Ne brišite, pustite, da se posuši. Postopek je treba opraviti večkrat na dan.

Ta cikel je priporočljivo ponavljati 4-6 tednov zapored.

Odstrani se srbenje, prhljaj izgine, vnetje kože se postopoma odpravi, izpadanje las ustavi.

15. Izpadanje las z mastno seborejo (povečana funkcija žlez lojnic) Po umivanju glave z milom ali šamponom morate v lasišče (pH = 2,5-3,0) vtreti kislavo vodo tako, da na eni strani glave z glavnikom naredite razdelek v laseh in ga z bombažno palčko navlažite s kislavo vodo. Dobro navlažite lasišče, nato naredite naslednji razdelek in navlažite, dokler ne obdelate celotnega lasišča. Nato se na celotni glavi naredi obloga s kislavo vodo, ki jo prekrije s plastično folijo ali brisačo. Zadržite 15-20 min. Temperatura kislave vode do 40 ° C. Procedura se izvaja enkrat na 3-4 dni.

Priporočamo 6-8 procedur.

Odstranimo srbenje, postopoma odstranimo vnetje kože, zmanjšamo mastnost las, izpadanje se ustavi. Ljudje, ki so nagnjeni k hipertenziji, morajo nadzorovati pritisk.

16. Izpadanje las s suho seborejo (zmanjšana funkcija žlez lojnic) V treh tednih, 2-krat tedensko, vtirite olje repinca v lasišče po zgornji (14) proceduri (repno olje dopolni manjkajočo maščobo). Dve uri po dodanem olju, na enak način vtirite živo vodo (pH = 8,5-9,5). Enkrat na 3-4 dni, dajte obkladek žive vode.

17. Gastritis Tri dni zapored pred obroki popijte 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 9,5-10,5). Če je potrebno, lahko pijete dlje.

Kislota želodca se zmanjša, bolečine, prebava in zdravstveno stanje se izboljšata.

18. Hemoroidi, analne fisure, razpokan in krvaveč zadnji prehod. Zdravljenje se mora začeti po obisku stranišča. Na začetku umijte razpoke, vozle z navadno toplo vodo in milom, obrišite, posušite in nato zmočite z mrtvo vodo (pH = 2,5-3,0). Po 5 minutah ta mesta navlažite z živo vodo (pH = 9,5-10,5) ali postavite navlažen tampon. Ko se tampon izsuši, ponovite. Torej nadaljujte do naslednjega obiska na stranišču, po katerem se postopek ponovi. Poleg tega je treba prvih 10 dni 1 uro pred obroki popiti 300 ml mrtve vode (pH = 2,5-3,0).

Pred spanjem spijemo kozarec bazične vode

Če se zaprtje ponavlja pijte v enakem zaporedju mrtvo vodo po 200 ml še 2-3 dni. Koristno je pripraviti mikrokлизерje (po 30 ml) z mrtvo vodo, pri čemer naj bo raztopina v danki čim dlje (vsaj 15-20 minut), brizgo je potrebno skrbno očistiti in konico brizge razmazati z vazelinom.

Klizmo lahko držite leže na hrbtu. V rektum lahko vstopite do globine 3-4 cm z gazasto blazinico ali tamponom, navlaženim z mrtvo vodo. Po 20 minutah ta mesta navlažite z živo vodo (pH = 9,5-10,5) ali postavite navlažen tampon.

Krvavitev se ustavi, blato se postopno uravnava, rane, razpoke se zacelijo v 3-4 dneh. V procesu zdravljenja se je treba izogibati začinjene hrane, prekajene hrane, ne pijte močne alkoholne pijače.

19. Herpes (prehladni) Pred zdravljenjem, usta in nos umijte z mrtvo vodo in popijte 0,5 kozarca mrtve vode (pH = 2,5-3,0). Mehurčke z vsebino herpesa popokajte z bombažno palčko navlaženo s toplo mrtvo vodo. Nadalje, čez dan, 7-8 krat 3-4 minute nanesite mrtvo vodo na prizadeto območje. Trajanje zdravljenja je 3-4 dni. Mehurčke je možno ne popokati, ampak nanje položite tampon z mrtvo vodo.

20. Higiena obraza, mehčanje kože. Zjutraj in zvečer, po umivanju, 2-3 krat v razmiku 1 minute, navlažite obraz, vrat, roke z alkalno vodo (pH = 9,5 in pustite, da se posuši brez brisanja. Na mestih z gubami, nanesite obkladek z alkalno vodo in ga držite 15-20 minut. Če je koža suha, jo najprej operite s kislno vodo (pH = 2,5-3,5), nato opravite naveden postopek.

21. Gingivitis (vnetje dlesni) Najprej morate upoštevati pravila ustne higiene, redno in pravilno umivajte zobe. Po vsakem obroku je potrebno večkrat po 1-2 minuti, usta umiti s kislno vodo (pH = 2,5-3,0), tako razkužite usta in dlesni. Zadnjič sperite z alkalno vodo, da nevtralizirate učinek kisline na zobno sklenino. Koristno je občasno masirati dlesni.

22. Gliste (helmitijaza) Zjutraj, po praznjenju, naredite čistilni klistir s kislno vodo (pH = 2,5-3,0). Po eni uri naredimo klistiranje z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Potem čez dan vsako uro pijte 0,5 kozarca kislne vode (pH = 2,5-3,0). Naslednji dan v istem vrstnem redu pijte alkalno vodo, da obnovite energijo. Če po dveh dneh bolezen ne mine, je treba postopek ponoviti.

23. Gnojne in trofične rane. Rano obdelamo s toplo kislno vodo (pH = 2,5-3,0) in pustimo, da se posuši. Po 5-8 minutah se mora rana navlažiti z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Postopek je treba opraviti 6-8 krat na dan. Namesto namakanja rane lahko nanesete sterilno oblogo, navlaženo z alkalno vodo, nato pa po izsušitvi nalijte isto vodo na povoj. Če se na rani nadaljuje gnojenje, se postopek ponovi.

24. Gnojne in pooperacijske rane, trofične stare razjede, fistule, abscesi Po odprtju gnojne votline in odstranitvi nekrotičnega tkiva uporabite medicinsko hruško za zdravljenje rane s toplo mrtvo vodo (2-3 minute) (pH = 2,5-3,0), nato postavite tampon, namočen v mrtvo vodo, za en dan. Povoj lahko zamenjate 2-krat na dan. Od drugega dne dalje, se rana na enak način obdela z živo vodo: najprej se spere s hruško (3-5 minut), nato se na rano namesti tampon in nanese sterilna obloga, navlažena z živo vodo (pH = 9,5-10,5).

Po 3-5 dneh tampon v rani menjajte dnevno, dovolj ga je po menjavi navlažiti z živo vodo skozi povoj. Za učinkovitost zdravljenja priporočamo 3-krat na dan, da 30 minut pred obroki spijete 200 ml žive vode.

V enem dnevu se zmanjša količina gnoja in nekrotično tkivo v rani, izgine neprijeten vonj. Celjenje velikih ran se začne znatno v 2-3 dneh. Stare trofične razjede se zdravijo dlje.

25. Glavobol Če glava boli zaradi modrice ali pretres možganov, jo je treba navlažiti z živo vodo (pH = 9,5-10,5).

Če glava boli zaradi visokega krvnega tlaka, je priporočljivo, da oboleli del glave zmočite z mrtvo vodo (pH = 2,5 in spijete 0,5 kozarca mrtve vode).

Če vam glava boli zaradi nizkega krvnega tlaka, popijte 0,5 kozarca žive vode. Koristno je ležati tiho. Običajno bolečina prehaja v eni uri ali prej.

26. Gobice, glivice Pred zdravljenjem je treba prizadeta območja oprati z vročo vodo in milom ter obrisati. Če glivice prizadene nohte, potem moramo noge dlje časa držati v vroči vodi, nato obrezati nohte in očistiti. Navlažite prizadeto površino s kislno vodo (pH = 2,5-3,0). Proceduro izvajajte z isto vodo 6-8 krat na dan. Pri zdravljenju nohtov je primerno narediti kopalnico za noge in noge držati v topli kislni vodi 30-35 minut. Nogavice operite in namočite v kislno vodo. Čevlje je treba razkužiti, tako da jih namočite za 10-minut v kislno vodo.

27. Gripa Prvi dan je priporočljivo, da ne jeste ničesar, da ne bi zapravili moči telesa na prebavljanju hrane, ampak da greste v boj proti virusom. Občasno, 6-8 krat na dan (ali pogosteje), sperite nos, usta in grlo z mlačno kislno (pH = 2,5) vodo. Pijte 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 9,5-10,5) nekajkrat na dan.

28. Dysentery, driska Prvi dan dieta. Čez dan, 3-4 krat spijte 0,5 kozarca kislne vode (pH = 2,5-3,0).

29. Diateza Vse izpuščaje in otekline navlažimo s kislno vodo (pH = 2,5-3,0) in pustimo, da se posuši. Na teh mestih nato naredite obloge z alkalno vodo in jih držite 10-15 minut. Postopek ponovimo 3-4 krat na dan. Poskusite se izogibati kemičnim zdravilom in jih uporabite le, če je to objektivno potrebno.

Diateza običajno mine v 2-3 dneh.

30. Dezinfekcija Kislna voda (pH = 2,5-3,0) je odlično dezinfekcijsko sredstvo, zato, ko izpere usta, grlo ali izpere nos, se uničijo mikrobi, toksini in alergeni. Pri umivanju rok, obraza je koža razkužena. Nanašanje te vode na pohištvo, posodo, tla itd, zanesljivo dezinficira te površine.

31. Dermatitis (alergični) Najprej je potrebno odpraviti vzroke alergijskega dermatitisa (stik z zelišči, prahom, kemikalijami, vonjavami). Samo z kislno vodo navlažite izpuščaje in otekla mesta (pH = 2,5-3,0). Po jedi je koristno sprati usta, grlo in nos s kislno vodo.

32. Dermatomikoza (glivične okužbe kože) Umijte prizadeta območja s toplo vodo in milom ter jih obrišite na suho. Nato jih 6-7-krat na dan na sobni temperaturi zmočite z mrtvo vodo (pH = 2,5-3,0). Trajanje zdravljenja je 4-5 dni. Če je potrebno, se lahko zdravljenje nadaljuje.

33. Vonj stopal. Operite noge s toplo vodo in milom, obrišite na suho, nato navlažite s kislno vodo (pH = 2,5-3,0) in pustite, da se posuši brez brisanja. Po 8-10 minutah stopala navlažite z alkalno vodo (pH = 9,5) in pustite, da se posuši brez brisanja. Postopek traja 2-3 dni in nato enkrat na teden za preventivo. Dodatno lahko dezinficirajte nogavice in čevlje s kislno vodo, ki mehča kožo na petah in obnavlja kožo.

34. Zaprtje Potrebno je popiti kozarec alkalne vode (pH = 9,5-10,5).

Prebava se bo izboljšala, prehod hrane bo hitrejši. Če se zaprtje pogosto dogaja, morate ugotoviti vzrok tega.

35. Zobobol Usta sperite 10-20 minut s toplo kislno vodo (pH = 2,5-3,0). Po potrebi ponovite izpiranje. Zadnjič sperite usta z alkalno vodo, da nevtralizirate delovanje kisline na zobno sklenino.

36. Zgaga. Pred jedjo popijte kozarec alkalne vode pH = 9,5-10,5 (zmanjša kislost, spodbuja prebavo). Če to ne pomaga, potem morate piti še po obrokih.

37. Kašelj. Po obroku pijte 0,5 kozarca žive vode (pH = 9,5-10,5) čez dan.

38. Colpit -(vaginitis) vnetje vagine. V nožnico inicirajte toplo (38 ° C) ionizirano vodo v tem vrstnem redu: najprej z mrtvo vodo (pH = 2,5-3,0); po 8 minutah - živa voda (pH = 9,5-10,5).

Večkratno ponovite z toplo vodo. Bolje je, da to storite pred spanjem. Potek zdravljenja je 5 dni. Drugi dan, srbenje izgine, izcedek se normalizira.

39. Konjunktivitis (ječmen). Ječmen in vneti del oči izpirajte s toplo kislavo koncentracijo (pH = 4,5-5,0) in po 3-5 minutah z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Postopek ponovimo 4-6 krat na dan.

40. Popravek gub. Glej točko 20. \ t

41. Laringitis-vnetje grla. grgrajte toplo kislavo vodo čez dan (pH = 2,5) in zvečer, zadnje izpiranje s toplo alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Za preventivo lahko občasno spirate grlo po jedi z kislavo vodo, določene koncentracije.

42. Izcedek iz nosu. 2-3 krat sperete nos, postopoma z kislavo vodo (pH = 2,5-3,5) in očistite (izpihate) nos. Ponovite 2-3 krat. Otroci lahko kapljajo to vodo v nos z pipeto in očistijo nos. Čez dan lahko postopek ponovite večkrat.

43. Opeklina Opečena območja previdno obdelajte z mrtvo vodo (pH = 2,5-3,0). Po 4-5 minutah jih navlažite z živo vodo (pH = 9,5) in jo še naprej vlažite. Ne preluknjajte mehurčkov. Če se mehurčki prebijejo ali počijo in se pojavi gnoj, morate ponovno začeti zdravljenje z mrtvo vodo, nato nadaljevati z živo vodo, ki jo neposredno nalijemo na povoj in pazimo, da se rana ne poškoduje. Opeklina se lahko zdravi v 3-5 dneh, hitreje kot pri tradicionalnih metodah zdravljenja.

44. Otekanje rok in stopal. Tri dni 4-krat na dan 30 minut pred obroki in ponoči pijemo ionizirano vodo v tem vrstnem redu:

- prvi dan 0,5 kozarca kislave vode (pH = 2,5-3,5);

- drugi dan kozarec kislave vode;

- tretji dan - 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 9,5) Osteohandroza. En dan za 30 minut pred jedjo pijte 0,5 kozarca mrtve vode (pH = 2,5-3,0). Drugi dan pijemo živo vodo (pH = 9,5-10,5) Na bolečem mestu naredimo obkladek z mrtvo vodo. Zdravljenje poteka 10 dni. Priporočamo masažo bolečega mesta hrbtenice. Izogibamo se prehladom, ne delamo nenadnih gibov, ne dvigujemo težkih predmetov.

45. Akutne boleznine dihal. Občasno izpirajmo usta, žrelo, nos z ogrevano kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Pred spanjem speremo vse z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Poleg tega lahko s pomočjo inhalatorja vdihavate v pljuča kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Po proceduri popijte cca pol kozarca alkalne vode.

46. Otitis-vnetje ušesa. Zvočni kanal previdno operemo z ogrevano kislavo vodo (pH = 2,5-3,0), nato preostalo vodo previdno absorbiramo z vatirano palčko (posušimo kanal). Po tem, na boleče uho, naredimo obkladek s toplo kislavo vodo. Izcedek ali gnoj obrišite s kislavo vodo.

47. Panaritiums- vnetje posameznih struktur na prstu roke(sklepa, kosti , kite..). Prva dva dni za 10-15 minut držimo prste v topli (35-40 ° C) mrtvi vodi (pH = 2,5-3,0), nato obrišemo do suhega in naredimo obkladke z mrtvo vodo na prizadetih površinah. Po odprtju abscesa (ponavadi se zgodi na drugi dan) in zdravljenju z mrtvo vodo, naredimo obkladke z živo vodo (pH = 9,5-10,5). Od tretjega dneva zdravljenja, po tem postopku, po 10-15 minutah okopajte prizadeta mesta s toplo živo vodo. Razpoke in razjede se hitro zacelijo okoli nohtov, vnetni procesi se umirijo in gnoj izgineva. Živa voda pospešuje zdravljenje. Potek zdravljenja je 7-10 dni.

48. Paradontoza, krvavitev iz dlesni Ustno votlino sperite z ogrevano kislavo vodo (pH = 2,5-3,0) 10-20 minut. Nato masirajte dlesni z mehko zobno ščetko ali prsti od zunaj po licu (gibanje od zgoraj navzdol za zgornjo čeljust in od spodaj navzgor za spodnjo čeljust). Postopek se lahko ponovimo. Za zaključek ispiramo usta z alkalno vodo 3-5 minut (pH = 9,5-10,5).

49. Paradontoza, odstranitev kamna na zobeh, odstranitev vonja, Zelo dobro pomaga izpiranje ust in zob z »mrtvo« vodo (pH = 2,5-3,0) 0,5 kozarca, v 2-3 minutah

Sklenina se očisti. Kamen na zobeh se počasi raztopi. Po 10-15 minutah dobro izperite z alkalno "živo" vodo (pH = 9,5-10,5). To je treba opraviti redno, 1-2 krat na mesec. Rezultat: dlesni postajajo močnejše, sklenina je očiščena od kamna, izginejo sluzaste obloge, bolezen izgine.

50. Paraproktitis (gnojno vnetje anusa) Najprej morate upoštevati pravila osebne higiene, se izogibati zaprtju, pravočasno zdraviti hemoroide in driske. Za zdravljenje, po izpraznitvi, sperite anus s toplo vodo in milom, nato razpoke in vozlišča, zdravite s toplo mrtvo vodo (pH = 2,5-3,0), naredite klistir iz tople mrtve vode in ga poskušajte obdržati 10 minut. V prisotnosti gnojenja je treba ponoviti klistir.

Za zaključek, morate narediti klistir iz tople žive vode (pH = 9,5-10,5). Vsa vozlišča in razpoke navlažite z živo vodo. Ponoči pijte 0,5 kozarca žive vode. Zdravljenje traja 4-5 dni, včasih tudi dlje.

51. Zlomi kosti. Pri zaprtih zlomih in razpokah po nanosu gipsa, 20 do 25 dni, po jedi pijemo 200-250 ml žive vode (pH = 9,5-10,5).

Pri odprtih zlomih in modricah, rane zdravimo z mrtvo vodo, nanje naneseemo sterilno krpo, navlaženo z mrtvo vodo. Od drugega dne dalje se rana navlaži z živo vodo, držimo 3 minute, nato pa jo obvežemo s sterilnim materialom.

Za zdravljenje modric in lokalnih krvavitev izvajamo čiščenje 4. dni z živo vodo (pH = 9,5-10,5) in držimo 40-45 minut. Koristna je prehrana bogata s kalcijem, beljakovinami, fosforjem in vitaminom D (meso, ribe, sir, jajca).

52. Kronični pielonefritis, okužba sečil. Prvih 5-10 dneh 20 minut pred obroki popijte 200 ml žive vode (pH = 9,5-10,5); in od desetega do tridesetega dne - 300 ml. Sledite dieti (izključite začinjene, grenke jedi, kumarice, alkohol). Pri poslabšanju je potrebna antibakterijska terapija (predpiše jo zdravnik). Potek zdravljenja (mesec) se lahko ponovi 2-5-krat na leto.

53. Visok krvni tlak. Zjutraj in zvečer, pred jedjo, popijte polovico kozarca "mrtve" vode s "močjo" pH = 3-4. Če ne pomaga, potem po 1 uri popijte celo kozarec. Rezultat: Tlak se normalizira, živčni sistem se umiri.

54. Nizek krvni tlak. Zjutraj in zvečer, 0,5 ure pred jedjo popijte, 0,5 skodelice »žive« vode = pH9-10. Rezultat: Tlak se povrne v normalno stanje, pojavlja se val moči.

55. Poliartritis- Vnetje sklepov. En cikel vodnih procedur ja 9 dni. Prve 3 dni je treba minuto pred jedjo in pred spanjem, popitii 0,5 kozarca kisle vode (pH = 2,5-3,0). Četrtri dan je premor. Peti dan pred obroki in ponoči pijte 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 8,5-9,5).

Šesti dan je spet premor. Zadnji trije dnevi (7, 8, 9) spet pijejo kisló vodo, kot v prvih dneh. Če je bolezen stara, morate na bolečih mestih narediti obkladek s toplo kisló vodo ali pa jo vtrite v kožo.

56. Spolna oslabelost Zjutraj in ponoči občasno pijte 0,5-1 kozarec žive vode (pH = 9,5-10,5) - uporabite njegov stimulatívni, tonični učinek. Pred spolnim odnosom poskusite ne razmišljati o možnem neuspehu.

57. Driska Popijte kozarec kisle vode (pH = 2,5-3,5). Če se driska ne ustavi v eni uri, popijte še en kozarec.

58. Vreznine , odrgnine, praske: rano umijte s kisló vodo (pH = 2,5-3,5) in počakajte, da se posuši, nanj nanesite tampon, ki je obilno navlažen z alkalno (pH = 9.5-10.5) vodo in povoj. Zdravljenje nadaljujte z alkalno vodo. Če se pojavi gnoj, jo ponovno obdelajte s kisló vodo in nadaljujte z alkalno vodo. Dovolj majhne praske, je dovolj da se navlažijo z alkalno vodo.

59. Zaleženine. Zaleženine je treba skrbno oprati s toplo kisló vodo (pH = 2,5-3,0), pustiti, da se posuši, nato navlažiti s toplo alkalno vodo (pH = 8.5-9.5). Po previjanju rane, povoj navlažimo z alkalno vodo. Ko se pojavi gnoj, se postopek ponovi, začeniši s kisló vodo. Bolniku svetujemo, da leži na platnenih rjuhah.

60. Preprečevanje akutnih okužb dihal, prehladov med epidemijami Občasno, 3-4 krat na teden, in če je potrebno, vsak dan, zjutraj in zvečer (prihajajo domov z dela), sperite nos, usta in grlo z mrtvo vodo (pH = 2,5 3.0). Po 20-30 minutah pijte 0,5 kozarca žive vode (pH = 9,5-10,5).

Po stiku z nalezljivimi bolniki, obiske klinike, bolnišnice, javne prostore, se ta postopek ponovi. Na domu je zaželeno, da si umijete roke in obraz z mrtvo vodo. Pojavlja se veselje, povečuje se delovna sposobnost, mikrobi in bakterije umirajo, bolezní izginevajo.

61. Hladen vrat Na vratu naredite obkladek s toplo alkalno vodo (pH = 9,5) pred obroki popijete 0,5 kozarca iste vode. Bolečina izgine, gibi se obnovijo.

62. Akne, seboreja obraza Zjutraj in zvečer, po pranju s toplo vodo in milom, obrišite obraz in ga navlažite s toplo kisló vodo (pH = 2,5 temperatura vode okoli 35 ° C). Ko se koža očisti, jo lahko

navlažimo z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Akne lahko večkrat obdelamo po tej proceduri. Tako se obdelajo tudi mladostne akne.

20-30 minut pred obroki pijte 125-200 ml žive vode kot presnovni stimulator.

63. Psoriasis-Luskavica (luskasta deprivacija) Pred zdravljenjem se morate dobro umiti z milom, na parih prizadetih predelih z maksimalno sprejemljivo temperaturo vode ali pripraviti vroč obkladek tako, da se luske (poškodovana koža) zmehčajo. Po tem, vlažite prizadeta območja s toplo kisló vodo (pH = 2,5-3,0), in po 5-8 minutah, začnite navlažiti s toplo alkalno vodo (pH = 8,5-9,5). Naslednjih 6 dni zapored, je treba ta mesta navlažiti le z alkalno vodo in povečati pogostost vlaženja do 6-8 krat na dan.

Poleg tega, prvi 3 dni, 3-krat na dan za 20-30 minut pred obrokom, morate piti 200-250 ml kisle vode (pH = 2,5-3,0), in naslednjih 3 dni - enako količino alkalne vode (pH = 8,5-9,5).

Po prvem ciklu je priporočljivo vzeti tedenski odmor, po katerem se postopki nadaljujejo. Potrebno število takih ciklov je odvisno od posameznega organizma in potrpljenja. Običajno je dovolj 4-5 ciklov. Pri nekaterih ljudeh je prizadeta koža zelo izsušena, razpokana in boli. V takih primerih je priporočljivo, da jo večkrat navlažite s kisló vodo (da oslabite delovanje alkalne vode). Po 4-5 dneh se prizadeta območja začnejo čistiti, pojavijo se otočki jasne, rožnate kože. Postopoma luskavica izgineva. Izogibajte se začinjenim živilom, dimljenim živilom, alkoholu, ne kadite.

64. Radiculitis, revmatizem. V dveh dneh 3-krat na dan, 30 minut pred obrokom, popijte 200 ml alkalne vode (pH = 8,5-9,5). Dobro je, da vročo kisló vodo (pH = 2,5-3,0) vtrite v boleče mesto, ali pa naredite obkladek. Izogibajte se prehladom. Priporočamo pregled pri zdravniku, da se določi vzrok. Več možnih vzrokov.

65. Draženje kože (npr. Po britju) obraz večkrat sperite (namočite razdražene kraje) z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5) in pustite, da se posuši brez brisanja. Če so ranice ali praske - pritrdite na njih za 5-10 minut krpo, namočeno v alkalno vodo. Koža hitro zaceli in postane mehkejša.

66. Razpoke na petah kože. Odstranjevanje odmrle kože iz nog. Umijte noge s toplo vodo in milom, obrišite na suho, nato navlažite s kisló vodo (pH = 2,5-3,0) in ne obrišite, pustite, da se posuši. Po 8-10 minutah stopala navlažite z alkalno vodo (pH = 9,5) in pustite, da se posuši brez brisanja. Postopek ponovite 2-3 dni in nato enkrat na teden za preprečevanje. Medtem ko je koža mokra in mehka, jo lahko obrišete s plovcem. Po posegu je priporočljivo mazati pete, razpoke z rastlinskim oljem in pustiti, da se absorbira. Poleg tega lahko razkužite nogavice in čevlje s kisló vodo.

67. Razširjene vene (krčne žile). Področja razširjenih ven in krvaveča področja je treba večkrat oprati ali dobro navlažiti s kisló vodo (pH = 2,5-3,0), pustiti, da se posuši, in nato položimo obkladek omočen z alkalno vodo za 15-20 minut. (pH = 9,5-10,5). Popijemo 0,5 kozarca kisle vode enake koncentracije. Takšne postopke je treba ponavljati, dokler se ne pokaže otipljiv rezultat.

68. Salmoneloza. Sperite želodec s toplo kisló vodo (pH = 2,5-3,5). Prvi dan ni nič za jesti, le občasno po 2-3 urah piti 0,5 kozarca kisle vode. Poleg tega lahko naredite klisturo s toplo kisló vodo.

69. Diabetes mellitus. Vedno pred jedjo spijemo 0,5 kozarca alkalne vode (pH = 9,5-10,5). Poleg tega je priporočljiva masaža trebušne slinavke in meditacija ideje, da slinavka dobro proizvaja insulin.

70. Stomatitis-vnetje ust in ustnic. Po vsakem obroku 3-5 minut usta izpirajte s kislavo vodo (pH = 2,5-3,0). Na prizadeta mesta sluznice ust, za 5 minut nanesite bombažne zvitke omočene s to vodo. Nato sperite usta s prekuhano vodo in zadnjič sperite z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Ko se rane začnejo celiti, je dovolj, da po jedi samo s toplo alkalno vodo sperete usta.

71. Kronični tonzilitis, vnetja mandljev in zgornjih dihal. Prva dva dni po obroku 3-5 minut, grgrajte toplo mrtvo vodo (pH = 2,5-3,0). Od tretjega dne dalje spirajte samo toplo živo vodo (pH = 9,5-10,5).

Zdravljenje traja 4-5 dni. Poleg tega je treba od prvega dne bolezni sprati luknje tonzil s toplo mrtvo vodo.

Na tretji dan jih sperite s toplo živo vodo. Dobro speremo z medicinsko brizgo brez igle. Pri pranju lahko vodo pogoltnete. Dodatno: pazi se prehladov, govori bolj tiho. Koristno je jemati vitamine C in B skupine in multivitamine. Izogibajte se začinjenim, grobim živilom.

72. Poškodbe oči. V primeru manjših poškodb (onesnaženja, rahle poškodbe), operite oči z alkalno vodo 4-6 krat na dan (pH = 9,5-10,5).

73. Razpoke v anusu. Po izpraznitvi, razpoke in vozle umijte s toplo vodo in milom, obrišite na suho in navlažite s kislavo vodo (pH = 2,5). Po 5–10 minutah navlažite anus z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5) ali s to vodo nanesite navlažen tampon.

Ko se izsuši je treba zamenjati tampon. Torej nadaljujte do naslednjega obiska na stranišču, po katerem se postopek znova začne. Trajanje postopkov je 4-5 dni. Ponoči morate piti 0,5 kozarca alkalne vode.

74. Akne, mozolji. Kožo redno navlažite z mrtvo vodo (pH = 2,5-3,0) ali naredite obkladke. Umivajte se z kozmetičnim milom. Priporočamo da 20 min. pred jedjo popijte 0,5 skodelice žive vode (pH = 9,5); popravite tudi jedilnik. Dodatno: glejte točko: 20 - higiena obraza in točko: 62-akne, seboreja obraza

75. Odstranitev odmrle kože s stopal. Umivajte 30-40 minut noge v vroči milnici, obrišite in jih držite 10-15 minut. v topli mrtvi vodi (pH = 2,5) Nato s prstov in stopala obrusite z plovcem plast zmehčane mrtve kože, po brisanju pa si umijte noge v topli, živi vodi (pH = 9,5-10,5) in pustite, da se posuši, ne brišite.

(Tehnika kot pri odpravljanju vonja stopal, obdelava razpok).

76. Izboljšanje krvnega obtoka. Če imate dovolj alkalne vode, je priporočljivo, da se tej vodi skopate, ali po običajni kopeli ali prhanju se oblijete z vodo (pH = 9,5-10,5). Po vlaženju ne brišite, pustite, da se telo posuši.

77. Izboljšanje počutja. Periodično (1-2 krat na teden) sperite nos, usta in grlo s kislavo vodo (pH = 2,5-3,0), nato popijte kozarec alkalne vode (pH = 9,5-10,5). To je najbolje storiti po zajtrku in po večerji (za noč). Takšen postopek je treba opraviti po stiku z bolniki (npr. Med epidemijo gripe), ko se lahko okužite. Po vrnitvi domov morate splakniti grlo, nos, si umiti roke in obraz s kislavo vodo. Procedura vam da energijo, izboljšuje učinkovitost. Mikrobi in bakterije umrejo.

78. Izboljšanje prebave. Pri slabi prebavi (npr. Pri prenajedanju ali mešanju nezdružljivih izdelkov, kot je kruh s krompirjem in mesom), popijte kozarec alkalne vode (pH = 9,5-10,5). Če po pol ure želodec ni začel delovati, potem je treba popiti še 0,5-1 kozarca alkalne vode..

79. Nega las. Enkrat na teden si umijte lase z navadno vodo z milom ali šamponom, nato dobro izperite z alkalno vodo (pH = 8.5-9.5) in ne brišite, pustite, da se posušijo.

80. Nega kože. Redno navlažite kožo ali jo operite s kislno vodo (pH = 5,5). Po tem se umijte z alkalno vodo (pH = 8.5-9.5). Stalna uporaba ionizirane vode ugodno deluje na kožo, jo mehča in pomlajuje.

Različne izpuščaje, akne, akne je treba navlažiti s kislno vodo (pH = 2,5-3,0).

81. Furunkuloza(Turi na koži). Okuženo območje operemo z vročo vodo in milom, nato razkužimo s toplo kislno vodo (pH = 2,5-3,0) in pustimo, da se posuši. Poleg tega je treba položiti obkladke z isto kislno vodo, ki jih menjamo 4-5 krat na dan ali večkrat. Po 2-3 dneh se rane izperejo z alkalno vodo (pH = 8,5-9,5), da se pospeši celjenje. Poleg tega morate piti enkrat na dan pred obroki (ob prisotnosti sladkorne bolezni - po obrokih) piti 0,5 kozarca alkalne vode.

82. Cholecystitis (vnetje žolčnika). Štiri dni zapored, 30 minut pred obrokom, popijte 0,5 kozarca ionizirane vode v naslednjem zaporedju:

- pred zajtrkom - kislno vodo (pH = 2,5-3,5) - pred kosilom in pred večerjo - alkalna voda (pH = 8,5-9,5). Slabosti, bolečine v trebuhu, srcu in desni lopatici, grenkoba v ustih izginejo.

83. Cistitis(Vnetje mehurja). 3-krat na dan 20 minut pred obrokom popijte 250-300 ml žive vode (pH = 9,5-10,5). Zadnji sprejem – ne več kot 18 ur. Iz menija izključite kumarice, začimbe, pikantne začimbe. Po navodilih zdravnika je potrebno jemati antibiotike. Če cistitis spremljajo razjede želodca, dvanajstnika, gastritis z visoko kislostjo, potem je bolje piti živo vodo 20 minut po jedi. Priporočamo kopanje 7-10 minut v vroči kopeli, nato naredite mikrokлизme s toplo, živo vodo.

V bolnišničnih razmerah lahko zdravnik večkrat opere mehur, najprej s toplo mrtvo (pH = 2,5-3,0), nato s toplo živo vodo (pH = 9,5-10,5). Zagotovljen je dober pretok urina, gnoj, sluz, ostanki soli se dobro izperejo, dejavnost gladkih mišic mehurja se izboljša.

84. Čiščenje zob. Za preventivo usta izperite z alkalno vodo po jedi (pH = 9,5-10,5). Umijte zobe s pasto, sperite z alkalno vodo. Za dezinfekcijo ust in zob, sperite usta s kislno vodo (pH = 2,5-3,5). Zadnjič izplaknite z alkalno vodo. Če krvavite v dlesni, potem po vsakem obroku nekajkrat sperite usta s kislno vodo. Krvavenje dlesni se zmanjša, obloge zobi se postopoma raztopijo.

85. Ekcem, lišaj. Najprej je treba na prizadetih območjih pripraviti vroč obkladek, nato navlažimo kožo z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5) in pustimo, da se posuši brez brisanja. Ves teden ali več, 4-6 krat na dan, navlažite z alkalno vodo in pustimo da se posuši. Ponoči popijte 0,5 kozarca alkalne vode.

86. Erozija materničnega vratu. Pred spanjem si pripravimo vaginalno kopel z toplo (38 ° C) kislno vodo (pH = 2,5-3,0). Naslednji dan enak postopek ponovimo s toplo svežo alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). Po 7-10 minutni kopeli lahko tampon namočen v alkalno vodo vstavimo za več ur v nožnico.

87. Razjede na želodcu in dvanajstniku. 5-7 dni, 1 uro pred jedjo, popijte 0,5–1 skodelice alkalne vode (pH = 9,5–10,5). Med obrokom ali po obroku pijte tretino ali pol kozarca kisle vode (pH = 2,5–3,5). Po tem si vzemite teden dni odmora in kljub dejstvu, da je bolečina izginila, ponovite proceduro še 1-2 krat, dokler se razjeda popolnoma zaceli.

Če je krvni tlak normalen in se ne zviša zaradi alkalne vode, se lahko doza poveča. V procesu zdravljenja morate slediti dieti, se izogibati začinjeni, grobi hrani, nekuhanemu prekajenemu mesu, ne kaditi, ne piti alkoholnih pijač, ne pretiravati. Slabost, bolečine hitro minejo, apetit in zdravje izboljša, zmanjša kislost. Razjeda dvanajstnika se zaceli hitreje in bolje.

88. Po spolnem odnosu za preprečevanje spolno prenosljivih in spolno nalezljivih bolezni.

Najkasneje 15 minut po stiku sperite genitalije in sluznico s kisló vodo (pH = 2,5-3,0).

2. Recepti za uporabe ionizirane vode v vsakdanjem življenju: 25 receptov

1. Boj proti majhnim škodljivcem rastlin. Zaustavite razmnoževanje škodljivcev (zeljen ščit, listne uši itd.), Razpršite kisló vodo (pH = 2,5). Če je potrebno, prelijte tudi zemljo. Postopek je treba ponoviti. Za uničenje molja je treba poškopiti z kisló vodo preproge, izdelke iz volne ali možen habitat.

Pri ubijanju ščurkov je treba takšen postopek ponoviti po 5-7 dneh, ko se bodo mladi ščurki vzredili iz jajc. Škodljivci umrejo ali zapustijo svoje najljubše kraje.

2. Dezinfekcija prehranskih jajc. Prehranska jajca dobro sperite s kisló vodo (pH = 2,5 ali 1-2 minuti, potopite jih v to vodo in nato obrišite ali pustite, da se posušijo.

3. Dezinfekcija obraza, rok. Če obstaja možnost okužbe, je dovolj, da izperete nos, grlo, umijete obraz in roke s kisló vodo (pH = 2,5) in ne obrišite, pustite, da se posuši.

4. Dezinfekcija tal, pohištva, inventarja. Pohištvo poškopite s kisló vodo (pH = 2,5) in ga obrišite po 10-15 minutah. Pohištvo lahko preprosto obrišete s krpo, namočeno v kisló vodo. Umijte tla s kisló vodo.

5. Dezinfekcija prostorov. Majhne prostore lahko umivamo s kisló vodo (strop, stene - pršenje, talno pranje). Z uporabo posebnih naprav ali vrtné škropilnice je bolj primerno ustvariti notranji aerosol (megla) iz kisle vode. Ta metoda je bolj sprejemljiva pri razkuževanju velikih prostorov:

kmetije, svinjake, kokošnjake, pa tudi rastlinjake, kleti itd.

Hkrati pa ni treba odstranjevati živali, ptic iz prostorov - kisló voda (pH = 2,5) je popolnoma neškodljiva. Takšni postopki so koristni občasno, vsaj enkrat na mesec. Aerosol zmanjša mikrofloro 2-5-krat bolj učinkovito.

6. Dezinfekcija različne posode. Taro (škastle, košare, pladnje, kozarce, vrečke itd.) pomijte z kisló vodo (pH = 2,5) in posušite (po možnosti na soncu). Učinek bo še boljši, če posodo najprej operemo z alkalno vodo (pH = 10,0 - 11,0), nato pa jo obdelamo z kisló vodo.

7. Zdravljenje driske perutnine, živali. Pri driski pri pujskih, teletih, piščancih, račkih, goslih, perutninah je priporočljivo da pijejo večkrat čez dan kislavo vodo (pH = 4,0–5,0) namesto navadne vode, driske ne bo ustavila. Če sami ne pijejo, jim zmešajte krmo z kislavo vodo.

8. Dezinfekcija čebeljih panjev, satja, čebelarjevega inventarja . Prazen panj, pred naselitvijo družine čebel, dobro sperite s kislavo vodo in posušite. Okvirje satovja in inventar obdelajte z kislavo vodo in posušite (po možnosti na soncu). Koncentracija vode je približno 2,5 pH. Takšna obdelava za čebele ni nevarna.

9. Razmaščevanje površin kozarcev. Za pranje in razmaščevanje kozarcev uporabljamo dobre detergentne lastnosti alkalne (pH = 9,5-10,5) vode: najprej z njo navlažite kozarec, počakajte malo in ga sperite. Tako lahko operite okna avtomobilov, rastlinjakov, oken itd.

10. Oživljanje zasušenih rož, zelene zelenjave. Obrežemo zasušene dele, korenine, stebela cvetja in dele zelene zelenjave. Nato jih potopimo v alkalno vodo z nizko koncentracijo (pH = 7,5-8,5) in jih zadržimo v njej nekaj časa.

11. Mehčanje vode. Ko je potrebna mehka voda (npr. Za pripravo kave, čaja, gnetenje testa itd.), uporabite staro alkalno vodo pH 9,5, kateri je oborina padla na dno. Ko oborino odstranimo, ostane čista in mehka voda.

12. Sterilizacija kozarcev, pokrovov. Sperite steklene kozarce, pokrove z alkalno vodo (pH = 8,0 ali jih držite pol ure v alkalni vodi. Nato jih operite s kislavo vodo (pH = 2,5), ali jih zadržite v njej in posušite.

13. Stimulacija rasti perutnine. Majhni, šibki piščanci, rački, purani, 2-3 dni zapored naj pijejo alkalno vodo (pH = 9,5-10,5). V primeru driske jim dajte piti kislavo vodo (pH = 4,0–5,0), dokler driska ne preneha. V prihodnosti je treba alkalno vodo dati največ 1-2 krat na teden.

14. Spodbujanje rasti, izboljšanje živalskega apetita . Živinoreja, zlasti mlade živali, občasno, vendar ne več kot 1-2 krat na teden, je treba pojiti z alkalno vodo nizke koncentracije (pH = 7,5-8,5). Majhna teleta lahko pijejo alkalno vodo z mlekom, zmešanim v naslednjem razmerju: 1 liter alkalne vode na 2 litra mleka. Suho hrano lahko navlažite, pršite z alkalno vodo. Skupna masa alkalne vode ne sme presegati 10 gramov na 1 kg žive teže živali. Smrtnost mladih živali se zmanjšuje, apetit se izboljšuje, živali hitreje pridobivajo na teži. Alkalna voda naj ne bo večje koncentracije pH.

15. Pranje perila in oblačil ob ekonomiki pralnih sredstev. Priporoča se naslednji postopek pranja:

1. Namočite v kislavo vodo (pH = 2,5) 0,5-1 ure (dezinfekcija).

2. Perite in spirajte obleko v alkalni vodi (pH = 9,5-10,5), pri čemer uporabite le tretjino ali polovico običajne količine detergenta. Beljenje s to metodo pranja ni potrebno.

16. Pojenje telet z alkalno vodo. Teleta 1-2 krat tedensko pojimo z alkalno vodo (pH = 8,0-9,0). Lahko se doda mleku za hranjenje telet (1 liter vode za 2 litra mleka). Slaba teleta je treba pojiti z alkalno vodo nekaj dni zapored, dokler niso močnejša. V primeru driske naj pijejo kislavo vodo (pH = 4,0-5,0).

17. Priprava semen za sajenje. Spodbujanje rasti rastlin v rastlinjakih, na vrtu. Splošna priporočila:

1. Pred sajenjem seme obdelamo z ionizirano vodo: potopimo jih v kisló vodo (pH = 2,5-3,5), zmešamo in po nekaj minutah zberemo in odstranimo seme (slabe kakovosti), ki se je pojavilo na površini; preostala semena zadržite v vodi še 2-4 ure (dezinfekcija); Odcedite kisló vodo, sperite semena z čisto vodo, potopite jih v alkalno vodo (pH = 7,5-8,5) in pustite, da stoji 5 ur; odcedite alkalno vodo, posušite in posadite seme 2-3 ure.

2. Stimulacija rasti - zalivanje: enkrat zalijte z alkalno vodo (pH = 7,5-8,5), nato 2-3 krat z navadno vodo, nato znova alkalno vodo itd. ne več kot 2-krat.

Če je opaziti, da je zemlja onesnažena z nečim, in da so rastline (v primerjavi z drugimi) počasne in bolne, potem pa jih je treba zaliti s kisló vodo in nato zaliti v skladu z zgoraj navedenim vzorcem.

18. Priprava čebeljega sirupa. Za pripravo sirupa za hranjenje čebel uporabimo alkalno vodo nizke koncentracije namesto navadne vode (pH = 7,5-8,5).

Ko se driska razvije v čebelah, jim je treba dati kisló vodo (pH = 4,0-5,0).

19. Kaljenje zrn za hrano, ječmen za slad, pripravljeno zrnje. (npr. Pšenica, ječmen) se namoči za 1-2 uri v kisló (pH = 2,5) vodi (dekontaminacija), nato sperite 2-krat z navadno vodo, izpraznite in nalijte alkalno vodo (pH = 10,0 - 11,0), tako da voda splakne zrna, nato postavite na toplo mesto in pustite, da kalijo 4-5 ur. Kaljeno zrnje je treba redno vlažiti (pršiti) z isto alkalno vodo. Zrno je tako očiščeno kemijskih ostankov, kalijo hitreje, kakovost slada se izboljša.

20. Povečanje roka uporabnosti zelenjave in sadja. Pred polaganjem za dolgoročno skladiščenje v skladiščnih prostorih obdelamo zelenjavo in sadje s kisló vodo (pH = 2,5) in jih posušimo. To lahko storimo pred procesom prevoza zelenjave in sadja na transporterju z razprševanjem.

Lahko potopite zelenjavo, sadje v posodo s kisló vodo.

V skladiščih je priporočljivo občasno pršiti zelenjavo, sadje s kisló vodo ali ustvariti meglico iz iste vode. Tudi pred natovarjanjem je treba mesta in posode za shranjevanje razkužiti s kisló vodo. Ravnanje je popolnoma neškodljivo.

21. Izboljšanje rasti in cvetenja sobnih rastlin. Priporočljivo je, da cvetje zalijemo v tem vrstnem redu: voda enkrat s šibko alkalno vodo (pH = 7,5-8,5), nato 2-3 krat z navadno vodo itd. Alkalne vode ne smete zalivati več kot 1-2 krat na teden. Če cvet slabi, je bolan, potem ga je treba enkrat zaliti s kisló vodo (pH = 2,5-3,5), nato pa 2-krat z alkalno vodo. Nato zalivajte z navadno vodo v navedenem vrstnem redu.

22. Izboljšanje okusa, arome kave, čaja. Čaj, kavo kuhajte na alkalni vodi. Koncentracija pH vode ni pomembna, ker po vrelišču »izgine«, ostane pa čistost in mehkoča vode.

23. Preprečevanje in odstranjevanje neprijetnih vonjav iz kanalizacijskih cevi. Preprosto čez noč vlijte vsaj 1 liter kisle vode (pH = 2,5-3,0).

24. Preprečevanje in odpravljanje slabega zadaha iz ust. Samo splaknite grlo s kisló vodo (pH = 2,5-3,0), nato pa ne pozabite sprati usta z alkalno vodo (pH = 9,5-10,5).

25. Izločanje toksinov in oksidantov iz telesa . Za izboljšanje zdravja celotne družine priporočamo dnevno uporabo alkalno-bazične vode pH 8,6.

3. Recepti za uporabo srebrne vode: 25 receptov

Zaradi predpisov v SLO ne smemo objavljati teh receptov, saj je uporaba srebrne vode pri nas, prepovedana v zdravstvene namene (NIJZ)!

Vir: <http://www.nugen.si/content.aspx?st=366&ob=3587>

Kako pomembno je pitje vode

Tuji mediji pišejo o tem, kako zdrava je voda. Več bralcev se jim je javilo in sporočilo, kako so po mesecu dni pitja vode izboljšali svoje zdravje in počutje. Če želite tudi sami preizkusiti, potem pijte vodo tekom celega dneva, pijte jo pol ure pred obroki in vsaj eno uro po obroku ne. Preden pričnete, se posvetujte s svojim zdravnikom.

Pitje vode je izredno zdravilno. Če vaše telo ni navajeno tako velike količine, pričnite počasi in vsak dan dodajajte kozarec več. Da boste zares pili preko celega dneva, imejte vodo ves čas na očeh. Pripravite si jo v vrč in ga spraznite.

Kaj se zgodi, če pijemo tri do štiri litre vode na dan?

Po nekaj dneh boste pričeli pogosteje hoditi na stranišče. Poleg tega boste manj lačni, saj se želodec pogosto oglša tudi takrat, ko potrebuje vodo. Naučili se boste, da pijete tudi takrat, ko niste žejni. Žeja namreč pomeni že prvo znak dehidracije.

Po približno desetih dneh boste ugotovili, da se zjutraj zbudate bolj spočiti in sveži. Ne boste imeli več otečenih okončin. Izboljšalo se bo zdravje las, nohtov, polepšala se bo vaša koža in postala bolj napeta. Čez dan boste imeli več energije.

Po približno dveh tednih pitja vode boste ugotovili, da kave sploh ne potrebujete več, saj čez dan ne boste utrujeni in zaspani. Delo, ki ga boste opravljali, boste opravili veliko lažje. Tudi spali boste veliko bolje.

Po treh tednih boste okrepili svoje ledvice, očistili telo strupov, počutili se boste bolj mladostno. Tudi boljše volje boste. Ljudje okrog vas bodo začeli opazati, da ste postali bolj nasmejani in mladostni. Izžarevati boste pričeli zdravje.

Po mesecu dni se boste počutili lahkotno, vaše telo bo razstrupljeno, očiščeno, imeli boste veliko energije. Uredila se vam bo prebava, odvečni kilogrami bodo pričeli veliko hitreje kopneti, vse bolj vam bo prijala zdrava hrana. Ne boste več potrebovali kave, sladkorja. Počutili se boste zares odlično in polni moči.

Koliko vode moramo spiti, da imamo koristi

Za povprečnega človeka strokovnjaki svetujejo 2,5l vode na dan ali 8 kozarcev po 3dcl vode. Če ste na dieti za izgubo telesne teže, je zelo pomembno piti več in skozi ves dan, razen v primeru, da imate katerekoli zdravstvene razloge, ki ne dovoljujejo pitja takšne količine vode. Najboljši vodič za dnevni vnos vode je, da spijete 1l vode na 25kg telesne teže (npr.: 100kg težka oseba bi morala dnevno popiti 4l vode. 13 kozarcev, da bi pridobila prednost povečane energije in pospešila delovanje metabolizma.

Če je športna aktivnost del programa za izgubljanje telesne teže, je potrebno popiti še malo več vode, da bi nadoknadili izgubo zaradi potenja. Pitje vode pred, med in po vadbi pomaga vzdrževati visok nivo energije ter pomaga pri boljši regeneraciji po športni aktivnosti.

Večina ne mara piti čiste vode. Pridobivanje vode iz sadja, ki vsebuje veliko vode, je super način, kako povečati vnos vode brez direktnega pitja. Poleg tega pa sadje pomaga napolniti želodec z malo kalorijami in nam daje veliko vitaminov, mineralov in fito- nutrientov, ki pomagajo povečati vitalnost.

Pravzaprav lahko vsaka hrana z visoko vsebnostjo vode poveča vnos vode; večina hrane, bogate z vodo, je naravna – zdrava hrana, torej še en razlog, zakaj jesti zdravo!

Vodni nasvet: Ko imate občutek lahkote, popijte kozarec vode 15 minut pred obrokom!

Zdravstvene prednosti pitja vode

- Regulira apetit
- Pospešuje metabolizem
- Povečuje nivo energije
- Manj zadrževanja vode v telesu
- Lajša nekatere glavobole
- Pomaga pri regulaciji krvnega pritiska
- Pomaga zniževati visok holesterol
- Blaži bolečine v sklepih
- Zmanjšuje riziko rakavih obolenj
- Manj možnosti razvoja ledvičnih kamnov
- Izloča škodljive snovi iz telesa
- Lepša koža ...

Previdnostni ukrepi

Ljudje z ledvičnimi težavami ali ostalimi okoliščinami, kjer je vnos tekočine potrebno omejiti morajo upoštevati priporočila zdravnikov in imeti pravilen vnos natrija. En potencialni vendar redek stranski učinek je lahko hiponatriemija, kjer so elektroliti v neravnotežju. Gre za zmanjšanje koncentracije natrija (soli) v krvi. Zato vedno iščite nasvet pri vašem zdravniku, preden pričnete z novo dieto ali spreminjate navade pitja!