

А.А. Назаров

ПУТЬ К ЗДОРОВОМУ ДОЛГОЛЕТИЮ

Москва 2024

УДК 614
ББК 51.1(2)
Н19

Назаров А.А.

Н19 Путь к здоровому долголетию. – 2024. – 96 с.: илл.

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

Эти знания бесценны. Они учат жить без болезней и помогают вернуть здоровье. С ними нас должны знакомить с детства, но на нашем здоровье хорошо зарабатывают многие, и им мы нужны больными.

В книге приводятся простые объяснения, **почему необходимо вовремя пить правильные воды**. Это поможет быть максимально здоровыми с первых дней жизни. За детей в ответе сначала родители (прочтите, и вы сможете помочь своим детям), затем – школа (должна же она учить основам ЗОЖ). **В Европе прерывают уроки, чтобы дети под присмотром учителя выпили воды, и не назначают лекарств, если организм обезвожен – «закислен», а «раскислить» его быстро может только вода.** Есть много других теорий старения, но без воды жизнь невозможна, а наши воды **«Стэлмас Mg», Svetla и BioVita** — лучшие в мире для замедления старения и продления жизни, и это уже доказано медицинскими исследованиями. Работать они начинают с первых минут приема, увеличивая выработку энергии и перераспределяя ее по организму. Попробуйте, и у вас тоже получится. Чтобы убедиться, сдайте анализы до и после курсового приема.

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

ISBN 978-5-9908037-7-0

УДК 614
ББК 51.1(2)

ISBN 978-5-9908037-7-0

©Назаров А.А.

За информацию, изложенную в этой книге, 25—30 лет назад я отдал бы миллионы, и тогда бы у меня не было гастрита, язв, холецистита, неизлечимой подагры и других болезней, несущих боль. Уже тогда я подсознательно понимал, что мое здоровье в основном зависит от меня, и иногда читал журнал «Здоровье». Однако в нем, как и сегодня в медицине, рассказывалось в основном, как лечить ту или иную болезнь, изредка были советы «бабушек» по профилактике заболеваний, но они были такими сложными как в приготовлении снадобья, так и в схеме его приема, что «руки не доходили», да и было лень. И вот за более чем 20 лет изучения свойств и механизмов работы различных минеральных и функциональных вод, разобравшись в основных причинах болезней, проведя исследования, доказывающие возможность реабилитации здоровья и продления жизни с замедлением старения, мы нашли простой, но эффективный способ предупреждения и помощи в лечении многих заболеваний, вплоть до онкологии.

Я постоянно удивляюсь: почему людям это не интересно? Почему этому не учат врачей? И почему врачи не хотят знать этого? Почему законом о рекламе об этом запретили информировать вас через СМИ? И еще много разных почему, в результате укорачивающих нашу жизнь. Я нашел этот ответ у философа, профессора, **нобелевского лауреата Бертрана Рассела: «Большинство людей скорее умрут, чем начнут думать»**. Эти слова в первую очередь относятся к здоровью. Они касаются всех людей, независимо от их возраста, пола, профессии, вероисповедания.

Значит, надо думать?! Прочтите и задумайтесь — жить будете без болезней и гораздо дольше.

Мы передоверили свое здоровье фармацевтам, интернету, советам друзей в попытке снять с себя ответственность за все беды, происходящие в нашем организме. Не всегда получается и с врачами. Каждый узкий специалист разбирается в работе отдельных органов и систем, но сложить воедино работу организма зачастую не может. Главная же ошибка медицины заключается в том, что она оградилась от открытий в других науках — биологии, химии, физики — **и совершенно не уделяет внимания самому ценному продукту для организма — Воде.**

Вода — это, согласно химии, прозрачная жидкость без цвета, вкуса и запаха, ее формула — H_2O . Однако в природе такого продукта нет, поскольку вода — лучший растворитель, и молекулярные связи любого вещества, попав в воду, ослабевают стократно, появляются примеси.

Вода — это вечный «процесс» диссоциации на H^+ и OH^- и их ассоциации в H_2O , скорость процесса — до ста миллиардов в секунду, и так до последней капли и молекулы. Совершается работа, и вырабатывается чистая энергия, которая и позволяет нам жить без еды до 40 дней. Вода когда-то создала первую жизнь. И сказал Господь Бог: **«Да произведет Вода рыб, земноводных, да и полетят птицы над Землей»**. И все это сделала Вода. Затем Господь Бог сотворил нас: **«И создал Господь Бог человека из праха земного, и вдунул в него дыхание жизни, и стал человек душою живою»** (Библия. Ветхий Завет). И состоим мы в основном из воды. Она и сегодня поддерживает нашу жизнь,

донося кислород и питание нашим клеткам, вырабатывающим энергию, и вымывая из межклеточного пространства и всего организма как отработанные вредные вещества, так и превнесенные извне токсины от плохой экологии и лекарств, помогая восстановить здоровую работу организма.

В активных водах много **воды «исключения» EZ, ее формула — H_3O_2^-** , она заряжена отрицательно, вокруг нее формируется положительно заряженная вода, и получается батарейка. Такая вода замерзает при более низкой температуре, как вода в природных ключах, которые не замерзают даже зимой. Образуется EZ возле гидрофильных (смачиваемых) поверхностей, каким и является весь наш организм. Эта вода обволакивает наши клетки, защищает их от токсинов. И когда клетка теряет энергию, вода делится зарядом, спасая ее, а значит, и нашу жизнь.

Вода вся разная. При дефиците EZ на 2% ухудшается работа мозга, а при дефиците в 10% мы впадаем в кому.

За 20 лет я собрал материалы из различных областей науки, которые доказывают возможность минеральных лечебных и активных вод увеличивать выработку жизненной энергии, замедлять старение и продлевать жизнь, предупреждать и лечить болезни. Мне, имея в анамнезе множество болезней, удается более 20 лет обходиться без лекарств. И сегодня себя в 70+ я не променяю на себя 50-летнего, но без знаний о Воде: не хочу возвращать болезни и уверен, что так проживу дольше.

Прочтите, проанализируйте, поверьте и проверьте: пропиив курсом правильные воды, они помогут гарантированно. Расскажите об этом родным, друзьям и знакомым, и здоровых будет больше. Помогите вселить веру в возможности нашего организма, и вам скажут спасибо и тоже помогут. Мы уже провели медицинские исследования в Крыму (в Ялте) — в научно-исследовательском институте физических методов лечения, медицинской климатологии и реабилитации имени И.М. Сеченова и Институте активного долголетия санатория Mriya Resort. Здесь имеется самое современное оборудование для диагностики состояния организма по возможностям фиксации замедления старения, омоложения организма и продления жизни. Первые результаты исследований показали, что у нас все получается.

Захотите больше знать о влиянии воды на здоровье, подписывайтесь на мои социальные сети: «ВКонтакте», «Одноклассники», Телеграм — **Александр Назаров о здоровье**; «Инстаграм» — **nazarov_stelmas**.

Я более 20 лет изучаю влияние воды на здоровье, написал четыре книги о лечебно-профилактических свойствах минеральных вод, и в каждой есть раздел, посвященный старению. Захотите знать больше — прочтите!

АКСИОМЫ ЗДОРОВЬЯ

Провести реабилитацию здоровой работы организма может помочь только вода. Почему вода? Потому что вода родила и поддерживает жизнь во всех ее проявлениях.

Человечество за все время существования придумало всего две теории возникновения жизни — **божественную и эволюционную**, и в обеих первую жизнь произвела вода. Наша жизнь начинается с клетки, на 99% состоящей из воды.

Прочтите и задумайтесь над аксиомами о жизни и воде, они помогут сделать правильные выводы.

- Наш организм на 75%, мозг на 85%, кровь на 94% состоят из воды. 99% молекул нашего организма — молекулы воды — **вода — основа организма**. Уберите основу из любой вещи, и ее не будет, она развалится.
- 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 2–3% хуже работает мозг, далее наступают болезни, при 8% начинаются галлюцинации, при 10% — кома, при дефиците воды >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. Все обменные процессы в клетках одного органа объединены одним межклеточным пространством. Из него клетка забирает питание, в него выводит отработанные вещества, и оно тоже в основном состоит из воды. Это не кровь, а вода доносит питание до клетки и вымывает отработанные ею вредные вещества, не допуская закисления и отравления организма. **Вода отвечает за питание и эндэкологию 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, тем быстрее и больше энергии вы получаете.**



- Лед → вода → пар → вода → вечное движение, превращение, работа. **Вода — вечный двигатель и вечная энергия.**
- Вода видит, слышит, читает (даже мысли), хранит и передает информацию. А при создании определенных условий способна возродить запомнившиеся структуры и даже жизнь. **Вода — волшебница.** Это доказали шесть нобелевских лауреатов. Чтобы убедиться в этом, посмотрите фильм «Вода как спасение».
- Что бы 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, она появилась задолго до Земли.**
- **Вода — наша прародительница и наша Мать.** 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 ей, ведь по всем показателям получается, **вода — наместник Бога на земле.**

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

Надеюсь, вы поняли, что с каждым глотком «хорошей» и «правильной» воды организм получает не только **вечную энергию, но и немного вечной жизни.** Насколько она будет значима для здоровья и долголетия, зависит от качества воды, не забывайте, что она вся разная и постоянно меняется, отвечая добром на добро.

Почему нельзя допускать обезвоживания? При обезвоживании гипоталамус (часть мозга) регистрирует изменение уровня воды в крови. Он включает нейрогипофиз, который выделяет антидиуретический гормон (АДГ), и тот уменьшает потерю воды через почки. При этом возбуждаются надпочечники, выделяя большое количество **альдостерона**, который заставляет **еще** большее количество воды и соли задерживаться в организме. Мы начинаем «засоляться, закисляться, отравляться», начинается отложение солей и формирование камней. При этом спазмируются (сужаются) сосуды, поднимается артериальное давление, формируется атеросклероз. Так к нам приходят болезни, и начинаются походы к врачам, сдача анализов, которые фиксируют сгущение крови, и нам назначают разжижающие кровь лекарства — аспирин, варфарин... Зачем? «Чтобы кровь быстрее текла и не образовывались холестериновые бляшки», — говорит врач. Читаем противопоказания к лекарствам: вредно для печени, почек, надпочечников... вызывает обезвоживание. Т. е. уже имеющееся в организме обезвоживание

усугубляется. А происходит вот что: вода забирается из клеток и межклеточного пространства в кровь для того, чтобы она продолжала выполнять свою транспортную функцию и доносить до клеток питательные вещества, которым необходимо продолжать вырабатывать энергию, чтобы не погибнуть. При этом из-за дополнительного обезвоживания начинает повышаться уровень холестерина в крови, что еще ухудшит текучесть крови, а значит, необходимы новые таблетки. Не проще ли начать профилактировать и лечить все эти состояния с формирования устойчивой привычки пить воду! И не просто воду, а хорошую, активную, функциональную воду? Когда вы ее выпьете, вода быстро попадает в кровь, гипоталамус регистрирует это изменение и уменьшает количество АДГ и альдостерона, нормальная работа организма восстанавливается. Но это должна быть минеральная вода (лучше активная), а не напитки. Напитки — это еда.

В медицине есть такое понятие — «обезвоживание организма». При этом говорится, что до 66% потребности воды может забраться из клетки, 26% — из межклеточного пространства (МП), до 8% — из крови! Обратите внимание, что клетки, вырабатывающие жизненную энергию, отдают в разы больше, 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, из нее организм ежедневно вырабатывает до 1,5 л воды. В нашем организме работает активная энергонасыщенная вода, а все напитки — это жидкая еда, которая запускает пищеварительную систему, для функционирования которой также необходима вода, т. е. мы дополнительно обезвоживаем организм и забираем энергию.

Клетки отдают воды больше потому, что они живые и умные, они знают, что если забрать воду из межклеточного пространства, оно превратится в помойку и они погибнут, а если из крови, то она загустеет и не донесет им питание и кислород — и опять смерть. Поэтому клетки в первую очередь и отдают больше воды. **Вы поняли, это не кровь, а вода, и не обычная, а активная вода через стенки капилляров доносит питание до клеток.** И, что еще важнее, **выносит вредные вещества.** И вот когда этой активной воды не хватает, наступает обезвоживание и болезни. В этом случае кровь с питательными веществами проходит транзитом мимо клеток из артериальной в венозную систему, так же, как мчатся дорогие иномарки по автомагистрали, которая проходит через богом забытые деревушки... Энергия клетками не вырабатывается, организму ее не хватает, начинает болеть голова, поднимается давление, сахар и холестерин, появляются другие сигналы обезвоживания.

И вот многие врачи, по результатам анализов определив обезвоживание, советуют провести разжижение крови таблетками. Подумайте сами, разжижить что-либо можно двумя способами: уменьшить количество растворенного либо увеличить количество растворителя. Лекарства увеличивают количество растворителя за счет того, что помогают быстрее забирать воду из клеток, межклеточного пространства, перераспределяя ее в пользу наиболее жизненно важных органов. Мы таким образом растягиваем время болезни, переводим ее в хроническое течение и способствуем формированию других недугов.

К сожалению, в первую очередь, ввиду отсутствия времени, доктор на приеме не объясняет пациенту ряд, по его мнению, очевидных вещей, а именно необходимость соблюдать правильный питьевой режим. После визита вы получаете диагноз и варианты медикаментозного лечения, но можно существенно помочь себе самостоятельно и без лекарств.

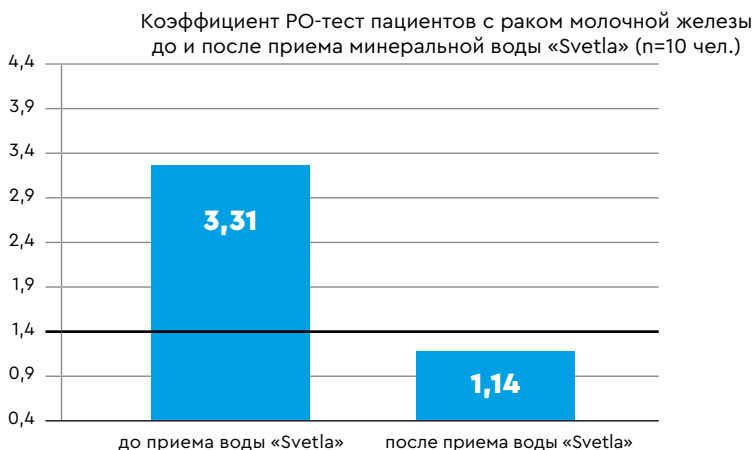
Вначале выпейте активной воды, близкой к воде организма, и только потом при необходимости стоит прибегнуть к приему лекарств. Активная вода быстро улучшит реологию крови и ее активность, постепенно ликвидируя обезвоживание и начинающиеся проблемы со здоровьем.

Таковыми водами являются **Svetla** и **BioVita**. Исследования показывают, что они быстро поступают в кровь, увеличивают выработку активных форм кислорода, энергии и убирают энтропию (хаос) в работе органов и систем, т. е. происходит синхронизация их работы. А затем выпейте **«Стэлмас Mg»**, который поможет наладить работу пищеварительной, эндокринной, иммунной, сердечно-сосудистой и других систем и органов и очистит организм от ядов и токсинов. Еще эта вода за счет большого содержания серы (S) помогает бороться с вирусами, что очень важно при вирусных заболеваниях.

Многолетние исследования и наблюдения за людьми, находящимися в зоне риска возникновения онкологии, позволяют с уверенностью сказать, что активная вода Svetla совместно с водой BioVita значительно снижают риск возникновения этой болезни.

Исследования проводились с помощью теста РО (рост онкологии), разработанного в 1994 году МНИОИ им. П.А. Герцена, и признаны во всем мире. Застрахуйте себя от этой страшной болезни водами Svetla и BioVita.

(График. Показатели РО-теста у пациентов в процессе лечения)



И для кого-то, возможно, это самое главное: **начав принимать активные и лечебные минеральные воды по схеме, не экономя на воде, вы сможете**

вернуть здоровье, значительно сэкономить как на лекарствах, так и на еде получая энергию из воды и при этом есть более качественные продукты. Ведь в этом случае организму не потребуется вырабатывать 1,5 л воды из еды и напитков, что он вынужден делать ежедневно, затрачивая энергию. Вы ему уже дадите эту активную воду и микроэлементы, которые вместе с витаминами (их выработку они помогут ускорить и увеличить) являются катализаторами, ускоряющими процесс преобразования пищи в энергию в миллиарды раз и позволяющими получать больше энергии из одного и того же количества пищи, как в юности. Исследования показали, что в результате курсового приема минеральных лечебных и активных вод **Svetla, BioVita** и лечебно-столовой **«Стэлмас Mg»** происходит омоложение организма.

Начинать путь к здоровому долголетию следует с реабилитации здоровья и нормализации обмена веществ. Для этого необходимо, во-первых, провести очищение организма. Помогут в этом минеральные лечебные и активные воды.

Идеальный прием для очищения организма (на моем примере, вес 80 кг).

За 30 минут до завтрака выпейте ~150–200 мл воды **Svetla**. За 15 минут до еды выпейте 200–250 мл воды **«Стэлмас Mg»**. На завтрак лучше съесть какую-то кашу или что-то кисломолочное. Примените ложечку оливкового масла **Svetla** или какого-то другого полезного масла. Через 1,5–2 часа после завтрака выпить стакан воды **BioVita**. Затем в течение 1–2 часов выпить еще стакан воды **BioVita**.

Обязательно добейтесь хорошего очистительного (слабительного) эффекта утром. Если не получается, увеличьте утренний прием воды **«Стэлмас Mg»**. Когда необходимый эффект будет достигнут, дозу можно снизить.

За 1,5–2 часа до обеда съешьте яблоко или другой фрукт— первый перекус. За 30 минут до обеда выпейте ~150 мл воды **Svetla**, а за 15 минут до еды стакан воды **«Стэлмас Mg»**, добавив в нее порцию водорастворимых витаминов **«Девятка здоровья»**.

Не переedayте, постарайтесь обойтись салатом и вторым блюдом (для пожилых — мясо максимум два 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 грамм.

Через 1,5–2 часа после обеда выпейте стакан воды **BioVita** и в течение 1,5–2 часов еще стакан. Съешьте яблоко или другой фрукт — второй перекус.

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

Мой ужин — капустный или другой салат с добавлением хрена и тыквенного масла, соленый огурчик, две отварные картошки и кусочек рыбы 100—150 грамм.

Перед сном выпейте немного **«Стэлмас Mg»**. Магний — антистрессовый элемент, он поможет быстрее успокоиться и уснуть, а ночью сульфаты помогут очистить печень и весь организм.

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

Не забывайте, что кишечник и одновременно другие органы необходимо чистить два-три раза в год минеральной водой «Стэлмас Mg». Воды минеральные и питьевые требуется чередовать (менять), чтобы организм к ним не привыкал и всегда находился в тонусе.

Данный курсовой прием позволит вам одновременно очистить не только кишечник, но и печень, почки, сосуды; понизить давление, сахар, холестерин; похудеть, нормализовать обмен веществ, провести лечение и профилактику сердечно-сосудистых и других заболеваний, укрепить иммунитет, а это уже профилактика не только опасных неинфекционных, но и инфекционных болезней. С первых дней этого курса начнется синхронизация в работе всех органов и систем организма. Курс продолжительностью месяца обновит ваш организм и заставит по-новому взглянуть на свое будущее, без проблем со здоровьем.

Однажды я подсчитал, что в день потребляю пищу 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, хотя, по данным науки, в воде 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. Поэтому именно вода так важна для здоровой работы организма.**

Посмотрите ролик на сайте www.svetla.com (см. слайд 4). О чем он скажет, если задуматься? Что вода всегда до последней капли находится в движении. Мы все знаем, что при движении выполняется работа и, значит, выделяется энергия. Чем активнее вода (**Svetla, BioVita**), тем быстрее она растворяет, а затем и сжигает инородные вещества и выводит их из организма. Чем быстрее вода растворяет питательные вещества, тем быстрее и больше энергии получает организм, позволяя вам оставаться здоровыми.

За 30 минут до еды выпить стакан воды **Svetla**, (при финансовых трудностях — **BioVita**). За 15 минут до еды — стакан воды **Sulinka** («**Sulinka кремниевая**», **Mivela Mg**, **Miss Mineral Detox**), чередуйте воды и пейте приблизительно по одному месяцу каждую. Если какая-то вода понравилась больше, можно пить дольше. Эти воды полезны и при длительном приеме. В них мало соли (NaCl), и замедления обменных процессов не будет. При возникновении проблем с моторикой кишечника, верните утренний прием «**Стэлмас Mg**» — за 15 минут до еды.

За завтраком принять чайную ложечку масла (оливковое, льняное, кедровое или другое — чередуйте). Постарайтесь за завтраком обходиться различными кашами или кисломолочными продуктами. Через 1,5–2 часа после завтрака выпейте стакан питьевых вод **BioVita**, «**Стэлмас Zn Se**», «**Стэлмас O₂**», «**Стэлмас**», опять же чередуя их по месяцам.

В течение 1–1,5 часов выпейте еще стакан выбранной вами воды. За 1–1,5 часа до обеда съешьте яблоко или другой фрукт, можно заменить их стаканом натурального сока типа «**Стэлмас**». За полчаса до обеда — 1 стакан воды **Svetla (BioVita)**.

За 10–15 минут до еды — стакан выбранной минеральной воды **Sulinka** («**Sulinka кремниевая**», **Mivela Mg, Miss Mineral Detox**), добавив в них порцию витаминов «**Девятка здоровья**».

Не переешьте. Постарайтесь, чтобы на столе были овощи и зелень. Напомню, мясо небольшими порциями можно не более двух раз в неделю. Для гарнира хорошо использовать каши. Постарайтесь обходиться одним первым или вторым блюдом. Пищу хорошо пережевывайте. Полученной энергии будет достаточно, не работайте на жиры.

Через 1,5–2 часа стакан выбранной по схеме питьевой воды **BioVita**, «**Стэлмас Zn Se**» или «**Стэлмас O₂**», в течение 1–1,5 часов еще один стакан. Затем яблоко или сок.

За 30 минут до ужина выпейте 150 мл воды **Svetla (BioVita)**. За 10–15 минут — **Sulinka** («**Sulinka кремниевая**», **Mivela Mg, Miss Mineral**).

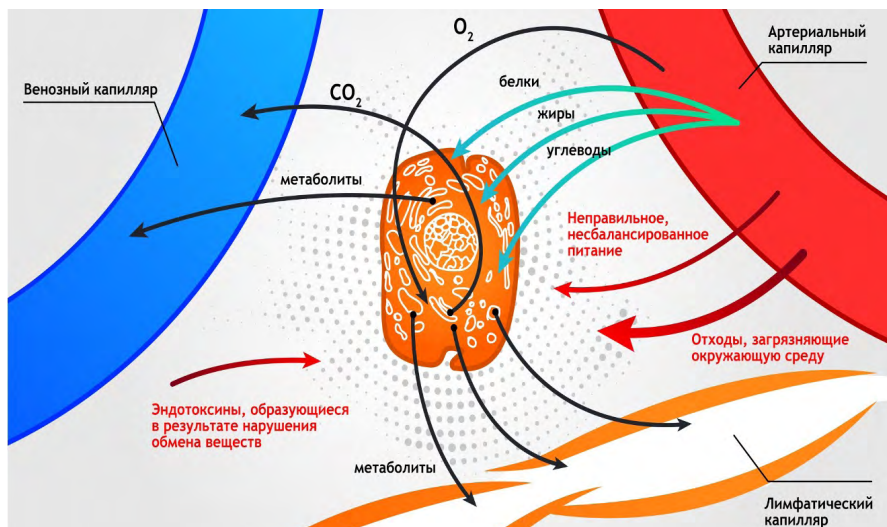
ЗДОРОВЫЙ ОРГАНИЗМ!

Что минимально мы должны о нем знать и давать ему, чтобы он работал максимально долго и без болезней.

Бог дал нам идеальный организм, состоящий из систем и органов, которые состоят из триллионов «умных» клеток. В нем нет ничего лишнего, и при этом Бог предусмотрел множество систем защиты от «дураков», которыми мы по отношению к своему организму со временем все больше становимся. Каждая система, на первый взгляд, работает индивидуально, но в конечном итоге все они связаны и взаимозависимы. Небольшие сбои в любой из них ведут к проблемам в работе всего организма. Это значит, что, с одной стороны, они все главные, а с другой — все они должны работать сбалансированно, синхронно. Разбалансировка (хаотичная работа) в одной ведет к сбою во всех других системах. **Если возникает боль и вы начинаете ее лечить, то врачи вам обязаны сказать, что проблема уже в работе всего организма и помимо устранения боли необходимо проводить реабилитацию — восстановление нормальной работы всего организма.** И здесь только вода поможет восстановить хорошую работу организма даже во время самых страшных болезней типа сахарного диабета, болезни Паркинсона, провести реабилитацию при онкологии как после облучения и химиотерапии, так и помочь в лечении. А вот если пропить вовремя правильные воды, то организм их и не допустит.

Давайте коротко познакомимся с основными системами организма, возникающими в их работе проблемами и путями решения. Но начать необходимо с клетки.

КЛЕТКА



Как клетка получает питательные вещества

Мы состоим из десятков триллионов различных клеток. Это живые умные «микромоторчики», вырабатывающие для нас жизненную энергию, и большую часть произведенной энергии (~60%) 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 и полноценно функционировать только в водной среде.

Клетка сама на 75% состоит из воды, и, зная это, при нехватке воды организм забирает ее (до 66% своей потребности) из клетки. В таких условиях эффективность работы клетки снижается на 40–50%. Понятно, что вам уж тут совсем мало перепадает. С этого момента начинаются самые разные неприятности со здоровьем. Теперь представьте, что вы в принципе не пьете воду.

Понимая, что ждать помощи не приходится, клетка в целях самозащиты начинает «замазывать» себя холестерином, дабы уменьшить потерю воды. Печень увеличивает его 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! Среда обитания клетки — межклеточное пространство, из него поступают питательные вещества и туда же отправляются продукты переработки клеткой веществ. Вымывает отходы вода. При нехватке воды организм может забирать ее из межклеточного пространства (до 26% своей потребности). Для клетки это совсем 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. А организм на этом не останавливается: если испытывает нужду в воде, начинает забирать ее теперь уже из крови (до 8% своей потребности). Это начало сердечно-сосудистых заболеваний. В разы увеличивается риск атеросклероза, тромбоза и других сосудистых катастроф.

В молодости в организме достаточно активной воды (EZ), клетки справляются с выработкой энергии, но со временем воды все меньше и ее нехватка все сильнее сказывается на работе клетки, поставляемой энергии все меньше, выбросов, токсинов все больше, организму все хуже. Ничтожные недомогания перерастают в хронические.

Клетка нашего организма умирает приблизительно после 50–52 делений. Максимальное количество делений клетки различно, в зависимости от ее типа и, что еще важнее, в зависимости от организма, вернее, от условий своего существования. При неблагоприятных условиях это происходит бы-

стрее, клетки рождаются все меньших размеров, функционально неполноценные, т. е. неспособные в полном объеме выполнять свои функции, зачастую атипичные, т. е. несвойственные для данного органа, и даже онкологические, а значит, и здоровья тоже меньше — мы начинаем болеть и стареть.

Провести очищение межклеточного пространства может минеральная вода с энергонасыщенностью >212 кДж/моль. Связано это с тем, что такая энергонасыщенность воды в капиллярах организма человека. Именно с такой водой «работает» наш организм. 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.

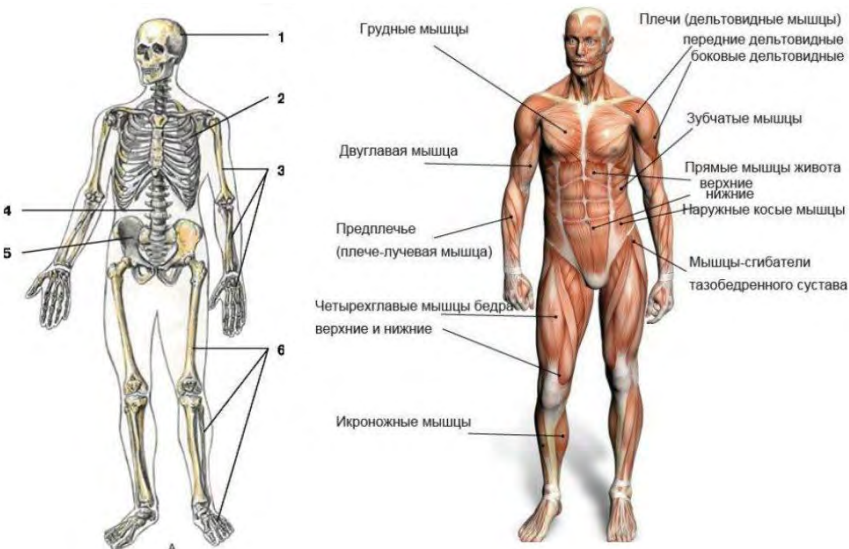
Для ускорения переваривания пищи в энергию необходимы микроэлементы и витамины. Позаботьтесь, чтобы их тоже хватало. В этом помогут воды **Sulinka**, «**Стэлмас Mg**», **Miss Mineral Detox**. Поэтому и рекомендован такой прием активированных и минеральных вод.

В нашем организме находятся разные клетки, и выполняют они различные функции. И для их работы необходимо питание, а доставляет его **Вода**.

СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА

Поскольку все они важны и незаменимы, начнем с основы — скелета организма.

Опорно-двигательная, скелетная система



Скелет — с древнегреческого «высохший». После полного высыхания от нас остается 5–6 кг костей. Скелет состоит из 206 костей: соединенные между собой, они образуют легкий и прочный каркас. Кости живые, они образуют костную тканью, снабженной нервами и кровеносными сосудами. К костям прикрепляются мышцы, которые позволяют нам двигаться. Кости черепа и ребер служат защитой мозга и внутренних органов. Кость в шесть раз прочнее стального прута того же веса. Сердцевина кости — костный мозг — ежедневно вырабатывает различные клетки крови: эритроциты, переносящие кислород в ткани, лейкоциты, образующие иммунную систему, тромбоциты...

Основные болезни

В детстве — рахит, переломы костей. С возрастом — межпозвоночные грыжи, остеохондроз, остеопороз, боли в спине, переломы костей, в старости часто переломы шейки бедра.

Основные причины:

- дефицит воды;
- дефицит макро- и микроэлементов;
- дефицит витаминов.

Принято считать, что прочность костей определяется **кальцием**. Это так, но не только кальций несет ответственность за возникновение и развитие заболеваний опорно-двигательного аппарата. Сам по себе кальций в костях не держится, его там 22%, а остальное — **коллаген** и **вода**. Коллаген удерживает кальций в костях, и именно он придает им упругость.

Вода играет особую роль в формировании коллагеновых структур. В этом процессе также принимают самое непосредственное участие микроэлементы: **цинк, магний, марганец, медь и бор**. Основным же элементом коллагеновых фибрилл, определяющих не только упругость костей, но и отвечающих за эластичность и гибкость соединительной ткани сухожилий, суставных хрящей, стенок кровеносных сосудов и кишечника, клапанного аппарата сердечно-сосудистой системы и сфинктеров желудочно-кишечного тракта, является **кремний (Si)**. С возрастом происходит его потеря. У молодых кремния в организме в два раза больше, чем у пожилых. Потому его и называют **элементом молодости**.

Кроме того, на здоровье костей влияет присутствие в нужных количествах таких элементов, как **хром** и **фтор**. **Хром** укрепляет кости, потому для профилактики и лечения остеопороза необходимо поддерживать должный уровень хрома в организме. При недостатке **фтора** развивается фторзависимый остеопороз скелета. При этом еще и прогрессирует кариес.

Еще одна причина — дефицит гормонов: это они посылают инструкции по работе органов.

Наиболее быстрые способы устранения

Самый простой и эффективный способ предупреждения указанных заболеваний — сочетание приема различных минеральных вод с разным содержанием указанных макро- и микроэлементов. Это позволит поддержать

здоровье костной и соединительной тканей за счет поддержания как водного баланса, так и баланса химических элементов. Причем в минеральных водах необходимые микро- и макроэлементы присутствуют в ионном виде, а потому лучше и быстрее усваиваются. Обратите внимание на воду **«Стэлмас Zn Se»**, в ней имеются самые дефицитные Zn, Mn, Si, Cr, J, Se.

Первое, на что стоит обратить внимание, — пить минеральные воды с хорошим содержанием **кремния (Si)**: даже при наличии кальция (Ca) и витамина D3 без кремния у детей может развиваться рахит. Si необходим для усвоения **Ca** и образования коллагена, им его требуется до 11 лет в 5 раз больше, чем взрослым. **Много Si имеется в водах Стэлмас Mg и Sulinka.**

При переломах концентрация Si в этих местах увеличивается в 50 раз, а он очень дефицитен.

В воде должен быть **магний (Mg)**. Он регулирует ~350 процессов из 1000, которые катализируют макро- и микроэлементы, и без **Mg** кальций просто не усваивается. Часто развивается дефицит магния, но его недостаток довольно долго маскируется идеальными показателями в анализах крови, поскольку «депо» находятся в печени и костях, а анализы из них не берутся. В крови достаточно долгое время он будет в пределах нормы, но при этом истощаются запасы в «депо». Лучшее соотношение ~ 1 Mg : 2 Ca. **Смотрите за составом покупаемой воды.**

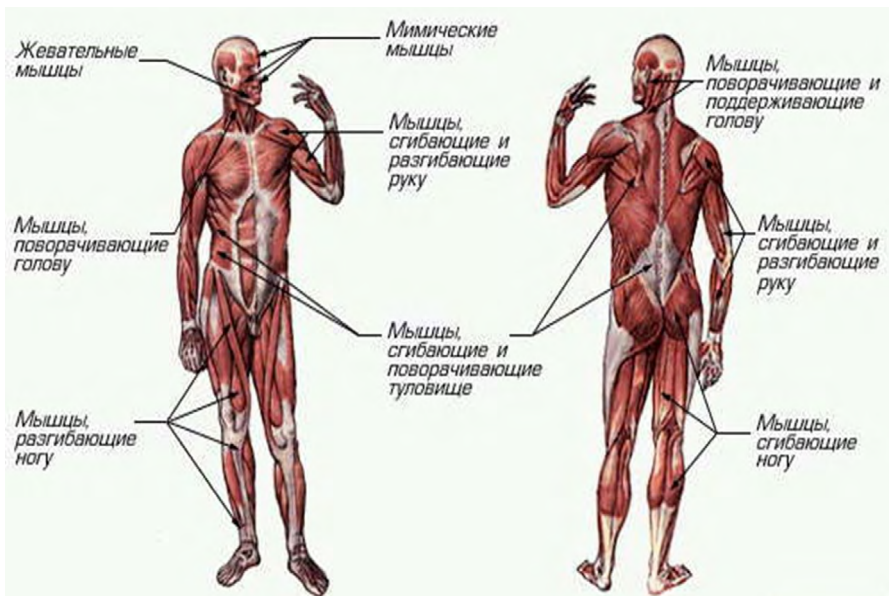
В воде всегда есть Ca — основа кости и скелета, но мало Mg и Si. Это он, как арматура в бетоне, делает кость эластичной и упругой. Хорошо, если в воде есть HCO₃ — гидрокарбонат. Ведь наш организм на 93% как раз и состоит из этих химических элементов — водорода, кислорода и углерода. Поступая в организм, гидрокарбонат **значительно увеличивает выработку собственных гормонов** в желудке и кишечнике, ускоряет выработку инсулина, нормализует обмен веществ, способствуя быстрому усвоению питательных веществ, в том числе для формирования костей и хрящей и выработки жизненной энергии клетками.

Мышечная система

Она крепится к скелетной системе и дает нам возможность двигаться, глотать, дышать. Для работы этой системы требуется энергия, для выработки которой необходимо постоянное поступление пищи, воды и кислорода.

Больше всего мы ощущаем работу мышц скелета, с помощью которых мы двигаемся. Всего их порядка 640. Самая крупная — большая ягодичная мышца, самая малая — стременная, чуть более 1 мм, находится в ухе. Скелетные мышцы, прикрепленные к скелету сухожилиями, выполняют ту работу, которую им осознанно приказывают, т. е. команды мозга.

Есть мышцы, которые работают автоматически, не по команде мозга, а независимо от твоих желаний. Такая мускулатура называется гладкой и находится в стенках полых органов: желудка, кишечника, мочевого пузыря и т.д., а также в стенках крупных сосудов. Мышцы сокращаются в определенном ритме, продвигая пищу, выдавливая мочу, обеспечивая тонус сосудов. И миокард тоже мышца, которая работает всю нашу жизнь, перекачивая кровь. Пока мы двигаемся, мы живем. Работая мышцами, мы помогаем

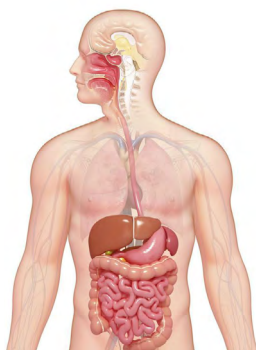


сердцу качать кровь, доносить питание до клеток и вырабатывать энергию жизни, и все это происходит постоянно, пока мы живы. Над решением этой задачи работает весь наш организм со всеми его органами и системами, а начинается все с системы пищеварения, в которой начинается преобразование съеденной пищи в топливо, которое даст нам энергию.

Основной проблемой мышечной системы является дефицит воды, особенно при больших нагрузках. Образуется большое количество различных кислот (аммиачная, азотная, мочева, молочная), которые необходимо срочно вывести, а сделать это может только вода.

Страдающие подагрой, учтите этот факт, мне уже долгое время удается обходиться без лекарств.

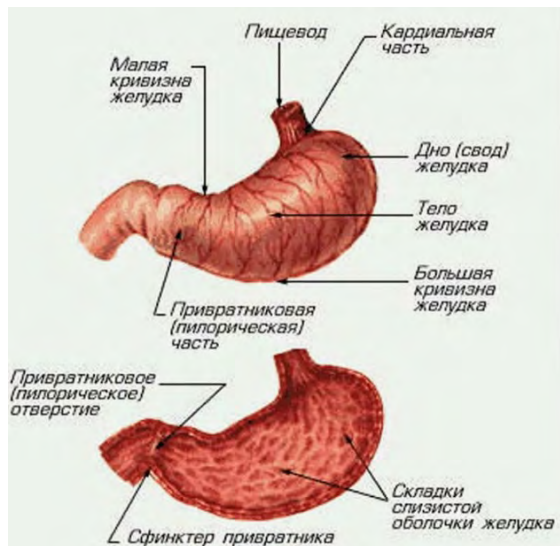
Пищеварительная система



Питание — необходимое условие для нормально-го роста, развития и жизнедеятельности организма. Питательные вещества, содержащиеся в еде, не могут усваиваться клетками в том виде, в котором содержатся в продукте. Для этого в организме они подвергаются биохимической обработке — перевариванию в пищеварительной системе.

Пищеварение начинается во рту. Здесь пища измельчается, перетирается, смачивается слюной и через пищевод отправляется в желудок. Чем лучше вы разжевываете пищу, тем проще ему работать и тем меньше риск получить гастрит, эрозию, язвы и другие болезни желудка.

Желудок



Пустой желудок совсем небольшой ~100 мл, но при приеме пищи у взрослого человека он способен растянуться до 2-3 л.

В ответ на поступление пищи желудок выделяет пищеварительный сок, и начинается пищеварение. Мышцы стенок желудка, постоянно сокращаясь и расслабляясь, перемешивают поступившую пищу от стенки к стенке желудка и способствуют ее перевариванию. Для защиты стенок желудка от кислотного содержимого они покрыты двухмиллиметровым слоем слизи состоящей из

муцина и на 98% из воды. Через слизь постоянно протекает вода и промывает ее. При дефиците воды защитный слой густеет, истончается, и попадание на него кусочка пищи с кислотой ведет к образованию в слизистой соли (NaCl), которая при наличии достаточного количества воды (в обычном режиме) промывается, растворяется и уходит с пищей в кишечник, а при дефиците образуются вначале эрозии, а затем и язвы.

Решение проблемы самое простое. За 30 минут до еды выпить стакан питьевой воды **BioVita, Svetla, «Стэлмас»**.

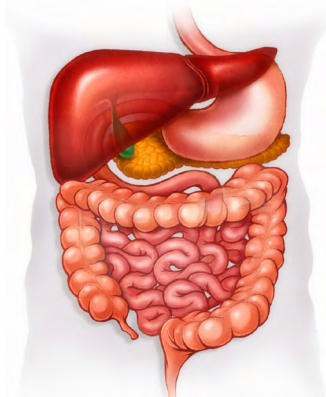
Если проблема уже есть, то за 15-20 минут — стакан минеральной лечебно-столовой воды **«Стэлмас Mg», Sulinka, Mivela Mg, MissDetox**.

Тогда в слизистой желудка образуется гормон гастрин, который способствует заживлению язв и эрозий, в том числе и на слизистых кишечника. Не забывайте пить после еды питьевые воды, всего в сутки 1,5-3 л воды в зависимости от вашего веса, возраста, образа жизни. **Победить язвы, в том числе кровотечения, помогут активные воды BioVita и Svetla.**

Через 4-6 часов, а при наличии жирной пищи и дольше, частично переваренное содержимое желудка начинает порциями поступать в кишечник, где и происходит основная переработка питательных веществ и их усвоение клетками стенок кишечника.

Кишечник

Это не только наш основной пищеварительный орган, через который в организм поступает 95% питательных веществ, но и эндокринный (в нем вырабатывается до 80% пищеварительных гормонов) и иммунный орган (работает 70% иммунной системы). В кишечнике над переработкой пищи трудятся еще



и 50 трлн микроорганизмов. Основное пищеварение и усвоение происходит в тонком кишечнике. Его внутренняя оболочка собрана в складки и покрыта ворсинками, которые, в свою очередь, ресничками, и если все это развернуть, то покроется площадь порядка 400 м². Пища медленно движется по кишечнику, и из нее усваиваются водорастворимые питательные вещества, прочие медленно поступают в толстую кишку. Она в 2,5 раза толще, стенки гладкие, и из нее усваивается только вода и немного микроэлементов. Когда воды не хватает, мы получаем запор. Каловые массы дольше находятся в кишечнике,

что приводит к накоплению вредных веществ и в дальнейшем к отравлению организма, а затем к болезням, вплоть до онкологии. В этом случае печень не справляется с возрастающим потоком ядов и газов, поступающих из толстой кишки, и это не считая отходов от работы клеток, которые несет кровь для детоксикации. Происходит отравление организма, точнее, самоотравление. При этом уменьшается полезная площадь работы кишечника, и уже хуже работают пищеварительная, иммунная и эндокринная системы, отравляются питательные вещества. Многие наши болезни — от прыщей до сахарного диабета — растут из кишечника. Вот поэтому **во всех мировых системах оздоровления лечение и профилактику болезней начинают с очищения кишечника, применяя клизмы и гидроколонотерапию.** Но лечить запор лекарствами малоэффективно, поскольку они отучают кишечник работать самостоятельно, и проблемы накапливаются, в том числе увеличивается количество принимаемых лекарств, и не только для борьбы с запорами. Клизмы и гидроколонотерапия работают только в толстом кишечнике, по факту не занимающемся пищеварением. Кроме того, такая процедура, как гидроколонотерапия, является опасной для здоровья. В Америке, где ее и придумали, сегодня она запрещена (кроме как перед операциями), в медицинских сообществах Европы тоже не приветствуется, и только в России ее предлагают почти во всех санаториях, а ведь потом так трудно восстанавливать микробиоту. **По данным японских ученых, это вообще невозможно, можно только поддерживать ее состав приемом специальных препаратов.**

Почистить кишечник, в том числе тонкий, наиболее эффективно, безопасно, дешево поможет минеральная вода «Стэлмас Mg». При этом очищение происходит естественным путем, и одновременно чистятся печень, почки, сосуды; понижаются давление, сахар, холестерин; вы худеете, нормализуется обмен веществ и укрепляется иммунитет, а это уже профилактика инфекционных заболеваний. В кишечнике питательные вещества более полноценно усваиваются клетками его стенок и поступают в кровь для дальнейшего путешествия по организму и выработки жизненной энергии.

Основные проблемы в кишечнике вызываются дефицитом воды, и с ними поможет справиться только вода. Например, при гастритах и язвах принимайте активные **BioVita** и **Svetla**.

Кровь

Далее все переработанные клетками стенок тонкого кишечника водорастворимые вещества поступают в кровь, которая на 94% состоит из воды. Это особая вода, организм дорожит ею, и, видимо, поэтому из крови при ее дефиците в организме забирается в последнюю очередь. При потере 8% воды из крови начинаются галлюцинации. Вода в крови меняется постепенно, можно сказать, по каплям, полностью — дважды за год.

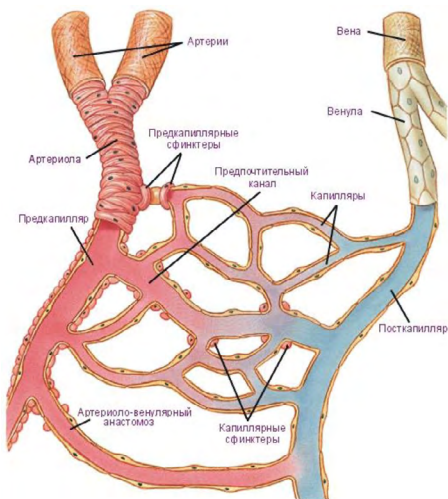
В организме человека от 4 л крови у женщин и до 6 л у мужчин. 55% — бледно-желтая жидкость (плазма) и 45% — красные и белые кровяные тельца.

Красные тельца — эритроциты — имеют дискообразную форму с ямочкой, наполнены гемоглобином и переносят кислород к клеткам для выработки энергии. Белые — лимфоциты, моноциты, нейтрофилы — находят и борются в крови с вирусами, микробами и другими вредными веществами, обеспечивая защиту организма от всего чужеродного и болезнетворного. У нейтрофилов есть еще одна, возможно, самая важная в организме функция, они из нейтрального кислорода O_2 производят активные формы кислорода (АФК). Это они, поступая в клетку, окисляют («сжигают») питательные вещества, в результате образуется энергия и в качестве побочных веществ CO_2 (углекислый газ, который мы выдыхаем) и H_2O (вода, до 1,5 л которой ежедневно вырабатывается из пищи и порядка 1,0 л которой уходит на дыхание). Эта реакция очень важна, поскольку АФК смогут присоединять сразу четыре атома водорода $H+$. Атомы $H+$ являются сверхактивными радикалами, которые приводят к окислению молекул клеток, значимых для их нормального метаболизма и функционирования. Это ведет к повреждению клеток, впоследствии к болезням и гибели клеток, а затем и к нарушению работы органов и систем организма. В нашем же случае с АФК мы получаем необходимую воду и дополнительную энергию.

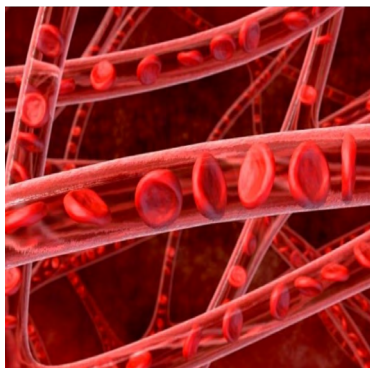
Проблем, возникающих в крови очень много. Остановлюсь на одной, самой распространенной и значимой, которая уже очень многих свела в могилу, и год от года таких людей будет все больше, если в ней не разобраться.

Загущение крови

Согласно медицине, это основная причина возникновения многих болезней: ведет к повышению давления, уровня холестерина, образованию бляшек, упадку сил, головным болям... Со всеми этими проблемами мы от-



КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА



правляемся в поликлинику, и нам советуют произвести разжижение крови и назначают аспирин, варфарин, у которых побочные эффекты — ухудшение работы печени, почек, обезвоживание организма. Но, позвольте, господа, загущение крови происходит в последнюю очередь и как раз из-за обезвоживания организма, а вначале вода забирается из клеток и из межклеточного пространства. Получается, к повышенному давлению мы добавляем себе еще болезни — печени, почек и др. — и усугубляем обезвоживание.

Порой в беседах мне удастся спросить врачей, зачем требуется разжижать кровь? И получаю ответ: «Чтобы она быстрее текла по сосудам, не образовывалось бляшек...». Увы, это не все и не совсем главное, и тогда мне приходится объяснять, что это не кровь, а активная вода доносит до наших клеток через стенки капилляров питание и что если воды в крови не хватает, они не получают питание, а мы — энергии жизни.

И, казалось бы, все очень просто: пей воду, и все будет хорошо. Но не все так просто. В нашей крови работает особая, активная, энергонасыщенная вода, только ей под силу проникнуть через мельчайшие отверстия в стенках капилляров и занести питание и АФК в межклеточное пространство, где им и воспользуются клетки, выработают энергию и вымоют в него же отработанные вещества. Туда же, в межклеточное пространство, вода приносит действующее вещество лекарственных препаратов и также вредные вещества (например, тяжелые металлы из-за плохой экологии). И если она затем не вынесет весь этот «мусор», то клетка начнет питаться с «помойки», заболеет и переродится в клетку меньшего размера, и мы получим меньше энергии, а еще хуже, если клетка переродится в онкологическую, тогда — беда, с которой медицина не всегда эффективно справляется.

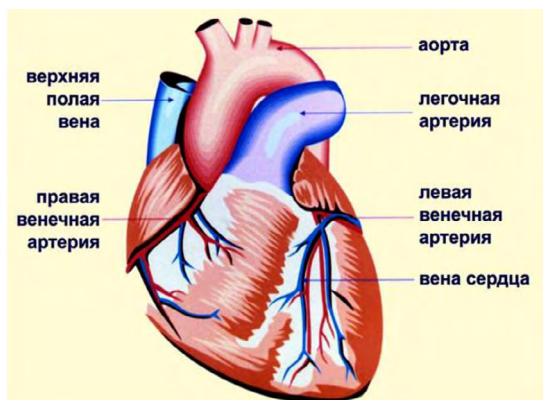
Вот поэтому моя рекомендация: начинайте утро с активных вод **Svetla** или **BioVita**. Посмотрите на сайте www.svetla.com, чем они отличаются от обычных вод. Вы получите и активную воду, и больше АФК, это позволит застраховаться от многих болезней, включая онкологию.

Кровь постоянно находится в кровеносных сосудах и в сердце. Посмотрите еще раз, сколько у нее функций. По-моему, это еще один наш незаменимый орган и уж никак не жидкость, как ее порой величают.

Кровеносные сосуды и сердце

Роль кровеносных сосудов в работе организма невозможно переоценить. От их эластичности, возможности в необходимый момент сужаться и расширяться зачастую зависит наша жизнь.

Сосуды диаметром до 2,5 см — артерии, которые постепенно сужаются до артериол диаметром ~1 мм. **Из артериол** выходят капилляры диаметром 5–7 мкм **с толщиной стенок всего в одну клетку**. Вот через эти стенки активная вода — ее энергонасыщенность должна быть >212 кДж/моль



(в обычной воде она равна 40 кДж/моль, а в напитках — 0 кДж/моль) — и проносит питательные вещества в межклеточное пространство. Затем артериальные капилляры, не прерываясь, переходят в венозные. А далее — в венулы и вены с постоянно увеличивающимся диаметром. Они приносят кровь к печени для детоксикации вредных веществ и к почкам

для фильтрации от вредных микрочастиц и неактивной воды с избыточным количеством заряженных положительно частиц водорода, которая быстро выводится с мочой.

Одной из основных проблем сердечно-сосудистой системы является повышенный уровень «плохого» (так говорят врачи) холестерина и его отложение на стенках сосудов. Это приводит к образованию тромбов и возможному отрыву тромба, ведущего к закупорке сосуда меньшего диаметра и порой к летальному исходу.

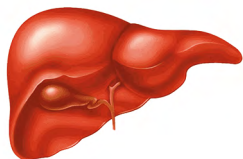
Основной причиной и здесь является обезвоживание организма и дефицит магния (Mg) и кремния (Si), которые при дефиците заменяются на кальций (Ca), и сосуды становятся твердыми. На кальциевые отложения оседает «плохой» холестерин, образуя холестериновые бляшки, развивается атеросклероз сосудов. Так вот «плохого» холестерина нет, этот спасающий многим жизнь холестерин вырабатывается печенью по требованию клеток при их обезвоживании. Помните, это они отдают до 66% воды, но они живые и умные, поэтому, чтобы выжить, замазывают отверстия в своих мембранах холестерином, забранным из крови, и тогда мозг по их требованию командует печени увеличить его выработку и направить в кровь, и чем больше обезвоживание, тем выше уровень холестерина. Это один из сигналов об обезвоживании. И высокий холестерин это не совсем плохо, ибо люди в этом случае, как показали наблюдения в США, живут дольше, чем те, у которых его мало. Не допустить этого и даже повернуть процесс вспять помогут воды «Стэлмас Mg», Sulinka, Mivela Mg, Miss Mineral Detox с большим содержанием Mg и Si. Они обратно заменят кальций на магний и кремний, вернув им эластичность и возможность сужаться и расширяться при нагрузках. **А минеральная активная вода Svetla, как показали исследования, помогает растворять тромбы.**

Кровеносная система пронизывает все наше тело, и ее протяженность составляет 100 тыс. км, можно 2,5 раза обернуть Землю по экватору. Задумайтесь, разве может ее прокачать наше сердце размером с кулак? Увы. А теперь взгляните на деревья высотой в десятки метров. В них тоже идет обмен веществ, растут плоды, и когда жарко и воды не хватает, устьица на листьях закрываются, и вода поднимается вверх, неся питание, а затем по

соседнему капилляру опускается вниз за новой порцией питания, и все это без всякого сердца. Здесь мы понимаем, что это работает вода, но точно так же она работает и в нашем организме: лимфатическая система работает без сердца. Сердце задает ритм, и когда организму труднее, оно стучит чаще. И вот кровь, забрав питательные вещества из кишечника, начинает путешествие по организму, и первая остановка — печень, далее сердце и легкие, где она забирает кислород и разносит все по организму.

И еще про воду. Подумайте, почему мы на 75% состоим из воды, в нашей коже порядка 3 млн дырочек, но она из нас не вытекает?

Печень



Это самая крупная железа в организме человека. Она вырабатывает новые химические вещества и нейтрализует яды и продукты обмена веществ. Одновременно является органом пищеварения, кровообращения и обмена веществ. Выполняет более 500 функций. В ней обезвреживается до 95% вредных веществ, образующихся во время пищеварения и оттекающих с кровью от кишечника. В печени вырабатывается желчь, без которой невозможно пищеварение. Она поступает в кишечник, и до 85% возвращается обратно в печень.

Желчь — густая, горькая, желтая жидкость с высоким уровнем pH — нейтрализует кислотность частично переваренной в желудке пищи. Поступает порциями, по мере поступления пищи из желудка. Увеличивает двигательную функцию кишечника, способствуя переработке и продвижению пищи.

Клетки печени специализируются на работе с протеинами, углеводами и жирами.

Протеины необходимы для восстановления и создания новых клеток организма, образования гормонов и энзимов. Протеины, полученные с пищей, забираются из потока крови, синтезируются энзимами печени и возвращаются в кровь уже в новой форме. Отработанные продукты в кровь не поступают.

Углеводы необходимы для выработки энергии. Состоят из трех атомов: углерода (C), водорода (H) и кислорода (O). Все имеются в сахаре, крахмале и воде! HCO_3 — гидрокарбонат — без него вода «мертвая», он активизирует воду. Печень играет существенную роль по преобразованию такого «топлива» в формы, усваиваемые организмом.

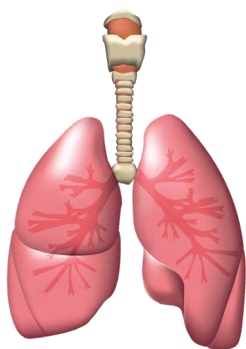
Жиры — печень перерабатывает их в формы, из которых можно «достроить» жировую ткань, которой впоследствии можно воспользоваться как средством для получения воды и энергии или болезней, к которым ведет ожирение.

Печень также является детоксикатором вредных веществ, поступающих с кровью от клеток после выработки энергии.

Основная проблема в работе печени — загрязнение и утрата функций. Вернуть работоспособность клеткам печени помогут лечебно-столовые воды «**Стэлмас Mg**» и **Miss Mineral Detox**, которые содержат большое

количество сульфата магния. Попадая в печень, он значительно увеличивает выработку печеночными клетками желчи, которая собирается в протоках и желчном пузыре. И когда через 15–20 минут после приема воды **«Стэлмас Mg»** вы что-то съедаете, желчь уже не каплями, а потоком устремляется в кишечник, очищая протоки печени от продуктов метаболизма и давая новую, а вернее, возвращая хорошо забытую старую жизнь клеткам печени и обновляя работу всего организма. При этом большое количество желчи выводится из организма при возникновении слабительного эффекта, и она обновляется, а новое всегда работает лучше. При несбалансированном питании, редком приеме пищи, обезвоживании многие получают «в награду» жировой гепатоз печени, ускоряющий старение организма. Справиться с ним помогает регулярный прием стакана **«Стэлмас Mg»** перед сном. Во сне вы не мешаете организму, а вода и магний убирают проблемы. А очищенная в печени кровь с переработанными питательными веществами отправляется дальше через сердце в легкие.

Легкие



Бронхолегочная система состоит из трахеобронхиальной системы и самого легкого. Они занимают большую часть грудной клетки. Правое легкое больше левого, поскольку в этой части груди находится сердце. Если очень образно представить, то оно похоже на перевернутое дерево, где бронхи разветвляются от большего к меньшему и заканчиваются воздушными мешочками — альвеолами, куда передается кислород из вдыхаемого воздуха. Только в альвеолах есть специальная система ферментов, которая связывает кислород с молекулой гемоглобина. И, соответственно, второе разветвление, подобное дереву, — это легочная артерия,

которая тоже делится на сеть мелких и на альвеолах образует сеть маленьких капилляров. И от легких кровь, обогащенная кислородом, понесется по всему нашему организму.

Отдельные молекулы нейтрального кислорода, их порядка 30%, после встречи в крови с нейтрофилами преобразуются в активные формы кислорода (АФК). В стрессовых ситуациях, к которым относятся большой спорт и различные заболевания, их образуется гораздо больше, до 90%. Они «приклеиваются» к красным кровяным тельцам (эритроцитам), в нужном месте забираются водой крови, переносятся в межклеточное пространство, поступают в клетку вместе с питанием, где и происходит выработка энергии, а на выходе мы получаем углекислый газ и воду, которые выводятся в межклеточное пространство, а далее в кровь и лимфу. Углекислый газ с венозной кровью возвращается в легкие и уходит из организма с выдохом.

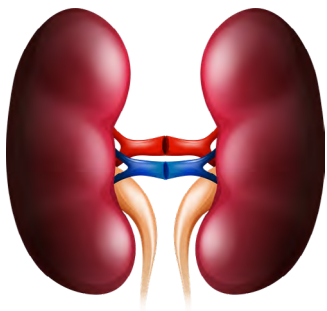
Основные проблемы в легких — это пневмония, бронхит, астма. Наиболее распространенной является астма. При этой болезни сужаются мышечные стенки бронхиол. Каковы могут быть причины?

Первое. Дышим сухим воздухом, стенки сосудов и альвеол постепенно подсыхают, сужаются, кислорода усваивается и поступает клеткам меньше. При этом все мы дышим одним воздухом, а у кого-то есть болезнь, у кого-то нет. Почему? И опять основная причина — обезвоживание. В обезвоженном организме в крови больных мало активной воды, которая питает и защищает клетки стенок сосудов, вот они и подсыхают. В данном случае организм выбрал слабым звеном легкие и при обезвоживании стал поставлять им воду по остаточному принципу.

И еще одна причина. У больных астмой в организме дефицит магния и кремния, а они отвечают за эластичность и возможность бронхов вовремя сужаться и расширяться. Поэтому когда Mg и Si **начинают поступать в организм в необходимых количествах, лучше с минеральной водой, ибо в ней они более активны и быстрее начинают работать, у больных начинают восстанавливаться ткани легких.** Быстро окажут помощь воды с магнием «**Стэлмаг Mg**», **Mivela Mg**, **Sulinka**, **Miss Mineral**. Ускорят процесс выздоровления активные воды **Svetla** и **BioVita**, они быстро уберут основную причину — обезвоживание. Могут помочь и другие воды с подобным составом.

Итак, клетки выработали энергию, отработанные вещества поступили в кровь, и мы уже знаем, что часть их отправится в печень на детоксикацию, часть — в почки на фильтрацию и в лимфатическую систему.

Почки



Зачем организму необходимы почки? Любой химический процесс в организме ведет к появлению в нем отходов, и если их не удалять, то они вызовут отравление. Удаление отходов происходит не только через пищеварительную, но и через мочевыделительную систему путем фильтрации венозной, забравшей отходы из межклеточного пространства крови.

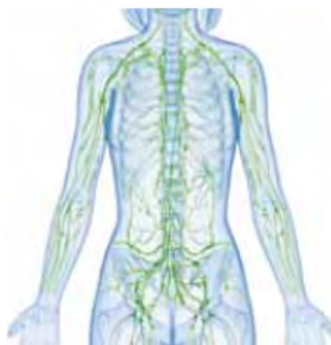
Почки содержат тысячи мельчайших фильтрующих элементов — нефронов. Каждый нефрон делится на две части — фильтрующую, или клубочек, и каналец, в котором из крови забирается вода с химическими веществами. Вода с продуктами отходов свободно проходит, а кровь течет дальше. После фильтрации отходов часть воды с полезными веществами возвращается в кровь, вредные всегда, когда воды хватает, вымываются в мочевой пузырь и выводятся.

Когда в организме всего хватает, то и он, и почки работают нормально. Проблемы начинают возникать при обезвоживании. В этом случае в работу вступает гипоталамус (участок мозга, регулирующий многие функции организма и в первую очередь постоянство состава внутренней среды). Он регистрирует уменьшение уровня воды в крови, выделяется антидиуретический гормон (АДГ), который уменьшает потерю воды через почки и мочевой пузырь. В работу включаются и надпочечники, выделяется гормон альдостерон, и уже больше воды и соли задерживается в почках. В результате в почках может появиться песок, и начнется процесс камнеобразования.

В дальнейшем сужаются кровеносные сосуды и повышается давление. В нашем организме все взаимосвязано. Выпейте активной воды **Svetla** или **BioVita** — гипоталамус быстро на них отреагирует, и начнется восстановление нормальной работы не только почек, но и всего организма. Энтропия (хаос) уйдет, начнется синхронная работа, и вернется здоровье. Как показывают наши наблюдения и исследования, синхронная работа организма начинает восстанавливаться уже через 1–2 минуты после выпитого стакана воды **Svetla** или **BioVita**. Процесс камнеобразования в почках не допустят минеральные воды с Mg и Si «**Стэлмас Mg**» и **Miss Mineral, Sulinka**, а такая вода, как «**Фьюджи**», поможет постепенно растворить камни без хирургического вмешательства.

И давайте коротко коснемся работы еще одной системы нашего организма, неразрывно связанной с функциями воды, — лимфатической системы.

Лимфатическая система



Она состоит из лимфатических сосудов, специализированных тканей лимфоузлов, вилочковой железы, селезенки и миндалевидных желез.

Лимфатические капилляры забирают отработавшую воду с отходами из межклеточного пространства. Вредные вещества, в том числе и бактерии, фильтруются и уничтожаются в лимфоузлах. Вода движется дальше вся в одном направлении к грудной клетке. Все лимфатические сосуды соединяются в два больших протока, которые впадают в безымянные вены возле сердца. **Вода возвращается в кровь!** И

медицину почему-то не удивляет работа лимфатической системы без насоса — сердца. По-моему, все же следует обратить внимание на работу воды в нашем организме. Чтобы понять, как это происходит, все же посмотрите ролик на сайте www.svetla.com или посмотрите на деревья, они же растут без насоса — в них работает вода.

Конечно, можно было бы разобрать работу и других, более сложных в понимании систем, но, по-моему, главное — понять, что в организме все взаимосвязано и без воды не происходит ни один процесс ни в одной системе и органе. А еще очень важно понять и запомнить, что вода вся разная и от ее качества, состава, жизненной энергии зависит ваше здоровье, а значит, и продолжительность комфортной жизни.

Всегда выбирайте лучшие воды, не экономьте на здоровье, лекарства обойдутся гораздо дороже, а процесс обмена веществ без воды невозможен, а вред может оказаться непоправимым, и тогда... тяжелые болезни и смерть.

И все же, почему же из нас вода не вытекает? Все сосуды и дырочки в нашем организме имеют различные диаметры, и для проникновения через каждое отверстие требуется совершить определенное усилие. Поэтому че-

рез кожу проходит пот — вода — только при выполнении определенной работы, т. е. дополнительной выработанной энергии, которая повышает температуру тела и выводится с водой. Энергонасыщенность этой воды 500 кДж/моль, в капиллярах, чтобы поступить в них, должна быть 212 кДж/моль.

Уверен, вы поняли, что для поддержания здоровой работы организма необходимо пить вовремя правильную воду.

Какую воду пить, когда и сколько, читайте в третьем разделе.

И все же в заключение еще раз акцентирую ваше внимание на том, что здоровье — самое ценное в жизни каждого человека. Вода — самый ценный продукт для здоровья.

Не экономьте на воде. Правильная вода поможет вам оставаться здоровыми и экономить на лекарствах и еде, при этом питаться более полезными и вкусными продуктами.

Делитесь полученной информацией, помогайте воплотить в жизнь девиз **«Здоров Я! Здоровая семья! Здоровая страна!»**.

Послушайте, как приятно звучит **«спасибо за здоровье»**. Вам обязательно это скажут ваши родственники, друзья и знакомые.

ИСПОЛНЯЕМ ЗАВЕТНУЮ МЕЧТУ

Мы все мечтаем жить долго, стареть медленно, болеть меньше. Оказывается, сегодня это возможно и в основном зависит от нас!

Чем мы готовы «пожертвовать» ради этого? На первый взгляд, глупый вопрос. Самое ценное для всех — здоровье, а жизнь бесценна, значит всем (имеется в виду, материальным)! Только когда дело доходит до конкретики, мы, убивающие каждый день массу времени на телевизор, интернет, а порой и пустые разговоры, не находим двух-пяти минут на здоровье.

Этих минут хватит на то, чтобы вовремя выпить необходимое количество правильной минеральной лечебно-столовой или активной воды.

ПОЧЕМУ ВОДА ТАК ВАЖНА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ?

Напомню, что за все время существования человечество придумало всего две теории возникновения жизни на Земле — **«божественную»** и **«эволюционную»**, и в обеих первую жизнь произвела Вода. Это она растворяет питательные вещества и через стенки артериальных капилляров вместе с кислородом доставляет их клеткам, а затем вымывает отходы, использованные лекарства, тяжелые металлы и другие вредные вещества. Она защищает клетки от токсинов и делится с ними энергией, тем самым продлевая их жизнь и нашу, соответственно, тоже. Без воды этот процесс невозможен! Чтобы не допустить обезвоживания, в организме в результате непрерывно протекающих биохимических процессов ежедневно вырабатывает ~1,5 л воды. Вода отвечает за чистоту организма, то есть за эндоэкологию.

Лед — вода — пар — вода — вечное движение, работа, энергия. Вода и есть **вечная энергия**, а появилась она задолго до Земли-матушки, и в космосе ее много, то есть **она живет вечно**. И чем больше фактов ученые узнают о воде, тем больше появляется новых вопросов и они все сложнее.

Получается, что, выпивая стакан правильной воды, мы вливаем в себя не только вечную энергию, но и немного вечной жизни. Насколько вода будет значима для нашего здоровья и долголетия, зависит от ее качества, состава, активности... Ведь она вся разная и постоянно меняется.

Многочисленные научные исследования, проводимые с давних времен, доказывают: старение начинается с возникновения в организме дефицитных состояний и уменьшения в связи с этим выработки жизненной энергии, что и укорачивает нашу жизнь, и это в первую очередь относится к Воде. Но есть и другие исследования в области курортологии, о которых сегодня, возможно, в угоду фармакологическим корпорациям, законом о рекламе запрещено информировать вас через **СМИ**. А эти исследования доказывают, что **у нашего организма есть значительные скрытые резервы и они могут быть задействованы, а пробуждают их правильные, вовремя выпитые минеральные лечебные и активные воды.**

Почему минеральные?

По исследованиям швейцарского профессора Джоан С. Дейвис, такая вода пролилась дождем сотни и тысячи лет назад. Она собрала энергию, информацию, химические элементы. Все это вкуче ускоряет переработку пищи в энергию в миллиарды раз и позволяет получать ее значительно больше из одних и тех же продуктов. А ведь и жизнь, и весь наш мир и есть энергия. Вода родила и поддерживает жизнь (без нее нет ни одной формы жизни).

А может, собрав воедино все данные и знания о воде, просто следует принять как аксиому, что **«Вода — наместник Бога на Земле»**.

Теории старения

Давайте рассмотрим, как можно без лекарств решать поставленные медицинской задачи по замедлению старения и продлению жизни, пробуждая и активируя заложенные в организме энергетические резервы минеральными лечебными и активными водами.

За время существования медицина собрала много теорий, объясняющих возникновение и развитие процессов старения в нашем организме. Каждая возникающая в свое время теория подразумевала, что решение поставленных ею задач продлит нашу жизнь и замедлит старение. Как медицина пыталась и пытается сегодня решить эти задачи? Правильно, преимущественно лекарствами, которых разрабатывается и выпускается все больше и больше. Однако у лекарственных препаратов противопоказаний в десятки раз больше, чем показаний к их приему. Соответственно, увеличивается риск возникновения новых и все более серьезных болезней, и сегодня от приема лекарств ежегодно уже умирает 1% населения Земли. И еще очень важно, что лекарства, а порой и БАДы отучают организм сопротивляться и работать самостоятельно, самому производить необходимые вещества и энергию. И здесь следует вспомнить, что дольше всех жили Адам и Ева, более 800 лет, а Мафусаил прожил 969 лет, а тогда лекарств не было.



Современная медицина утверждает, что старение начинается в кишечнике. С возрастом микрофлора кишечника меняется, уменьшается количество полезных лакто- и бифидобактерий, которые помогают выработке витаминов и которые вместе с химическими элементами ускоряют переработку пищи в энергию в миллиарды раз, и без них не только не замедлить старение, но и полноценно жить невозможно. При этом растет вредная, патогенная и условно-патогенная микрофлора. В результате пищеварение нарушается, что вызывает проблемы во всем организме, развиваются болезни и ускоряется старение. Работа над решением задачи ведется во всем мире в основном медикаментозно и малоэффективно.

В США придумали пересаживать микробиоту кишечника от молодых к пожилым и процедуру поставили на поток. Процедура долгая, дорогая, неприятная, но вроде помогает, и люди стоят в очередях. Правда, есть и первые погибшие.



Компания «Стэлмас-Д» нашла более простой, дешевый, безопасный и наиболее эффективный способ решения этой задачи. Были проведены исследования по влиянию минеральной лечебно-столовой воды «**Стэлмас Mg**» на кишечную микрофлору у возрастных пациентов 60+, страдающих заболеваниями кишечника, с запорами. В данном исследовании принимали участие более 60 человек. Отмечено, что у пациентов, принимавших курсом лечебно-столовую воду «**Стэлмас Mg**» с активной водой **BioVita**, восстановился уровень лактобактерий и увеличилось количество бифидобактерий, при этом значительно уменьшился рост патогенной

и условно-патогенной микрофлоры. А это значит, уже сделан первый шаг к замедлению старения. При этом полезная кишечная микрофлора, участвующая в процессах пищеварения, синтезе витаминов и аминокислот, оказывает регуляторное влияние на иммунитет слизистых оболочек кишечника и, соответственно, на иммунитет организма в целом. Химические элементы минеральной воды «**Стэлмас Mg**» помогают извлечь из пищи больше витаминов и уже вместе с ними ускоряют процесс переваривания пищи в энергию. Энергии вырабатывается больше, а она и обеспечивает нашу жизнь без болезней, замедляя старение. При курсовом приеме эффект сохраняется до шести месяцев.

Посмотрите уникальный состав: это самые дефицитные, жизненно необходимые макро- и микроэлементы в значимом для организма количестве — магний (Mg), кальций (Ca), натрий (Na), кремний (Si), йод (I), сера (S), гидрокарбонат (HCO_3), сульфаты (SO_4) и другие.

С возрастом в организме уменьшается выработка гормонов, которые регулируют все процессы в организме, и эта гормональная недостаточность тоже ведет к старению.

Эндокринная система для многих ограничивается знаниями о щитовидной железе, поджелудочной железе, надпочечниках, яичниках.... Мало кто знает, что до 80% всех пищеварительных гормонов вырабатываются в слизистой тонкого кишечника. И насколько кишечник здоров — настолько полноценно и вовремя вырабатываются в нем гормоны!

Что в таком случае делает врач? Подбирает и назначает заместительные гормональные препараты, которые отучают организм вырабатывать собственные гормоны, при том не только те, которые мы заменяем лекарственным препаратом, но и другие, ведь в организме все взаимосвязано.

Задачу можно решить гораздо проще и эффективнее.

Многочисленные исследования с минеральными водами «**Стэлмас Mg**» и **Sulinka** показали, что они значительно увеличивают выработку в желудке и кишечнике собственных пищеварительных гормонов и ферментов, которые ускоряют и увеличивают производство других гормонов в организме. Это способствует улучшению усвоения питательных веществ и увеличению выработки энергии, что и необходимо организму.

Многие болезни, ускоряющие старение, зарождаются в кишечнике, и поэтому лечение и профилактику болезней, а значит и замедление старения, во всех мировых системах оздоровления начинают с его очищения.

С возрастом в организме нарушается баланс между количеством шлаков и токсинов, поступивших извне и образовавшихся в процессе жизнедеятельности организма, и количеством выведенных шлаков.

Природой нашему организму дана способность к самоочищению. То есть все, что попадает в него извне, проходит тщательную обработку, а отходы жизнедеятельности нейтрализуются и удаляются. Для поддержания этого баланса у нас имеются органы выведения, и основными из них являются: ЖКТ (кишечник, печень), мочевыделительная система, система дыхания и кожа. Постепенно накапливаясь, шлаки и токсины приводят к самоотравлению организма, что способствует недомоганию и плохому самочувствию, а в дальнейшем к развитию многих патологических состояний и заболеваний. Поэтому все, что способно улучшить работу перечисленных органов, повышает способность организма к самоочищению и, соответственно, сохранению здоровья и молодости.

Для нормальной жизнедеятельности организму необходим пластический и энергетический материал. Эти вещества поступают в организм с пищей. Но только минеральные вещества, вода и витамины усваиваются человеком в том виде, в котором они находятся в пище. Белки, жиры и углеводы попадают в организм в виде сложных комплексов, и, для того чтобы всосаться и усвоиться, требуется сложная физическая и химическая переработка пищи. Для этой цели и служит система пищеварения. Процессы пищеварения идут последовательно во всех отделах пищеварительного тракта, начиная с полости рта, что обеспечивается регуляторными механизмами различного уровня.

Большинство именно желудок ошибочно считают основным пищеварительным органом. Желудок — это своеобразный склад пищи, где происходит ее механическая и кислотная обработка. Через желудок усваивается чуть более 5% переработанной пищи.

В кишечнике (преимущественно в его тонком отделе) происходят основные процессы расщепления и всасывания около 95% питательных веществ, вырабатывается большое количество гормонов, которые регулируют не только процесс пищеварения, но и работу всего организма в целом.

В толстом кишечнике заканчиваются процессы переваривания при участии микроорганизмов, населяющих наш кишечник. Происходит всасывание воды, формирование каловых масс и их эвакуация. При малейшем сбое на каком-то из этапов этого сложного процесса нарушается работа не только пищеварительной системы, но и организма в целом.

Информация для размышления! Для полноценного акта пищеварения у человека в сутки вырабатывается 0,5–2 л слюны, около 2–2,5 л желудочного сока, 1,5–2 л панкреатического сока, 0,5–1,5 л желчи и до 2–3 л кишечного сока. Что происходит, если мы «хронически» не пьем воду? Ее не хватает ни в ЖКТ (и это приводит к нарушению работы), ни в других органах и системах, откуда организм будет забирать воду, чтобы хоть как-то обеспечить более или менее приличное пищеварение... В результате всем плохо.

Основные процессы пищеварения происходят в полости тонкого кишечника (полостное) и на слизистых оболочках (пристеночное, или мембранное). Тонкий кишечник имеет длину около 10 м, его общая поверхность в 3 раза больше наружной поверхности тела за счет складок, ворсинок, микроворсинок. Каждая ворсинка — это отдельный микроорган, всегда готовый к усвоению питательных веществ. Поэтому основные процессы всасывания происходят именно здесь. На внутренней поверхности тонкого кишечника находится множество рецепторов, отвечающих за синтез огромного количества гормонов и ферментов. Кишечник — наш основной пищеварительный, эндокринный и иммунный орган, в котором на наше здоровье трудятся 50 трлн микроорганизмов. В норме пища проходит это расстояние примерно за 4–16 часов. Минеральная вода **«Стэлмас Mg»** преодолевает это расстояние за считанные минуты, контактирует со слизистой пищеварительного тракта и оказывает модифицирующее влияние на активность всех внутренних органов. Внутренний прием минеральной воды вызывает в организме различные приспособительные и адаптивные реакции. На все подобные реакции необходима дополнительная энергия, которую организм выделяет из эндогенных (внутренних) источников. Вода **«Стэлмас Mg»** — основная и уникальная компонента для активизации этих энергетических процессов!

Как было упомянуто ранее, организм человека постоянно подвергается воздействию вредных факторов, в том числе и через ЖКТ. При оптимальных условиях организм поддерживает баланс между процессом поступления и процессом выведения. Вредные вещества, назовем их токсинами, постепенно накапливаются в кишечнике и приводят к развитию различных вялотекущих и хронических заболеваний. Между ворсинками собираются слизь, токсины, которые отравляют питательные вещества, всасывание которых происходит на слизистых оболочках. Далее они поступают в печень. Чем больше на нее нагрузка, тем хуже она справляется со своими функциями, в первую очередь с детоксикацией, усугубляя имеющуюся ситуацию. Таким образом, из кишечника растут многие болезни, от прыщей до сахарного диабета и онкологии, ускоряются процессы старения.

Быстро, безопасно и доступно почистить кишечник поможет минеральная лечебно-столовая вода **«Стэлмас Mg»**: выпейте ее за 15–20 минут до еды, а через 2 и 3 часа после еды — стакан активной воды **BioVita**. При курсовом приеме вы одновременно очистите печень, почки, сосуды; понизите давление, сахар, холестерин; проведете профилактику и окажете помощь в лечении болезней вплоть до онкологии, укрепите иммунитет (профилактика ОРЗ и ОРВИ), нормализуете обмен веществ (проведены исследования, прочтите книгу «Азбука семейного здоровья»), и это тоже поможет замедлить старение.

И все же наша жизнь, болезни и старение начинаются с клетки, и, пролив ее жизнь, мы продлим свою. Наш организм состоит из десятков триллионов клеток, которые вырабатывают энергию, а энергия и есть жизнь. Нобелевский лауреат Алексис Каррель утверждает, что **процессом вырождения подвержена лишь жидкость, в которой клетки плавают**. То есть, если обеспечить им условия, они могут жить и вырабатывать энергию «вечно», и уже найдены клетки возрастом 3 млн лет.

Клетки живут в межклеточном пространстве (МП), куда через стенки капилляров вода доносит им питание и кислород (слайды 5, 6). Все отходы жизнедеятельности из клетки выводятся туда же, в межклеточное пространство. Также сюда попадают и вредные вещества из окружающей среды, лекарства, а также возвращается все то, что не переработано печенью и лимфатической системой и не отфильтровано почками. Нобелевский лауреат И.И. Мечников доказал, что скорость выведения токсинов из межклеточного пространства меньше, чем скорость их накопления, и это ведет к отравлению, болезням и старению. Со временем МП все более загрязняется, клетки вырабатывают меньше энергии, обеспечивая ею только себя (на это уходит 60% вырабатываемой энергии). При дефиците энергии в 30% нам посылается сигнал — недомогание, не торопитесь принимать лекарства, начните пить воды **Svetla** и **BioVita**, они могут помочь без них. Если дефицит составляет 50%, то возникает болевой сигнал. Перед приемом лекарства за 0,5 часа выпейте стакан **Svetla**, а через 2 и 3 часа стакан **«BioVita»**. Принятый перед сном стакан **«Стэлмас Mg»** поможет печени справиться с возложенной на нее функцией детоксикации и очиститься самой. Данные воды помогут ускорить лечение, повысят эффективность проводимой терапии и нивелировать многие побочные эффекты от лекарств.

Питаясь с «помойки», клетки отравляются, болеют, погибают или могут переродиться в онкологические, а это грозит возникновением самой опасной болезни современности — рака. И снова помогут воды компании «Стэлмас-Д», теперь уже активные — **Svetla** и **BioVita**.

Профилактика онкологии и помощь в ее лечении

В онкологии есть К-коэффициент злокачественности, пограничное значение которого равно 1,4. Превышение этого порога указывает на возможность возникновения опухоли. Исследования показали, что курсовой прием в течение месяца вод **Svetla** (0,5 л в день, три приема за полчаса до еды) и **BioVita** (по стакану через 2 и 3 часа после еды, ~1,5 л) снижал показатели этого К-коэффициента с 3,31 (max у обследуемых) до 1,14. Т. е. риск возникновения опухоли исчезал. (см. слайд 1).

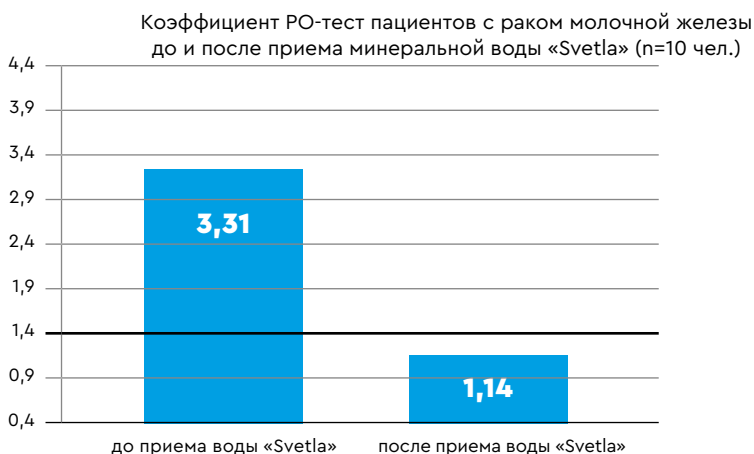
Исследования при раке молочной железы показали возможность прохождения химио- и лучевой терапии с минимумом побочных для здоровья эффектов.

Исследования проведены в Самарском онкологическом диспансере. В контрольной группе (30 чел.), где пациенты не принимали воду, все прошло обычным образом: выпадение волос, язвенные поражения, ухудшение показателей крови, что требовало дополнительной длительной подготовки

к следующей процедуре, две женщины умерли. В опытной группе (60 чел.), где противоопухолевое лечение сопровождалось приемом комплекса вод **Svetla** и **BioVita** по схеме, будто химии и облучения не было. Со слов докторов, сразу можно было начинать следующий курс лечения. На предложения продолжить исследования на других видах рака врачи ответили, что в этом нет необходимости, т.к. **Svetla** доходит до каждой клеточки организма, помогая в лечении. Этим **женщинам мы смогли не только продлить жизнь, но и улучшить качество жизни!**

Исследования в Москве показали, что при курсовом приеме три недели **Svetla** и **BioVita мастопатия исчезает**, не оставляя шансов появления онкологии и других болезней.

(График. Показатели РО-теста у пациентов в процессе лечения)



см. слайд 1

По своим физическим параметрам **Svetla** и **BioVita** близки к воде организма. Вода в капиллярах крови должна отвечать 12 параметрам, и ее организму приходится «готовить» — подзаряжать, ощелачивать, увеличивать текучесть, структурировать, энергонасыщать. И если вода в межклеточном пространстве должна меняться за 5–7 дней, полностью в организме — за 29–30 дней, то вода в крови меняется постепенно дважды за год, организм ее бережет.

Исследованиями на клеточном уровне и под темнопольным микроскопом (см. www.водыздоровья.рф) доказано, что воды **Svetla** и **BioVita** быстро разжижают и активируют кровь, увеличивая текучесть, постепенно сжигают вредные вещества и остатки лекарств, увеличивают антивирусную защиту, укрепляют иммунитет, увеличивая в результате выработку энергии. **Подзаряжаются эритроциты**, они разлипаются и переносят больше кислорода и питательных веществ. **Лимфоциты** укрепляют иммунитет и значительно быстрее справляются с возникающими проблемами, а если заболевание все же возникло, то выздоровление наступит на 30–40% быстрее. Значи-

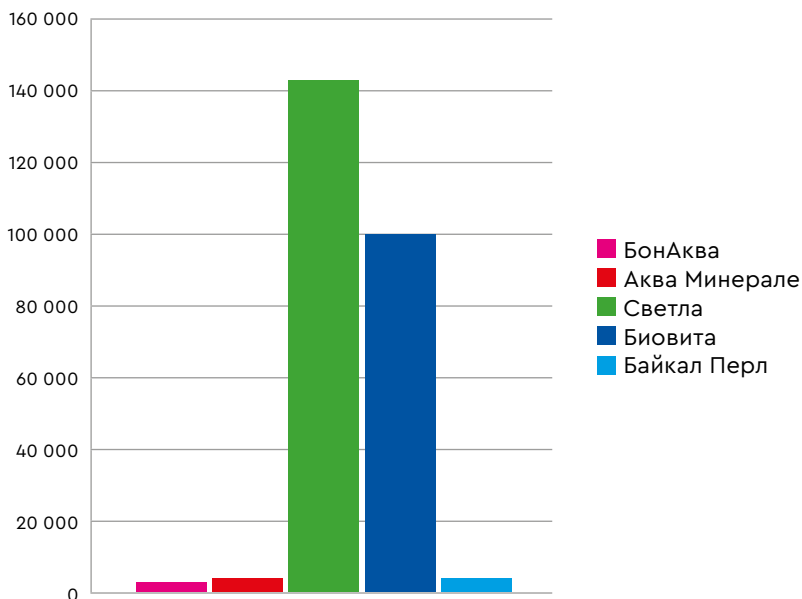
тельно быстрее вымываются отходы из межклеточного пространства (см. слайды 5–6). При курсовом приеме вы не просто замедлите старение, но и омолодите организм. **Последние мировые открытия в области медицины помогают доказать эффективность активных вод компании «Стэлмас-Д» в замедлении старения и продлении жизни.**

Многие слышали про теломеры и теломеразу, находящиеся в ядре клетки. В клеточном ядре находится все самое ценное, неизменное и неприкосновенное. С укорочением теломер сокращается жизнь клеток и, следовательно, наша. Вспомним выражение А. Карреля «процессам вырождения подвержена лишь жидкость, в которой клетки плавают» и применим его к ядру клетки — все те же процессы с выработкой энергии и очищением. В итоге, как всем известно, в чистоте все живет и служит дольше. Чем дальше в клетку, тем тщательнее отбор воды. Чем активнее вода, тем проще ей выполнить работу по очищению ядра клетки и продлению ее жизни.

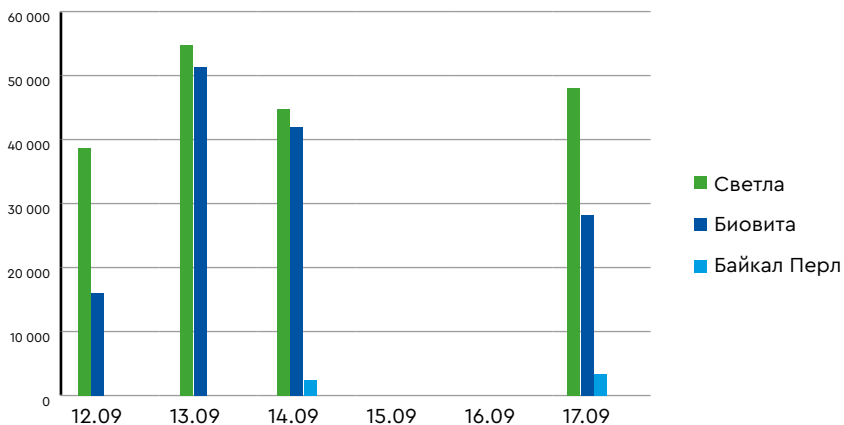
Давайте посмотрим, чем активные воды отличаются от обычной воды.

Это исследования МГУ, из которых видно, что активность вод **Svetla** и **BioVita** в 3–4 тыс. раз выше, чем у вод «БонАква», «АкваМинерале», «Байкальской» и других, пропущенных через фильтр обратного осмоса.

(см. слайд 2, слайд 3).



(слайд 2) 11.09.18. (1 день измерения) ХЛ вод: (1) «БонАква», (2) «АкваМинерале», (3) Svetla, (4) BioVita, (5) «Байкал Перл»



(слайд 3) 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 трех параллельных измерений для каждой из вод.



слайд 4

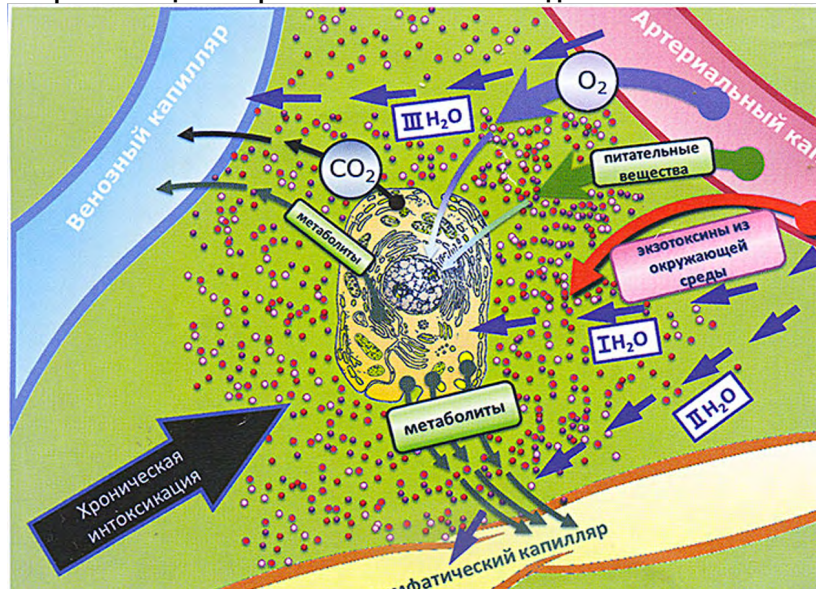
Следует знать, что вода — это не жидкость без цвета, вкуса и запаха, как когда-то учили нас в школе. Вода — это непрерывное движение, процесс.

В ней постоянно и очень быстро происходят процессы диссоциации (распада), когда H_2O распадается на водород H^+ и гидроксильную группу OH^- , и процессы ассоциации (объединения), когда составные продукты H^+ и OH^- образуют воду. Во время этих рекомбинантных процессов высвобождается энергия. В водах **Svetla** и **BioVita** эти процессы идут в тысячи раз быстрее (слайд. 7). Следовательно, энергетические возможности этих вод значительно выше!

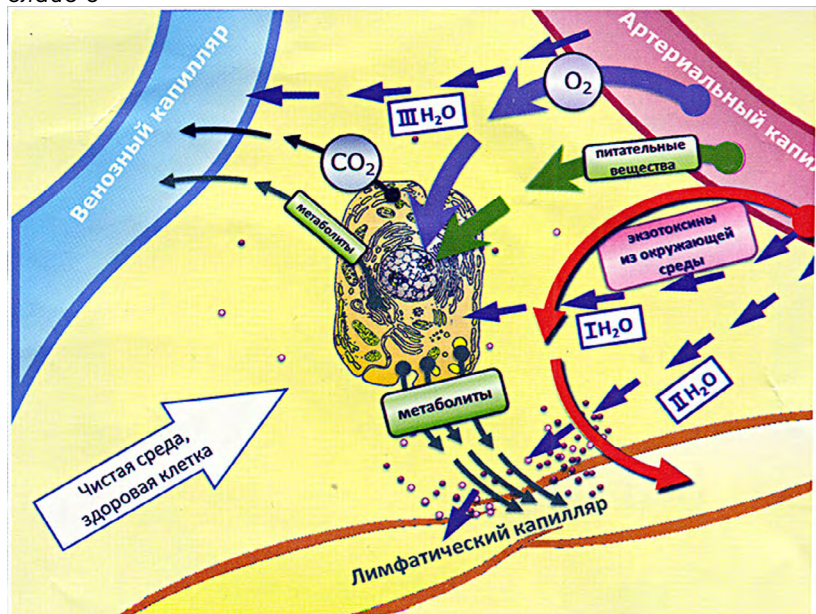
Посмотрите, как это отличие выглядит на съемке на сайте www.svetla.ru. Ролик «Эксперимент с красителями» <https://yadi.sk/i/SeaKwyuqh2sX4> или на слайде №4.

Здесь вы видите процесс, в котором **Svetla** быстро растворяет, исключает/сжигает и выводит из себя инородные вредные вещества (работает вода исключения $EZ H_3O_2^-$). Подобное происходит и в организме, ускоряется процесс получения энергии и очищения организма от токсинов (слайды 5, 6).

Энергонасыщение организма активными водами Svetla и BioVita



слайд 5



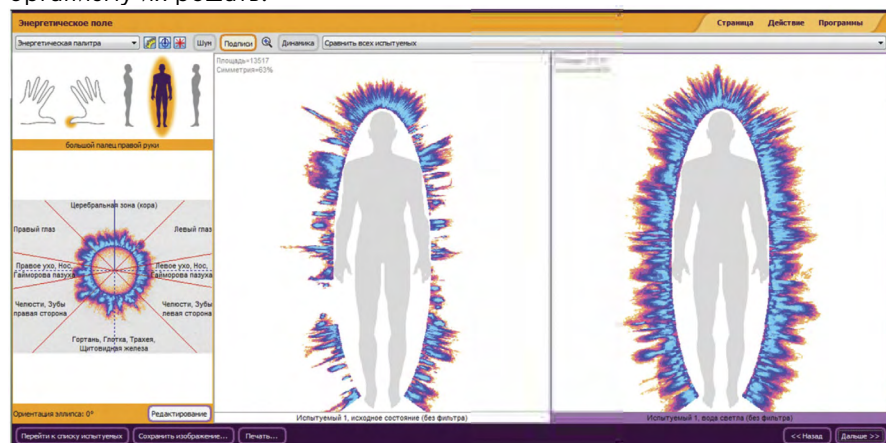
слайд 6

Мы давно изучаем и наблюдаем за возможностями улучшить работу организма с помощью воды на приборе ГРВ (газоразрядный визуализатор

К.Г. Короткова), который используется во многих странах мира. Принцип его работы основан на эффекте Кирлиана и мощности энергопоток (китайская медицина). Обращает на себя внимание тот факт, что прием обычной воды увеличивает энергопоток и синхронизацию в работе органов и систем минимально и на короткий период времени (15–20 минут). А при приеме активной воды **Svetla** или **BioVita** максимальный эффект наступает уже через 1 минуту и сохраняется до 4 часов. В результате курсового приема эффект сохраняется до шести месяцев. Достаточно выпивать 0,5 л **Svetla** в день за полчаса до еды и **BioVita** 1,5 л в день по стакану через 2 и 3 часа после еды.

Объяснение этому получено недавно. В 2019 году медицина установила, что в организме есть запасы активной воды (H_3 — неприкосновенные запасы, такие же, как витаминов и химических элементов) — воды исключения $H_3O_2^-$ (заряженной отрицательно). Это самый ценный продукт для здоровья, ведь ее дефицит в 2% ухудшает работу мозга, а далее наступают болезни и старение.

Когда мы пьем активные воды **Svetla** и **BioVita**, мозг быстро получает сигнал о возможности замены H_3 и разрешает пользоваться ими, с первых секунд увеличивая выработку энергии, производя синхронизацию (слайд 8) и нормализацию в работе органов и систем по всему организму. Это объясняет такую сверхбыструю реакцию на активную воду. Больше энергии — дольше жизнь. **Svetla** и **BioVita** производят перераспределение энергии, как китайский врач иглоками, только с максимально возможной скоростью и эффективностью, ведь здесь работает лучший врач — наш мозг, он знает все о наших проблемах и максимально быстро помогает организму их решать.

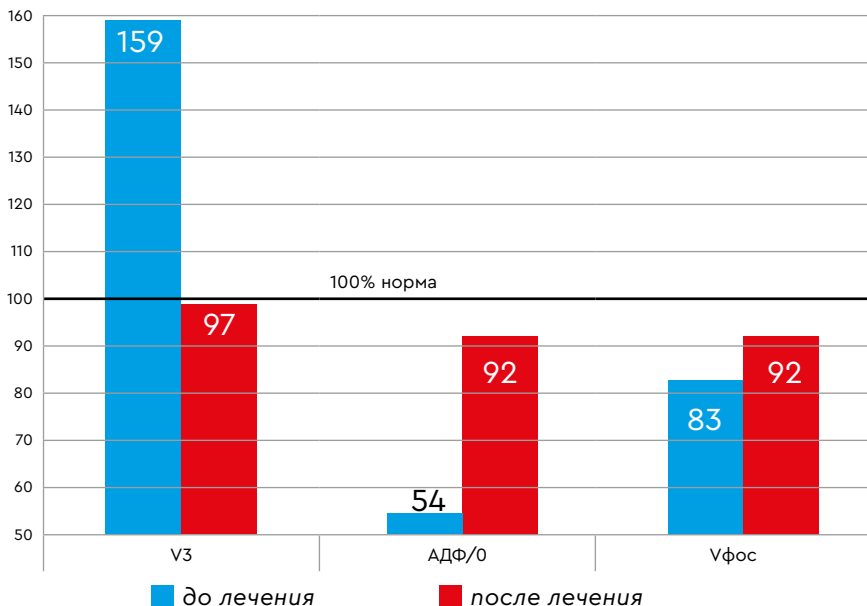


слайд 7

С возрастом у каждого из нас появляются болезни. Это организм посылает нам сигналы о дефицитных состояниях в данных органах и системах. Принимаемые лекарства перераспределяют энергопоток, забирая энергию у одних и передавая другим органам, их легко определить по

противопоказаниям. Исследования с водой Svetla показали, что она без лекарства производит синхронизацию окислительного и энергетического обмена. Таким образом, оказывается помощь в лечении и одновременно профилактика болезней (слайд 8), в том числе онкологических.

Показатели синхронизациоокислительного и энергетического обмена до и после приёма активированной фуллеренами воды Svetla



слайд 8

АФК продлевают жизнь

Еще одно открытие в области причин старения получено летом 2019 года. Было опубликовано исследование из США о том, что старение ускоряется из-за того, что с возрастом (после 40 лет) в организме вырабатывается все меньше активных форм кислорода (АФК), уменьшается стрессоустойчивость, теряется энергетика и ускоряется старение. Возник вопрос, как помочь организму увеличить выработку АФК. Ответ дали наши исследования в Московском государственном университете им. М.В. Ломоносова еще до возникновения этой новой теории старения.

Оказалось, что добавление в кровь всего 1% воды Svetla, активированной фуллеренами, увеличивает выработку АФК в крови в 3,5 раза. Дальнейшее изучение эффектов Svetla (на уровне клетки и на уровне всего организма) доказало, что она ускоряет и увеличивает выработку энергии на 30–33%.

Вы просто начинаете пить воду Svetla, а в результате получаете на треть больше энергии. 20% этой энергии поступит в мозг, он начнет эффективнее работать, улучшаются умственные возможности, память, реакции,

регулируются обменные процессы в организме, ускоряется выздоровление, омолаживается организм, замедляется старение и продлевается жизнь!

Для выработки энергии жизни организму нужна еда и вода. Вода растворяет питательные вещества и доносит их до клетки, а затем вымывает отходы. Но без еды мы можем прожить до 40 дней, а без воды только 5–7, значит **вода важнее, чем еда**, и она самостоятельно вырабатывает в нас чистую энергию жизни. Но вода вся разная. Кипяченые и фильтрованные воды забирают у организма энергию, полученную из пищи. Минеральная, а еще лучше активная вода, наоборот, делится энергией. И вот этого медицина сегодня не знает и не учитывает. В итоге подавляющее число людей (> 90%) пьют воды фильтрованные, очищенные, кипяченые. Эти воды убиты, и для работы в организме их необходимо подзаряжать, активизировать, увеличивать кислотность. Организм, подводя все показатели к параметрам воды, работающей в нем, затрачивает на это энергию и время. При этом возникают дефицитные состояния химических элементов и витаминов. Организм начинает запасать энергию в жирах, провоцируя метаболический синдром и другие болезни.

Этого легко можно избежать, начав пить минеральные активные воды, которые добавляют организму энергии. Лучшие среди них **активная вода BioVita**, участвующая во всех исследованиях по реабилитации здоровья и замедления старения, и **единственная в мире активированная самыми мощными антиоксидантами — фуллеренами — вода Svetla**, продлившая в экспериментах жизнь опытной группы крыс более чем в 2 раза с замедлением старения. Больше такого никогда ни с одним продуктом не было. Контрольная группа, в переводе на человеческий возраст, прожила 60 лет, а опытная — более 130 лет, и было отмечено замедление старения. Это при том, что после смерти первой крысы в контрольной группе в возрасте 51 года крысам опытной группы перестали давать продукты с фуллереном. Сколько бы они прожили еще, получая фуллерены? Три жизни, четыре?

Учеными отмечено, что гидратированный фуллерен в воде работает в тысячи раз быстрее и эффективнее, чем фуллерен в других продуктах. Он ускоряет и увеличивает выработку энергии в клетках. Эти исследования проведены в 2002 году в Москве, 2011–2012 годах в Париже и снова в Москве, в 2014–2015 годах. И везде получены великолепные и неожиданные для медицины результаты.

Как работают Svetla и BioVita в организме

В 2019 году ученые обнаружили в организме запасы воды, которая обволакивала каждую клеточку, выстилала сосуды, а еще раньше в исследованиях ее обнаружил проф. Дж. Поллак и назвал ее четвертой фазой воды (водой исключения EZ), и ее формула не H_2O , а $H_3O_2^-$, то есть она имеет лишний электрон, заряжена отрицательно, как и наши клетки, и организм в целом, и наша Земля. Замерзает она при более низких отрицательных температурах. Она образуется возле гидрофильных смачиваемых поверхностей, какой и является наш организм. Эта вода исключает из себя все примеси (см. слайд 4). При попадании в организм такая вода быстро разжижает и активизирует кровь,

увеличивает энергетику и защиту организма и каждой его клеточки, обволакивая и не пропуская в нее токсичные вещества. Вокруг воды исключения формируется слой положительно заряженной воды, и они вместе (+ и -) образуют батарейку, которая при дефиците энергии в клетке делится с ней зарядом, увеличивая энергетику.

Напомню, лучшие по исследованиям воды **BioVita** и **Svetla**. Более активная и значимая для организма — **Svetla**, поскольку в ней на выработку энергии дополнительно работают гидратированные фуллерены, вокруг которых также образуется слой воды исключения $H_3O_2^-$ и H_3O , заряженной положительно, то есть образуется батарейка. Слой воды вокруг фуллерена в 200 раз больше, чем сам фуллерен, и работает, как антиоксидант, самый мощный, «умный» и длительно работающий в организме. В этих слоях разной плотности между собой нейтрализуются свободные радикалы (слайд 10). Как правило, с возрастом антиоксидантов становится все меньше, их в организме не хватает. Организм для обезвреживания свободных радикалов начинает расходовать имеющиеся в запасе витамины и микроэлементы. Они становятся дефицитными, нарушается обмен веществ, вырабатывается меньше энергии, появляются болезни и ускоряется старение...

Гидратированные фуллерены в воде Svetla обволакиваются водой исключения, образуя множество водных «шариков», которые, путешествуя по организму, исключают (сжигают) токсины, их становится гораздо меньше,

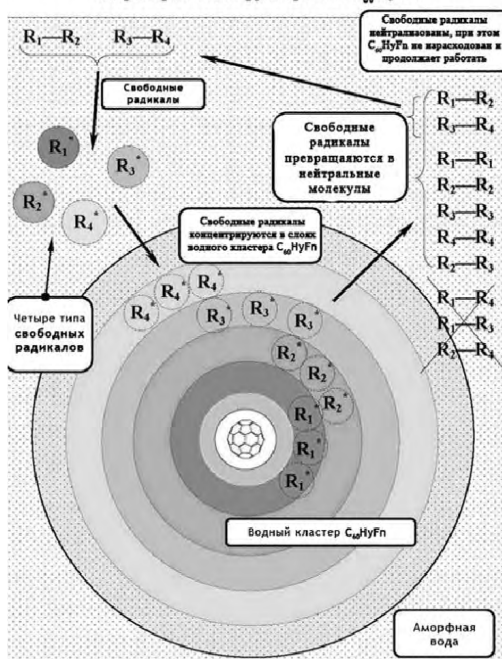
а мы вместо болезней получаем дополнительную энергию. Если вы помните фантастические книги и фильмы о микророботах для оздоровления организма, то уверен, что меня поймете: эти «шарики» и есть микророботы, помогающие восстанавливать здоровье, они дожигают токсины, которые измельчаются, и их становится легче вымывать из межклеточного пространства и организма. И вот на этом этапе подключается активная вода **BioVita**. При приеме активной воды это происходит максимально быстро.

А командует ими наш лучший врач — мозг.

слайд 10

Одновременно «шарики» собирают и нейтрализуют в своих слоях свободные радикалы (см. слайд 10).

Нейтрализация свободных радикалов воздействием водного кластера, организованного гидратированным фуллереном $C_{60}H_{u}F_n$



И если в обычном режиме при нейтрализации свободного радикала антиоксидантом мы ничего не получаем, то здесь свободные радикалы объединяются между собой, вырабатывается дополнительная энергия и экономятся природные антиоксиданты (витамины и микроэлементы), которые выполняют возложенную на них работу и тоже примут участие в производстве энергии.

И вот «шарики» очистили межклеточное пространство и передали заряд большим клеткам, например клеткам крови эритроцитам. Слипшиеся в столбики, получив заряд, они разлипаются, активируются и даже эхиноциты (умирающие эритроциты) активируются и начинают переносить больше кислорода, при этом больше энергии вырабатывается во всем организме, выздоровление ускоряется на 30-40%, болезни не допускаются, старение замедляется.

АФК борются со стрессами и добавляют энергии жизни

Как уже обсуждалось ранее, с возрастом снижается содержание АФК в организме. При этом из одной молекулы АТФ энергии вырабатывается в 8-10 раз больше, чем из молекулы АТФ, получаемой организмом в результате метаболических процессов, да и времени на ее получение затрачивается в разы больше. По данным медицины, увеличение выработки АФК в 3 раза необходимо при стрессах, болезнях и занятиях спортом. Длительно существующие стрессы приводят к развитию многих заболеваний, а они, в свою очередь, тоже стресс для организма, так формируется порочный круг. А как же разорвать этот порочный круг, не болеть, не стрессовать и при этом повышать уровень АФК? Занятия спортом — отличный способ, на который, к сожалению, у нас не всегда хватает времени. И вот тут на помощь приходит вода, активированная фуллеренами, **Svetla**. Исследования показали, что добавление в кровь всего 1% воды **Svetla** в 3,5 раза увеличивает выработку АФК. Другие исследования показали, что прием 0,5 л в день воды **Svetla**, 0,5-1,0 л **«Стэлмас Mg»** и 1,5 л **BioVita** помогает как в профилактике, так и в лечении болезней, вплоть до онкологии, проводя полную реабилитацию здоровья. Старение замедляется, жить будете дольше, болеть меньше. Исследования уже проведены! Все люди, принимавшие в них участие, включая 50 изначально скептически настроенных врачей, были в восторге от полученных результатов оздоровления. Такого улучшения здоровья они не ожидали. **И было отмечено, что люди с изначально худшими параметрами здоровья получили наиболее эффективное оздоровление.** В санатории им. Сеченова и институте Активного долголетия санатория Mriya Resort в Крыму по 200 параметрам было отмечено омоложение организма и одновременно улучшение работы пищеварительной, эндокринной, иммунной, сердечно-сосудистой, нервной, дыхательной и др. систем организма. Зафиксировано понижение и нормализация давления, сахара, холестерина и улучшение работы большинства органов и систем организма, а еще в разы увеличивается активность сперматозоидов.

Итоговый отзыв — «Все в восторге» и желание в дальнейшем продолжать пить воды для профилактики болезней, реабилитации здоровья, замедления старения и продления жизни. И это только два санатория из многих, в кото-

рых можно провести оздоровление минеральными водами под наблюдением врачей. Приведу несколько примеров из жизни, подтверждающих эффективность помощи вод **Svetla**, **«Стэлмас Mg»** и **BioVita** в оздоровлении.



В 2015 году народный артист России В.И. Гафт попал в реанимацию с серьезнейшей сердечно-сосудистой проблемой, о чем было заявлено по радио. Я отвез ему воду **Svetla**, и на следующий день по этому радио объявили, что В.И. Гафт неожиданно быстро пошел на поправку. Он, кстати, до последнего дня пил курсом минеральную воду **«Стэлмас Mg»**, **Svetla**, **BioVita**.

Воду **Svetla** пила сборная РФ по футболу. Футболисты пробегали больше всех и не уставали. Так за один матч сборная РФ пробежала 118 км, Германия — 110 км, остальные — еще меньше. И вот как это написано в отзыве медицинского штаба сборной России по футболу: «Учитывая великолепные вкусовые качества воды, приверженность к ее применению во время тренировок и матчей была близка к 100% — воду пили все футболисты. За более чем 50 дней сбора не зафиксировано ни одного случая вирусного заболевания, физические кондиции футболистов были на максимальном уровне». Несомненно, свой вклад в это внесла и вода **Svetla**. АФК также снимают стрессовые ситуации. Затем они перестали пить воду **Svetla...** и сборная РФ проиграла ФРГ 0:2. «Они нас перебежали», — заявил главный тренер Станислав Черчесов. Просто «замена игрока» **Svetla** на **BonAqua** была **неудачным тактическим ходом**.

И таких случаев оздоровления много, особенно в онкологии. Сегодня **Svetla** стали рекомендовать врачи-онкологи.

Воды **Svetla** и **BioVita** пробуждают в организме процессы, заложенные в него при создании нас Господом Богом. Вода видит, слышит, хранит и передает информацию, и это доказано шестью нобелевскими лауреатами. Посмотрите фильм «Вода как спасение». Задумайтесь, воспользуйтесь и жить будете гораздо дольше, без болезней.

Можно было написать больше и подробнее, но мною уже написано четыре книги о влиянии воды на здоровье человека и старение организма. Есть много других теорий старения, но без воды жизнь невозможна, а наши воды **«Стэлмас Mg»**, **Svetla** и **BioVita** — лучшие в мире для замедления старения и продления жизни, и это уже доказано медицинскими исследованиями. Работать они начинают с первых минут приема, увеличивая выработку энергии и перераспределяя ее по организму. Попробуйте, и у вас тоже получится. Чтобы убедиться, сдайте анализы до и после курсового приема.

Подписан договор на их поставку в КНР. Дебет источников этих вод небольшой, так что не опоздайте попробовать и оценить.

Пройти бесплатно обследование на приборе ГРВ и получить в подарок книгу «Азбука семейного здоровья» или «Путь к здоровому долголетию» и 12 бутылок нашей воды можно при оформлении первого заказа в компании

«Стэлмас-Д». Как это сделать, узнайте по тел. 8-800-100-15-15. Ознакомьтесь с материалами исследований, четырьмя книгами и двумя фильмами о влиянии воды на наше здоровье можно на сайте www.водыздоровья.рф.

Правильный прием вод для замедления старения

Svetla — 200 мл утром, далее по 150 мл за полчаса до еды.

«Стэлмас Mg» — за 15 минут до еды всего 10 мл на 1 кг вашего веса, дозу разделите на четыре части, две выпейте утром, одну перед обедом, в нее добавьте чайную ложку витаминов «Девятка здоровья» с самыми дефицитными витаминами группы В. Вода поможет им эффективнее усвоиться, четвертую перед сном, она поможет очистить организм и нормализовать работу печени.

BioVita — по стакану через 2 и 3 часа после еды.

Общий объем выпитой воды должен быть 30–35 мл на 1 кг вашего веса.

При проблемах с почками начинайте пить с меньших дозировок, песок и камушки до 5 мм легко вымываются. Проконсультируйтесь с лечащим врачом или со специалистами нашей компании по тел. 8-800-100-15-15 или задайте вопрос на сайте www.healthwaters.ru (www.водыздоровья.рф).

И помните главное. **Здоровье в основном зависит от вас, а сохранить его помогут правильные, вовремя выпитые минеральные воды.**

Не забывайте делать зарядку, она поможет разогнать кровь и включит в работу все органы, увеличивая выработку жизненной энергии.

ВЛИЯНИЕ МИНЕРАЛЬНЫХ ЛЕЧЕБНЫХ И АКТИВНЫХ ВОД НА ЗДОРОВУЮ РАБОТУ ОРГАНИЗМА

**«СТЭЛМАС МГ ОЧИЩАЮЩАЯ» —
лучшая минеральная
лечебно-столовая вода в мире**



Удивителен факт открытия месторождения этой воды: ее обнаружили из космоса в конце 80-х годов XX века. Приборы зафиксировали мощный поток энергии, идущий с одного из участков земли в Ставрополе. Пробурили скважину, надеясь найти нефть, но оказалось, что такой энергией обладает минеральная вода. Удивительно и то, что озеро воды «Стэлмас» находится на вершине подземной горы. Структура минералов на глубине ~250 м соответствует геологическим породам, находящимся на глубине 2500 м. Получается, что наша вода находится на вершине не родившейся в далекие исторические времена горы, и она до сих пор пытается «народиться», посылая через себя мощные энергетические потоки, безусловно, заряжая при этом воду «Стэлмас Mg». Уникальным для этих мест является и химический состав этой воды. Она содержит большое количество сульфатов (SO_4), магния (Mg), кальция (Ca), йода (I), кремния (Si), гидрокарбоната (HCO_3) и других химических элементов, солей и в отличие практически от всех наших вод мало натрия (Na) и хлора (Cl), то есть соли (NaCl), ухудшающей водно-электролитный баланс и энергетику организма. «Стэлмас Mg» влияет на организм как неспецифически (за счет общего химического состава и минерализации), так и специфически (за счет уникального состава и содержания определенных макро- и микроэлементов в терапевтически значимых количествах, что очень важно для лечения и профилактики болезней). О том, как работают эти макро- и микроэлементы на наше здоровье, мы сейчас поговорим.

Очень важным после кислорода и воды для полноценного функционирования организма является гидрокарбонат HCO_3 — это соединение содержит водород, углерод, кислород. Мы на 93% состоим из трех этих элементов. Вода, взаимодействуя с ним, образует множество соединений, именно с них и начинается жизнь.

В питьевой воде обычно 200–400 мг HCO_3 , в «Стэлмас Mg» > 1600, то есть идет активное воздействие на организм. Попадая в желудок, а затем в кишечник, HCO_3 значительно увеличивает выработку гормонов, которых так не хватает с возрастом, они ускоряют выработку инсулина, подготавливая организм к приему пищи, и увеличивают выработку энергии.

Чрезвычайно важен для жизни Mg, его суточная потребность ~400 мг, он активизирует >350 биохимических реакций, в результате которых вырабатывается энергия и увеличивает сродство клетки к инсулину, чтобы получать правильные сигналы и преобразовывать сахара в энергию,

а не в жиры и болезни. Mg — спазмолитик и антистрессовый элемент (а ведь многие болезни возникают от стрессов), оказывает активное влияние на обмен веществ в организме и очень часто бывает в дефиците. В 1 л **«Стэлмас Mg»** имеется практически суточная норма Mg, который находится в ионном, электрически активном состоянии, быстро всасывается в кровь, оказывая большое количество специфических эффектов в организме. С его участием происходят более 50% энергообразующих реакций в организме. Также магний принимает участие в обмене кальция, является необходимым элементом для работы мышц, включая миокард и отвечает за передачу нервных импульсов.

Mg в паре с сульфатами (SO_4), находящиеся в энергетической воде, быстро поступают в кровь и далее в печень, под их воздействием клетки печени начинают активно и в большом количестве вырабатывать желчь. Это способствует увеличению давления в желчных протоках, что приводит к вымыванию застоев желчи, очищению печени от продуктов распада и обновлению желчи в кишечнике и печени. Этот эффект возникает потому, что при приеме пищи (через 15–20 минут после приема воды) поток желчи устремляется в тонкую кишку, увеличивая ее двигательную функцию (перистальтику), способствуя быстрому продвижению пищи в толстую кишку, что приводит к мягкому слабительному эффекту, быстрому устранению запоров и обновлению желчи.

Таким образом, лечебный эффект **«Стэлмас Mg»** обусловлен противовоспалительным действием, нормализацией физико-химического состава желчи, предотвращающим выпадение в осадок составных частей желчи, очищением печени от токсических продуктов, снижением уровня холестерина в крови и желчи, быстрым и эффективным устранением запоров.

Запоры очень опасны. Они провоцируют до 30% онкологии ЖКТ и способствуют возникновению множества других болезней нашего организма. Так, в США отметили, что до 150 тыс. человек ежегодно умирает от болезней, вызванных запорами.

Почему же они возникают? Ответ прост. Мы стали значительно меньше пить воды, заменив ее жидкостями и напитками, которые организм воспринимает за еду, переработав их в тонкой кишке, выводит через почки. Вы просто чаще ходите в туалет по малой нужде.

Наш же организм часть воды для работы различных органов и систем получает из содержимого кишечника. В толстом кишечнике происходит окончательное всасывание воды и формирование каловых масс. Недостаточный прием воды приводит к тому, что содержимое толстой кишки становится очень плотным и мышцам кишечника сложнее обеспечивать правильный пассаж содержимого по кишечнику. Оно дольше задерживается в кишечнике, из него забираются последние остатки воды, которая, по сути, уже и не вода, а яд, потому что начинаются процессы брожения и гниения под действием микроорганизмов. Формируется замкнутый круг: запор — гипотония или атония мышц кишечника — усугубление запоров. Некоторое время с запорами помогают бороться лекарства, но очень быстро возникает привыкание, и они возвращаются, приходится лекарства менять, и жизнь превращается в череду подбора слабительных.

Запор — это проблема всего ЖКТ, и решать ее необходимо комплексно, на-

чая с очищения и улучшения работы печени. В этом и поможет минеральная вода «**Стэлмас Mg**», которая содержит большое количество сульфата магния ($MgSO_4$). Поступая в печень, он значительно увеличивает выработку печеночными клетками желчи, она, двигаясь по желчным протокам, очищает их от холестерина и продуктов распада (метаболизма), попадая в кишечник, усиливает его двигательную функцию и быстро ликвидирует запоры.

ВАЖНО! При курсовом приеме «**Стэлмас Mg**» восстанавливает двигательную функцию кишечника и позволяет обходиться без лекарств.

Воды с содержанием сульфатов > 2000 мг/л улучшают физико-химические свойства желчи, липидный и белковый обмен веществ, способствуют улучшению моторной функции желчного пузыря, уменьшению застоя желчи, улучшению ее оттока из желчных протоков и пузыря, что является прекрасной профилактикой желчнокаменной болезни.

При курсовом приеме вы непременно заметите, что стали спокойнее. Это могут способствовать антистрессовой Mg и обновление желчи. Помните смысл выражения «желчный человек»? Это вредный, нервный, неуравновешенный, раздражительный, а, может, просто это человек с плохой, старой, застойной желчью. Вы отметите, что стали энергичнее и у вас по-другому, как в юности, заработает ЖКТ.

ВЫ ОДНОВРЕМЕННО ПРОВЕДЕТЕ ОЧИЩЕНИЕ:

- кишечника, через который усваивается 95% питательных веществ и в котором зарождается большинство неинфекционных болезней;
- печени, которая выполняет функцию детоксикации вредных веществ, поступающих из кишечника. Она заработает более эффективно, проводя профилактику болезней. Кстати, эта вода быстро избавляет от похмельного синдрома;
- почек и, следовательно, межклеточного пространства, и вы застрахуетесь от образования песка и камешков в почках;
- сосудов от холестерина: они станут более эластичными, по ним легче будут доставляться питательные вещества и кислород к клеткам.

Са (кальций), Mg (магний) и Si (кремний) помогут в борьбе с остеопорозом и укрепят кости. И конечно, все эти и многие другие оздоровительные эффекты от воды «**Стэлмас Mg**» усиливаются за счет той энергии, которую вода передает нашему организму от матушки Земли через неродившуюся гору.

«**Стэлмас Mg**» пьется за 15–20 минут до еды, а после еды через 2 и 3 часа примите стакан минеральной столовой воды по выбору: **BioVita**, «**Стэлмас минеральная**» или «**Стэлмас Zn Se**», они ускорят выведение токсинов из организма, помогая вернуть здоровье.

MISS MINERAL DETOX

МИНЕРАЛЬНАЯ ПРИРОДНАЯ ЛЕЧЕБНО-СТОЛОВАЯ ГАЗИРОВАННАЯ ВОДА, СОЗДАННАЯ СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ ЖЕНЩИН!

Образ жизни современной женщины далек от идеального. Эмансипация XX века, породившая среди женщин и необходимость активно (наравне с мужчинами) трудиться, и продолжать «поддерживать в полном порядке семейный очаг», рожать и воспитывать детей, и при этом еще успевать следить за своим внешним видом – всё это ложится тяжелым грузом на плечи современной женщины.

Такие нагрузки к 30–40 годам уже начинают негативно сказываться на женском здоровье: усталость, перегрузки, стресс, бессонница, головные боли, лишний вес, эмоциональное и профессиональное выгорание, целый букет болезней, включая хронические – всё это имеет место. Но это и не повод «опускать руки»!

Современные ученые-врачи-диетологи-нутрициологи разработали и успешно применяют на практике методы «ДЕТОКСА» (от слова «детоксикация»). По сути, это щадящие, естественные методики очищения всего межклеточного пространства и организма в целом от экзо- и эндо-токсинов, быстро дающие положительный эффект – общее укрепление женского организма, ускорение процессов обмена веществ и профилактика разного рода заболеваний. Методы детокса сегодня хорошо изучены – в первую очередь, это комплексное воздействие на организм, сочетающее в себе применение специально разработанных диет, курсового приема функциональных вод, комплексов упражнений и разнообразной физической активности, массажные и СПА-процедуры, психологические тренинги, нацеленные на поддержание ментального здоровья.

Роль употребления женщиной в процессе этих комплексных программ по улучшению своего здоровья достаточного количества качественной столовой питьевой и минеральной лечебно-столовой воды невозможно переоценить!

Конечно, курсы детокса сейчас стали очень популярными. Зачастую их проводят в специальных центрах или домах отдыха. А это уже связано с большими затратами.

Между тем, правильно подобрав в свой ежедневный рацион специальную воду с особыми очищающими и профилактическими свойствами, вы сразу же решаете львиную долю проблем своего здоровья, притом, абсолютно доступными методами, у себя на дому.

Консультация врача-бальнеолога по приему такой особенной воды у нас так же предусмотрена – вы можете получить её по бесплатному федеральному номеру **8-800-100-15-15**.

Минеральная лечебно-столовая вода «СТЭЛМАС-Mg» (ТЭ «МИСС МИНЕРАЛ ДЕТОКС»). Добывается из уникальной подземной водной «линзы» (скважина 1-ММВ, Ставропольский участок). Месторождение это, расположенное на окраине г. Ставрополь, было обнаружено в 1986 г. при проведении геомагнитной съемки земной поверхности из космоса.



В этом месте, в толще т.н. «подземной горы», состав пород которой на глубине 50–100 м. соответствует глубинам 2 500 – 3 000 м., была обнаружена мощная магнитная аномалия и в центре ее – подземное «озеро» с уникальной целебной водой.

Это – вода с особым природным составом. В ней содержится комплекс натуральных минералов, крайне необходимых для поддержания женского здоровья, в оптимальном %-ом соотношении (сульфаты, магний, гидрокарбонаты, кремний, калий, кальций и т.д.). И, что особенно важно для эффективного детокса, именно в этой воде они находятся в ионном активном состоянии – это способствует их наилучшему (до 80% и более) усвоению клетками женского организма.

Недаром она получила название «MISS MINERAL DETOX» и, будучи новинкой, уже снискала заслуженное признание многочисленных специалистов-нутрициологов – в качестве жизненно-необходимого продукта для женщин разных возрастных групп – при многодневном курсовом приеме (по 1 л. ежедневно, с разбивкой на 3 приема – строго за 15–20 минут перед каждым приемом пищи) она:

- Способствует естественному выведению токсинов, очищению организма и улучшению общего самочувствия («Detox-эффект»).
- Поддерживает в оптимальном состоянии микрофлору кишечника.
- Способствует выработке организмом жизненно-необходимых витаминов и гормонов.
- Ускоряет обмен веществ и жиросжигание, способствует снижению массы тела (до 6–8 кг. за 40 дней).
- Повышает иммунитет, уровень энергии, выносливость и работоспособность.
- Обладает антиоксидантным действием, защищая организм от окислительного стресса.
- Замедляет процессы старения, способствует поддержанию молодости и красоты кожи, волос, ногтей («Anti-age эффект»).
- Улучшает лимфоток и способствует выведению лишней жидкости из организма.
- Уменьшает проявления и препятствует развитию отеков.
- Оказывает спазмолитический и желчегонный эффект.
- Улучшает пищеварение, поддерживает здоровье печени (снижает риск развития жирового гепатоза) и почек.
- Стабилизирует уровень артериального давления и сахара в крови.
- Снижает нервное возбуждение, снимает стресс, купирует спазмы и судороги.
- Незаменимое средство для женщин в процессе беременности (ускоряет обменные процессы, выработку необходимых гормонов и витаминов, снижает дефицит магния, снимает проявления интоксикации, способствует хорошему пищеварению, не допустит запоров).

DETOX — разгрузочная программа, которая заставит женский организм функционировать лучше – похудеть, похорошеть, привести в порядок нервную и сердечнососудистую системы. DETOX – это не просто продуманный рацион питания, а СИСТЕМА здорового образа жизни (питание, физические нагрузки и т.д.), разработанная диетологами, важнейшей частью которой являются длительный курсовой и ежедневный симптоматический приемы лечебно-столовой минеральной природной воды, обладающей особым сбалансированным составом минералов и микроэлементов.

Благодаря подобному подходу к образу жизни, женский организм начинает в достатке вырабатывать сам, под свои нужды гормоны и витамины, а помогают ему в этом полезные бактерии-симбионты, живущие у каждого человека в кишечнике. Если условия их жизни оптимальные (а это достигается в основном за счет приема правильной минеральной воды), то они прекрасно справляются со своей миссией (продукты их жизнедеятельности – это и есть такие нужные для вас витамины).

В период беременности и кормления грудью мощные комплексные детокс-программы проводить не рекомендуется, а вот продолжать ежедневный поддерживающий прием лечебно-столовой воды «MISS MINERAL DETOX», наоборот, жизненно необходимо для каждой женщины – магний, кремний, кальций, гидрокарбонат и сульфат, содержащиеся в ней, будут способствовать как поддержанию женского здоровья в этот непростой период, так и нормальному росту и развитию малыша.

Похудение и очищение организма – это легкий и естественный процесс, если вы проводите его с минеральной лечебно-столовой водой «MISS MINERAL DETOX».

Очищение организма от ядов и токсинов происходит само собой: легкие удаляют углекислый газ, через кожу выделяется молочная кислота. Но главные органы детоксикации — печень и почки.

А основным условием качественного само-очищения организма является поддержание в постоянном достатке во всех наших клетках, органах и системах качественной питьевой лечебно-столовой воды. Вода должна быть правильно (желательно, индивидуально) подобрана, поскольку она выполняет в нашем организме много важнейших функций:

1. «Регуляторная» (теплообмен)
2. «Энергетическая» (обеспечивает клетки энергией, необходимой для поддержания на должном уровне всех биохимических реакций – основа для жизни)
3. «Транспортная» (Доставка и Эвакуация)
4. «Детоксикационная» (растворение и вывод токсинов)
5. «Строительная» (основа клеток и межклеточного пространства)
6. «Питающая» (обеспечивает организм жизненно-необходимыми минералами и микроэлементами)
7. «Эфирная или информационная» (среда для передачи волн, сигналов, нервных импульсов).

В нашей печени есть целая ферментная система, которая связывает и удаляет все поступающие внутрь яды. После этого по кровотоку уже безопасные для человека метаболиты попадают в почки, откуда выводятся водой (с мочой).

С «MISS MINERAL DETOX» худеть можно и без диет (при правильном курсовом приеме за 30–40 дней).

И все эти лечебно – профилактические и реабилитационные эффекты Вы получаете от лекарств. Помогает в этом уникальный состав и энергия передаваемая организму от Земли Матушки.

SULINKA — вода красоты и долголетия (Словакия)

Эту воду я выбрал как лучшую среди более 2500 минеральных лечебно-столовых вод Европы. Возраст Sulinka, которую мы пьем сегодня, 28 000 лет!!!

Качество минеральной воды, ее ценность определяется составом и количеством химических веществ, находящихся в ней.

Sulinka — минеральная лечебно-столовая вода средней минерализации и подходит практически всем, так как не имеет противопоказаний. Может приниматься лечебно-профилактическим курсом и как столовый напиток.

Она содержит 13 из 15 жизненно необходимых химических элементов и ~5000 мг/л HCO_3 , которые находятся в ионном электрически активном состоянии, что увеличивает выработку пищеварительных гормонов (одной из главных причин старения является то, что с возрастом организмом вырабатывается все меньше гормонов) и ускоряет производство инсулина. В миллиарды раз ускоряются реакции по перевариванию пищи, что позволяет получать энергии больше и быстрее (как в юности).



Sulinka — лучшая минеральная вода для любимых женщин!

Нежный, тонко организованный женский организм существенно отличается от мужского, не только строением тела. Особенно наглядно это выражается различными потребностями в макро- и микроэлементах для нормальной работы мужского и женского организма.

Так, например, мужчинам цинка и селена необходимо в 1,5 раз больше, чем женщинам. Эти элементы необходимы для созревания сперматозоидов и активной работы предстательной железы.

А вот у женщин на первый план выходят железо, кальций, магний, кремний. Они в большом количестве требуются для полноценного функционирования организма в различные периоды жизни женщины.

Что же делать женщинам для поддержания здоровья и активности в наше сложное время, когда помимо основной функции «хранительницы очага» они занимают достойное место во многих сферах современного общества?

Вам поможет минеральная вода из Словакии **Sulinka**.

Sulinka — это 300 мг/л кальция (Ca). Женщинам в сутки требуется 800–1100 мг, а во время беременности и в период менопаузы — 1500 мг/сут. Кальций входит в структуру костной ткани, участвует в свертывании крови, осуществляет мышечное сокращение. Обмен кальция улучшается при насыщении организма магнием.

Sulinka содержит в одном литре суточную норму кремния и фтора, большое количество кальция и магния — они не допустят остеопороза, наполнят живительной влагой околоуставные полости, поддержат в хорошем состоянии кожу, волосы, ногти. Ca, Mg и Fe помогут женщинам лучше чувствовать себя в постменструальный период.

Sulinka — это 300 мг/л антистрессового минерала магния (Mg). Суточная потребность — 300–350 мг, а при беременности и кормлении грудью — 450 мг. Магний как активатор более 300 ферментов участвует в различных реакциях обмена веществ. Улучшает работу сердечно-сосудистой и нервной системы, способствует нормализации уровня холестерина и сахара в крови. Магний необходим для укрепления скелета и профилактики остеопороза, при приеме противозачаточных средств, помогает в борьбе с депрессией. Способствует снижению массы тела, образуя в кишечнике малорастворимые соединения с жирами.

Sulinka — это 2,5 мг/л лития (Li). Литий поможет вам быть спокойными, примет участие в борьбе с аллергическими и сердечно-сосудистыми заболеваниями. Антистрессовый Mg совместно с Li и Bp работают в команде и успокаивают организм (многие болезни возникают от стрессов) и позволяют сосредоточиться на лечении одной болезни, проводя профилактику других.

Sulinka — это 5000 мг/л гидрокарбоната (HCO₃). Он нормализует работу желудочно-кишечного тракта, улучшает белковый и углеводный обмен веществ, способствует полноценному усвоению макро- и микроэлементов, вместе с магнием активизирует выработку инсулина. Данная вода в своем составе содержит малое количество соли (NaCl). Потребление большого количества соли способствует задержки жидкости в организме (отеки), увеличивается межклеточное пространство, уменьшаются размеры клеток, соответственно, и энергетика организма, приводя к быстрой усталости, старению и ожирению.

Попытка восполнить необходимые для организма макро- и микроэлементы только за счет пищи всегда сопровождается получением дополнительных калорий, что может привести к набору веса. А с минеральной водой **Sulinka** вы без лишних калорий получите необходимые минералы в количестве, позволяющем положительно воздействовать на организм.

С минеральной водой **Sulinka** вы будете бодры, спокойны, красивы в любые периоды жизни!

Если воду **Sulinka** будут пить мужчины, у них улучшатся сексуальные возможности, а детям она поможет быть более спокойными и лучше учиться. Конечно же, эту воду могут пить все, не только женщины, ведь курсовой прием **Sulinka** значительно снижает чувствительность к действию различных вредных факто-

ров (риск заболеть язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки снижается в несколько раз).

Sulinka увеличивает защищенность организма человека от повреждающего действия стрессовых факторов различной природы.

Sulinka активизирует инсулиновую регуляцию обмена веществ, за счет чего понижается содержание в крови сахара, холестерина, уменьшается давление.

Sulinka помогает при лечении и профилактике болезней сердечно-сосудистой системы и органов пищеварения.

Sulinka помогает похудеть.

Что мы хотим получить в результате похудения? Уменьшить количество жировой ткани и не терять при этом мышечную ткань. Но дело в том, что преобразование жиров — это очень медленный процесс. Белки расщепляются намного быстрее и легче, чем жиры. Из числа содержащихся в системе кровообращения белков в первую очередь используются альбумин, глобулин и фибриноген. Эти белки в организме отвечают за иммунный ответ. И, соответственно, чем быстрее в метаболизм включатся жиры, тем меньше пострадает иммунная система. **Sulinka** улучшает обмен веществ, ускоряя метаболизм жиров в организме. Поэтому важнейшим компонентом борьбы за идеальные формы помимо сбалансированной диеты и спорта является формирование устойчивой привычки пить воду!!!

Вода естественным образом снижает аппетит. Ощущение жажды и голода формируются одновременно, чтобы сообщить о том, что организму нужна энергия. Практически всегда мы не распознаем жажду как отдельное ощущение и воспринимаем оба чувства как настоятельную потребность подкрепиться. Мы едим даже тогда, когда организм должен получать только воду — источник получения несравненно более быстрой чистой энергии.

Вода помогает расщеплению жиров. За счет своего химического состава, в первую очередь гидрокарбонатов, ускоряет обменные процессы в организме через активацию и регуляцию выработки гормонов, в том числе инсулина. Компоненты минеральной воды препятствуют всасыванию жиров в кишечнике, образуя с ними нерастворимые соединения.

Вода выводит из нашего организма шлаки и токсины, а их при изменении рациона питания и, соответственно, изменении метаболизма образуется в большем количестве, чем обычно. Отходы без достаточного количества воды будут накапливаться и отравлять организм.

Вода в отличие от других напитков не содержит калорий, но служит прекрасным источником необходимых организму макро- и микроэлементов, дефицитных и ускоряющих переработку пищи в энергию. Задерживает пищеварение и часть пищи проходит мимо не усваиваясь.

Без воды невозможно эффективно заниматься спортом. При физических нагрузках значительно повышаются потребности организма в воде. Обезвоживание в данной ситуации приводит к быстрому утомлению и травматизму.

В Словакии ее используют как лучшее средство при заболеваниях дыхательных путей (ингаляции) и аллергиях.

Эти и многие другие лечебные эффекты, связанные с отличным составом Sulinka, происходят одновременно, без побочных эффектов и позволяют быть красивыми, здоровыми и продлить активную жизнь.

«SULINKA КРЕМНИЕВАЯ» — вода для маленьких и стареньких

**Первый девиз работы кремния в организме —
это гибкость и эластичность!**

В 1957 году французские ученые М. Лепер и Ж. Лепер подтвердили, что у больных атеросклерозом очень низкое содержание кремния в тканях стенок сосудов. В случае дефицита кремния в крови уменьшается его содержание и в стенках сосудов. Недостаток кремния в сосудах заменяется кальцием, и они становятся твердыми. На кальциевые отложения начинает оседать «плохой» холестерин, формируются холестериновые бляшки, развивается атеросклероз сосудов. Вследствие дефицита кремния «хороший» и нужный для организма холестерин полностью не усваивается и не используется для образования мембран новых клеток, и так ускоряются процессы старения, медленно заживают поврежденные ткани. В крови повышается уровень жирных кислот.

Просвет сосудов сужается, ухудшается кровоснабжение сердца и головного мозга, начинают проявляться такие болезни, как стенокардия, кардиосклероз, аритмия, инфаркт миокарда, инсульт и т.п. Недостаток кремния в пище и воде — весомый фактор возникновения многих болезней, прежде всего сердечно-сосудистых.

Если кальций — главный элемент твердых костных структур и опорно-двигательного аппарата, то кремний — элемент, который определяет свойство гибких структур: соединительной ткани, сухожилий, надкостницы, хрящей, синовиальной жидкости суставов. Наукой доказана высочайшая роль кремния в синтезе мукополисахаридов при образовании двигательного хряща в соединительных тканях. Особенно много кремния содержится в ногтях, волосах и коже человека.

Но кремний является важным и для костей, так как кальций не усваивается, если в организме недостаточно кремния. Ученые утверждают, что, кроме кальция, кремний принимает участие в метаболизме еще 74 химических элементов. Дефицит кремния в костной ткани ведет к остеопорозу, артрозам, слабости суставов и связок, пародонтозу, нарушению осанки, склонности к травмам.

Второй девиз: «Чистота — залог здоровья!»

Кремний благодаря своим химическим свойствам образует в организме коллоидные электрически заряженные системы, которые способны «приклеивать» на себя и обезвреживать вирусы и безвредные микробы. При этом интересно то, что полезным микроорганизмам кишечника, например бифидо- и лактобактериям, не свойственно «слипаться» с коллоидными системами кремния, что



очень важно для нормального функционирования ЖКТ, профилактики дисбактериоза и замедления старения.

Для нейтрализации и выведения шлаков, которые поступают из кишечника в кровь, также нужны коллоиды кремния, которые образуются из определенных концентраций его в крови. Дисбаланс кремния отражается на иммунной системе: снижается сопротивляемость организма к воспалительным заболеваниям, инфекциям. В моче кремний образует защитные коллоиды, препятствующие кристаллизации солей, и тем самым осуществляет профилактику образования мочевых камней.

Следующий девиз кремния — молодость и красота!

Выражение **«из человека сыплется песок»** имеет под собой биохимический смысл: организм теряет кремний.

Особенно богаты кремнием кожа, волосы, ногти, сосуды, роговвица и радужка глаз, надпочечники, лимфоузлы, щитовидная железа. **Кремний справедливо называют элементом молодости**, т. к. старение в немалой степени обусловлено снижением его содержания в организме. Именно кремний обеспечивает нам гладкую кожу, красивые зубы и ногти, пышные волосы, здоровые сосуды.

Сниженный уровень кремния указывает на склонность к увеличению щитовидной железы (зоба), а также диабету, катаракте, камнеобразованию в почках и желчном пузыре. Для укрепления волос рекомендуется хорошо смочить голову кремниевой водой и массировать, чтобы вода проникала к корням волос. При этом нужно ежедневно пить эту воду. При наличии морщинок и угрей рекомендуется умываться кремниевой водой или протирать льдом, приготовленным из нее.

Можно с уверенностью говорить о многостороннем, целебном воздействии на организм кремниевой воды. Она очищает организм от вредных примесей, способствует быстрому заживлению ран и ожогов, обладает бактерицидными свойствами, нормализует уровень холестерина и сахара в крови, укрепляет иммунную систему, поддерживает процесс восстановления костной ткани, сухожилий и хрящей, усиливает рост волос и ногтей, обеспечивает эластичность кровеносных сосудов, омолаживает и очищает кожу, предотвращая старение, положительно влияет на гормональный баланс, функцию предстательной железы, предотвращает инфицирование простейшими, паразитами, нормализует минеральный баланс и метаболизм витаминов (усвоение).

«Растем вместе» — еще один девиз кремния!

Одним из главных условий полноценности грудного кормления является подбор продуктов питания для кормящей матери с достаточным количеством кремния. Полноценное здоровье вашего ребенка может быть только при полноценной нервной системе. Слово «нерв» означает связь. Он играет очень важную роль в осуществлении связи мозга с телом, особенно в молодом организме. Кремний очень нужен маленьким детям для нормального формирования связи «мозг — тело», чтобы правильно развивался ребенок. **То есть, вскармливая ребенка, каждая мать должна думать, как построить систему связи в его теле. Для этого нужно достаточное количество кремния. Беременной женщине, кормящей матери и растущему**

ребенку до 11 лет требуется в 5 раз больше кремния, чем взрослому человеку. Именно этой потребностью объясняется извращенный вкус у беременных и кормящих женщин, например есть землю или глину.

Кремниевая вода сочетает в себе вкус и свежесть родниковой воды из кремниевых пород, чистоту и структуру талой воды, бактерицидные свойства серебряной. Такую воду люди пили из родников и естественных водоемов или из кремниевых сосудов. Традиция выкладывать кремнием дно колодцев дошла и до наших дней.

Цивилизация облегчает нам жизнь. Но без учета самых насущных требований организма (как потребность в кремнии) цивилизация укорачивает нашу жизнь. Технология переработки плодов и овощей в промышленности направлена на рафинирование пищи, избавление от так называемых балластов. В отходы производства с кожурой плодов, сердцевинной уходит кремний. Технология переработки зерновых предусматривает в основном отделение оболочки зерна, в которой как раз содержится кремний.

У пожилых людей кремния в два раза меньше, чем у молодых.

Вот и стучатся в «дверь» нашего организма вышеперечисленные болезни и ускоряется старение.

В минеральной воде **«Sulinka кремний»** имеется до трех суточных норм, которые позволят восстановить утраченные функции организма и наполнить его «депо» про запас.

А еще в воде **«Sulinka кремний»** имеются в значительном для организма количестве кальций (Ca), магний (Mg) и гидрокарбонат, роль которых в работе нашего организма очень значительна, а они так же дефицитны, что, в свою очередь, может привести к нарушению обмена веществ, болезням и ускорению старения. Значимое количество кремния имеется в водах **«Стэлмас Mg», Sulinka, Miss Mineral Detox** (полторы суточной нормы взрослого человека) и **BioVita** и **Svetla** (половина суточной нормы).

Если по каким-то причинам вам противопоказаны лечебные и лечебно-столовые воды, вы не любите или не готовы принимать их курсом по схеме, то не скидывайте со счетов столовые воды. Более 85% обменных процессов протекают в водной среде. Вода необходима для полноценной работы органов пищеварения, так как переваривание пищи происходит только в водной среде, и органов выделения, так как вода выводит продукты метаболизма, участвует в теплообмене, увлажняет слизистые оболочки и глазное яблоко, разжижает кровь, обеспечивает подвижность суставов, отвечает за эластичность кожи и еще выполняет массу других жизнеобеспечивающих функций. Хроническая нехватка жидкости, обусловленная ограниченным употреблением воды, приводит к сгущению крови, нарушению секреции пищеварительных желез, накоплению в организме токсинов, а это, в свою очередь, негативно сказывается на работе мозга, почек, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и пищеварительного тракта.

ВАЖНО! Если не придерживаться суточной нормы потребления воды (1,5-2 л), то проблемы со здоровьем возникнут не зависимо от того, какую

по качеству вы воду пьете. А если вы ежедневно употребляете «мертвую», бесполезную, неактивную, очищенную фильтром обратного осмоса воду, то к дефициту воды добавляется еще и дефицит макро- и микроэлементов, в такой воде они просто не работают, то в результате получается целый букет проблем со здоровьем, снижение резистентности организма к неблагоприятным факторам, нарушение антиоксидантной защиты, развитие иммунодефицитных состояний. Основную часть суточной потребности организма в воде необходимо покрывать именно за счет приема качественных активных вод. Ни один другой напиток нельзя употреблять с такой частотой и в таких количествах без вреда для здоровья, как правильную столовую воду! Качественная вода — это самый чистый и безопасный продукт из всех, что попадают в организм человека. Она содержит 0% калорий, 0% сахаров и обеспечивает 100% восстановления водного баланса организма и пополнение организма быстрой, чистой энергией.

СТОЛОВАЯ ВОДА

С любовью и благодарностью!

Сегодня многочисленные исследования ученых доказывают, что вода видит, слышит, читает, хранит и передает информацию и при этом, в зависимости от информации, меняет структуру соединения своих молекул. При сквернословии, рок- и метал-музыке, написании бранных слов ее молекулы движутся хаотично, при этом затрудняется передача информации (представьте себе передачу ее на рок-концерте при беснующихся зрителях — да на вас никто и внимания не обратит!).

Лучшие структуры вода образует, когда к ней обращаются со словами **«с любовью и благодарностью»** или играет классическая музыка. Эти слова написаны на пластике нашей бутылки, а на складе, где хранится вода, играет классическая музыка. Мы уверены, что наши воды ответят нам благодарностью за нашу любовь, любовью за благодарность и создадут структуру, которая наилучшим образом будет соответствовать здоровой работе нашего организма. Ему не придется тратить энергию иммунной системы, предназначенной для борьбы с вредным внешним воздействием, на активацию, как это происходит, когда вы пьете обычную воду или — хуже того — различные напитки. Структурированная вода содержит в себе и переносит больше кислорода, а это очень важно для здоровья.

Рассмотрим пример сладких газированных напитков.

Производители и не думают скрывать, что газированные сладкие напитки состоят из красителей, ароматических эссенций, консервантов, углекислого газа и обыкновенной воды. Когда люди пьют эту смесь, рецепторы языка получают импульс удовольствия и обманный эффект утоления жажды. Психологически человек осознает, что пьет жидкость, но это не вода! Фактически в организм поступает страшная смесь, которая не просто не утолит жажду, а потребует большого количества чистой воды для нейтрализации действия ее составляющих. А это повторный приступ жажды, и если мы ее утоляем теми же напитками, то получаем парадокс — употребляя жидкость, мы обезвоживаем организм. Ее хочется снова и снова. Это обман, а не питье для восполнения жидкости в организме.

Теперь про сахар. В таких напитках его содержится очень много. Благодаря газу, растворенный в воде сахар мгновенно поступает в печень и кровь, заставляя инсулин вырабатываться с огромной скоростью, чтобы утилизировать глюкозу. Прикинем, сколько мы или наши дети в среднем выпиваем стаканов в день? Сколько сахара поступило в кровь? Понятное дело, что сахарный диабет, гипертония, признаки атеросклероза и прочие заболевания, которые неотвратимо потом появятся, не нужно связывать только с нервами, как многие любят считать. Предупрежден — значит вооружен, вот о чем необходимо помнить всегда.

Кофеин в тонизирующих напитках помогает кратковременно взбодриться, но после это действие сменяется повышенной утомляемостью и раздражительностью. Так реагирует организм на закончившийся «допинг». Повторное питье вновь восполняет кофеин в организме, опять-таки ненадолго. Получается, что напиток будет хотеться всегда. В результате — истощение

защитных сил организма, постоянная сонливость, головные боли, переутомление.

ПИТЬЕВЫЕ ВОДЫ РАЗЛИВАЮТ ДВУМЯ СПОСОБАМИ.

ПЕРВЫЙ СПОСОБ. Воду из водопровода или открытых источников (реки, озера) очищают до состояния практически дистиллированной, пропуская через фильтр обратного осмоса, и добавляют различные макро- и микроэлементы. Так поступают сегодня не только импортные монстры. Вода для нашего водопровода забирается из открытых водоемов, где имеются органические вещества, затем хлорируется, при соединении с нами хлор образует хлороформ. Как он влияет на наше здоровье? Вы можете получить онкологию! Стоит ли пить такую воду?

ВТОРОЙ СПОСОБ. Воду разливают из артезианских скважин. Такую воду швейцарский профессор Джоан С. Дэйвис, посвятившая 30 лет изучению вод, называет «мудрой». Ее исследования показывают, что воде, упавшей с неба дождем, требуется порой сотни лет, чтобы стать артезианской. Вода становится «мудрой», после того как, упав на землю дождем, просачивается сквозь нее, собирая информацию, содержащуюся в минералах, и энергию Земли, она, как и наш организм, заряжена отрицательно и передает собранное организму.

ПИТЬЕВАЯ ВОДА «STELMAS ZN, SE»

«Стэлмас» — «мудрая» вода, добываемая с глубины ~100 м, пролившаяся дождем в XVII–XVIII веках, когда была хорошая экология и меньше людей с вредными мыслями и наклонностями, а больше веривших в Бога. Вот такую воду мы готовим для вас и рекомендуем пить. Есть у нее и третье преимущество перед другими питьевыми водами. «Стэлмас» содержит дефицитные жизненно необходимые микроэлементы J (йод), Zn (цинк), Se (селен), Mn (марганец), Cr (хром), Mg (магний). Их дефицит в Москве и в больших городах таков: J — около 60%, Zn — около 43–47%, Se — около 53–57%, Mn, Cr и Mg — около 17–20%. Этих жизненно необходимых микроэлементов нашему организму требуется очень мало, но без них мы можем не только заболеть, но и умереть, а в воде «Стэлмас» они содержатся в значимом для организма количествах.

Как они влияют на наше здоровье?

Йод (J) — (до 125 мкг/л; суточная потребность 150–200 мкг)

Является обязательным структурным компонентом гормонов щитовидной железы. Для выработки гормонов только щитовидная железа должна в сутки поглощать около 60 мкг йодида.



Способствует увеличению общего обмена, увеличивает потребление кислорода, влияет на общий рост, физическое и психическое развитие, состояние кожи и волос; участвует в развитии нервной системы и регуляции психики, сердечно-сосудистой и половой системы, ЖКТ и костно-мышечной ткани. Крайне необходим для нормального роста и умственного развития детей, для регулирования содержания жидкости в теле; повышает активность крови. Абсолютно необходим щитовидной железе для выработки тироксина — главного гормона, заставляющего клетки производить все белковые насосы, регулирующие баланс натрия и других минералов снаружи и внутри клеток.

По данным ВОЗ, наше здоровье на 20% зависит от экологии. Повлиять на нее каждый из нас не в состоянии, но вот помочь справиться с ее вредным воздействием на наш организм нам по силам. Вредными факторами в экологии являются тяжелые металлы, особенно свинец (Pb) и кадмий (Cd). Из-за их увеличения в атмосфере количество смертей от сердечно-сосудистых заболеваний в Москве за последние годы увеличилось на 25%. А вот Zn и Se, находящиеся в воде «Stelmas», служат их детоксикаторами, а еще цинка и селена мужчинам в сутки требуется в 1,5 раза больше, чем женщинам.

Селен (Se) — (до 10 мкг/л) — элемент, продлевающий жизнь

В Финляндии его ввели в рацион питания, и за два года количество сердечно-сосудистых заболеваний снизилось в 2 раза, а болезней эндокринной системы — на 77%, общее количество заболеваний — на 47%. Самая значительная нехватка селена — в возрасте 45–55 лет и после 70 лет. Этот феномен, названный профессором А.В. Скальным «селеновой ямой», — одна из основных причин повышенной заболеваемости и смертности среди этих возрастных групп, в том числе от злокачественных новообразований и сердечно-сосудистых заболеваний.

Селен присутствует в ядре клетки. У мужчин 50% селена содержится в яичках и семенных канатиках, так как этот микроэлемент связан с половыми гормонами. При достаточном поступлении селен улучшает остроту зрения, повышает восприятие света сетчаткой (что очень важно при работе с компьютером), эффективен при заболеваниях поджелудочной железы и инфаркте миокарда, поддерживает эластичность кожи, ускоряет заживление ран, помогает в лечении и профилактике перхоти...

Селен способствует борьбе с инфекционными заболеваниями, высокой концентрацией холестерина, нарушением работы сердца, поджелудочной железы и печени, снижает риск возникновения злокачественных новообразований желудка, кишечника, молочной железы, яичников, простаты и легких. По исследованиям, проведенным в США, при нормализации уровня селена в организме риск заболевания раком легких снижается на 44%, молочной железы — на 60%, ЖКТ — на 61%, простаты — на 65%. У людей пожилого возраста смертность от онкологических заболеваний при достаточном поступлении в организм селена снизилась на 75%.

Уровень селена в крови у беременных женщин уменьшается с увеличением срока беременности. Дефицит селена повышает риск развития у плода и новорожденного сердечно-сосудистой патологии, злокачественных новообразований, может привести к синдрому внезапной смерти. Продукты

детского питания практически не содержат селен. Отмечен дефицит селена у недоношенных детей — возникают заболевания дыхательной системы. Вследствие дефицита селена могут возникать частые заболевания, мышечная дистрофия, болезнь поджелудочной железы.

Меня часто спрашивают, а не случится ли передозировки и интоксикации от этих ультрамикроэлементов, присутствующих в воде? Давайте вместе попробуем разобраться.

Столовая артезианская вода «Stelmas» имеет маленькую общую минерализацию, не более 600 мг/л и содержание селена (Se) в ней не более 10 мкг (0,01 мг/л).

Физиологическая потребность для мужчин составляет 70 мкг в сутки, для женщин — 55 мкг в сутки, а для детей от 10 до 50 мкг в сутки. То есть при употреблении литра воды в сутки при идеальных условиях усвоения минерала вы получаете не более 20% суточной потребности в нем!

Верхний допустимый уровень потребления селена составляет 300 мкг в сутки.

Избыток селена может вызывать неблагоприятные последствия, но возникает он при длительном употреблении селена в дозе более 1000 мкг в день (1 мг в день).

Интоксикация селеном возникает при употреблении 5 мг (5000 мкг) селена в сутки. Так как уровень селена в воде менее 10 мкг/л (0,01 мг/л), то переизбыток его в организме, который можно четко связать с потреблением данной воды, может быть только в том случае, если вы принимали длительный период времени по 100 л воды в сутки, а интоксикация теоретически возможна, но при употреблении 500 л воды в сутки.

Цинк (Zn) — до 5 мг/л (суточная потребность 14–18 мг)

Цинк на 98% внутриклеточный антистрессовый минерал. Цинк входит в состав 200 ферментов, катализирует энергетические процессы в клетке. Стимулирует развитие мозга, умственную активность, рост и развитие. Активизирует костеобразование, ускоряет заживление внутренних и наружных ран, необходим для нормального роста волос, ногтей, влияет на созревание половых органов. Стимулирует функцию размножения, участвуя в синтезе мужского полового гормона тестостерона, помогает в лечении бесплодия и болезней предстательной железы. Повышает сексуальную активность и увеличивает потенцию. Имеет решающее значение в регуляции дыхания. Является детоксикатором метаболитов алкоголя.

Действие инсулина, глюкагона и кортикостероидов зависит от концентрации цинка в организме.

Цинк используется при лечении шизофрении, предотвращает атеросклероз, головные боли, ускоряет заживление послеоперационных ран вдвое.

Люди с дефицитом цинка часто и длительно болеют простудными и инфекционными заболеваниями.

А еще Zn и Se являются детоксикаторами тяжелых металлов свинца (Pb) и кадмия (Cd), которые ведут к возникновению сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Справиться с плохой экологией каждому из нас не под силу, а вот помочь своему организму произвести детоксикацию Pb и Cd и застраховать себя от болезней мы можем, начав пить воду «Стэлмас Zn, Se».

Вот такую жизненно необходимую воду компания «Стэлмас-Д» выпускает для вашего здоровья. Пить ее рекомендуется хотя бы 1 л в сутки. Эффективность воды «Стэлмас» увеличится, если пить ее за полчаса до еды и через 2,5 часа после еды по 200–250 мл. Это позволит вам провести профилактику многих заболеваний, а некоторые и вылечить. На этой воде можно готовить пищу.

Мы провели такой эксперимент. Взяли пять бутонов роз и поставили в различные известные воды. Во многих они просто распустились, а в воде «Стэлмас» распустились очень красиво и простояли на два дня дольше. Что говорит о большой жизненной силе этой воды.

«СТЭЛМАС O₂» — вода, обогащенная кислородом

Вода и кислород — две основные составляющие, необходимые для жизни на Земле. Человек может прожить без пищи до 40 дней, без воды — не более 7 дней, ребенок — 2–4 дня, а без кислорода — всего несколько минут. Значит, роль двух простых субстанций (кислорода и воды) в поддержании жизни намного важнее, чем сотни гораздо более сложных молекул. Конечно, без последних полноценная жизнь также невозможна, но в ее основе лежат все-таки вода и кислород. Кислород обеспечивает обмен веществ в живой природе.

Организм человека получает основную энергию для осуществления жизнедеятельности от сжигания кислородом питательных веществ (окислительно-восстановительной реакции).

Обмен веществ — это непрерывная замена одних молекул на другие, то есть распад одних и синтез других молекул, нужных организму в данный момент и в данном его месте.



Дыхание

Главная функция дыхания — газообмен. Наш организм во время дыхания получает O₂ и освобождается от излишков углекислоты, образующейся в результате обмена веществ.

«Кислород — источник жизни на Земле. Без кислорода клетки не растут и умирают» (Отто Варбург, лауреат Нобелевской премии за это открытие).

При нашем постоянно ускоряющемся темпе жизни, ухудшающейся экологии, замене питьевой воды напитками организму все труднее адаптироваться к этим не предусмотренным природой воздействиям.

Мы живем в условиях постоянного дефицита витаминов, минералов, да и просто чистого воздуха. Многие исследования свидетельствуют о высокой степени вредных примесей в воздухе, а содержание O₂ ниже нормы уже на 5%. 150 лет назад содержание O₂ в воздухе достигало 26%, а в доисторические времена динозавры дышали воздухом, в котором кислорода было

больше трети. В настоящее время концентрация O_2 в воздухе около 21%, в подземном транспорте — около 20,4%, в высотных зданиях — около 20,3%, а в битком набитом вагоне метро всего 20,2%. Сегодня все жители городов страдают от хронической нехватки кислорода. Ежедневное кислородное голодание называют гипоксией.

Давно известно, что повышение концентрации кислорода во вдыхаемом воздухе до уровня, установленного природой (около 30%), благотворно сказывается на здоровье человека. Не зря космонавты на МКС дышат воздухом, содержащим 33% O_2 .

Первыми симптомами нехватки O_2 являются сонливость, утомляемость, снижение внимания и работоспособности, головные боли, функциональные изменения работы сердечно-сосудистой системы.

Длительно существующая гипоксия приводит к развитию многих хронических заболеваний, которые, в свою очередь, будут усугублять уже имеющуюся нехватку O_2 в тканях.

Таким образом, серьезной проблемой в наши дни становится поиск способов утоления кислородного голода. Конечно, отпуск, проведенный на чистом воздухе, вносит свою лепту в оздоровление организма, но что делать нам в остальные 11 месяцев года?

В этой ситуации поистине находкой становится способность H_2O восполнить наши запасы O_2 . Но для этого вода сама должна быть богата O_2 .

Итак, для жизнедеятельности всех органов постоянно нужны вода и кислород. Ученые давно пытались объединить их, и вот сегодня в результате долгих исследований появилась вода нового поколения, обогащенная кислородом. Особую популярность в Европе она завоевала у людей, ведущих активный образ жизни, и у тех, кто следит за своим здоровьем.

Содержащийся в воде кислород активно стимулирует кровоснабжение мозга, что способствует концентрации внимания, улучшению памяти, повышает быстроту реакции при принятии ответственных и срочных решений, обеспечивает успех в учебе и делах.

Таким образом, начав пить воду «Стэлмас O_2 », обогащенную кислородом, вы насытите дополнительным кислородом желудочно-кишечный тракт, что позволит нормализовать переработку и усвоение пищи. Далее вода поступит в кровь, печень, а затем в сердце, легкие и другие органы, дополнительно обогащая их кислородом, произведет таким образом профилактику и одновременно при необходимости лечение вашего организма.

Вода «Стэлмас O_2 » помогает нормализовать работу органов пищеварения после удаления желчного пузыря (мой опыт), снять усталость организма, чувствовать себя бодрее.

«Многие хронические боли обусловлены недостатком кислорода в клеточной основе», — сказал известный доктор медицины М.Д. Кайтон.

Организм — наш лучший врач. Получая воду и дополнительный кислород, он подает об этом сигнал в мозг, а тот перераспределяет кислород, поступивший через легкие в другие органы и системы, которые получали его в дефиците, или в места, где он особенно необходим в настоящее время. При этом бактерии кишечника начинают делиться в два раза медленнее

(д-р биол. наук проф. Воейков) и лучше перерабатывать питательные вещества, при этом вы получаете больше энергии.

300–500 мл воды «Стэлмас O₂», выпитые за несколько минут, снимают проблему диареи.

Пейте воду «Стэлмас O₂», обогащенную кислородом. Вы очень быстро заметите, что проблем со здоровьем поубавилось, и на жизнь будете смотреть более оптимистично.

BIOVITA — структурированная вода

Вода! Самое непознанное вещество на планете Земля! Ученым не удалось подобраться к ней ни с одним мерилom. Она может как выделять, так и поглощать огромную энергию, подниматься вверх без насосов, обладает ночью большей энергией, чем днем. Без нее нет ни одной жизни на Земле. В зависимости от организации (построения) молекул она по-разному действует на наш организм и здоровье. Не зря издревле люди поделили воду на мертвую и живую, способную убивать и давать жизнь.

Как открыли ученые, оказывается, в структурированной воде (хорошей, мягкой, правильной, а лучший термин, видимо, активной, организованной) одновременно имеются две структуры: одна более плотная, вторая, окружающая ее, более жидкая. И эта правильная вода и убивает и дает жизнь одновременно, убивает вредные бактерии (как в организме, так и в водоемах), а хорошие активизирует, приводя к очищению и нормализации обмена веществ.

Мы начали производство структурированной воды **BioVita** («Биожизнь»). Эта вода добывается из природного артезианского источника и обрабатывается информацией первородной воды — воды, с которой, возможно, и началась жизнь на нашей планете Земля. И еще магнитными волнами с частотой вибрации здорового человека и инфракрасным и ультрафиолетовым излучениями с длиной волны, способствующей возникновению жизни, дополнительно насыщается кавитационной энергией для более длительного сохранения своих свойств. Сегодня это единственная вода со сроком годности 2 года, в течение которого сохраняются ее удивительные свойства.



Химический состав воды

В литре воды содержится	Мг
Общая минерализация	450–950
Кальций (Ca)	80–180
Калий + натрий (K + Na)	< 50
Магний (Mg)	< 15
Гидрокарбонаты	300–500
Хлориды	< 50
Сульфаты	< 100
Кремниевая кислота (SiO ₂)	5–25

Ей задана информация и частота вибраций первородной воды, воды, содержащейся в теле абсолютно здорового человека, и дополнительно подзарядили кавитационной энергией. Это позволило воде стать более мягкой, быстро протекать по сосудам, доставляя питательные вещества и кислород в клетку, очищая сосуды от холестерина, а клетку и межклеточное пространство от вредных отработанных веществ, позволяя быстро наполнить организм водой, здоровьем и энергией. Благодаря кавитационной энергии вода наполнилась дополнительным кислородом. Вода, добытая из скважины глубиной 90 м, уже находящаяся в бутылке и не взаимодействующая с воздухом, показывает содержание кислорода 7,3 мг/л. Тогда как вода, даже постоянно соприкасающаяся с кислородом, содержит всего ~5 мг/л. А ведь этот кислород, поступая с водой в кровь, клетку, активизирует выработку быстрой энергии из углеводов, дополнительно поступает в мозг, предупреждая и убирая головные боли, увеличивает энергетику мышц.

Имея частоту вибраций здорового человека, BioVita, встречая в организме инородные (несоответственные) вибрации, начинает воздействовать на них, исправляя в нужную сторону и приводя к их исчезновению и выздоровлению организма. Так происходит очистка капилляров от белковых токсинов, нормализуется кислотно-щелочной баланс всего организма. 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.

В Канаде был произведен интересный эксперимент с крысами. 38 животным модифицировали патологический процесс (рак поджелудочной железы), и все они вскоре должны были умереть. Ученые взяли новорожденных здоровых крысят, разместили в 60 км от лаборатории и стали передавать сигналы о работе их поджелудочной больным крысам. Через некоторое время абсолютно все крысы были здоровы. Вот такую здоровую информацию несет и наша вода BioVita, и действует она не только при приеме, но и при наружном применении — быстро останавливает кровотечение, лечит ссадины. Очень эффективны примочки при ожогах и ушибах и даже переломах, прекрасно действует на кожу, поскольку содержит дополнительный кислород и кремний.

Понять все это можно, если вспомнить физику за среднюю школу. Помните ядро, орбиты, электроны, колебания? В конечном итоге все вокруг и мы сами представляем вибрации, и если они правильные — мы здоровы, а поскольку 99% молекул нашего организма — это молекулы воды, то от нее во многом и зависит наше здоровье. От того, насколько эта вода текуча, обладает способностью быстро растворять и переносить питательные вещества и т.д. Хорошая вода — это живая структура, и проверить и доказать это просто. Зададимся вопросом: «Если объект на 99,0% состоит из воды, это вода?» Вода! Поскольку минеральные воды состоят из воды и микроэлементов, то никто и не сомневается в том, что это вода. Так вот, медуза на 99,0% состоит из воды и она живая, то есть вода живая. Сомнения, конечно, могут возникнуть, чтобы устранить их, больше читайте о воде. Сегодня ученые, изучающие воду, говорят о том, что современное представление о воде соответствует уровню знаний доньютоновской науки, то есть XVII–XVIII векам. Хорошо, что хоть немногие сегодня понимают, что «вода важнее, чем еда», и это позволяет им быть здоровыми.

Как проверить, что BioVita именно такая, структурированная вода? Вот несколько способов, думаю, вы придумаете и другие.

1. Наберите воды в рот, полощите его и проглотите воду. Вы почувствуете, какая она мягкая, как она очистит ротовую полость и незаметно мягко глотается. Так же мягко и быстро она растечется по организму, проходя в клетки, очищая их и неся в себе энергию и здоровье. Если у вас начинает першить горло, начните незамедлительно пить **BioVita** и полоскать носоглотку. Вы не дадите болезни развиваться.

2. Наполните несколько сосудов различными водами, в том числе и **BioVita**, поставьте в них цветы и посмотрите, в каком сосуде они простоят дольше. Это скажет о ее животворящей силе.

3. Обмойте кусочки мяса разными водами и положите в холодильник. После такой процедуры мясо, обмытое водой **BioVita**, будет свежим значительно дольше (практически в 2 раза). Образуется тончайшая защитная от кислорода пленка, гниения не происходит. Это работа мертвой воды, убивающей и не допускающей размножения вредных бактерий.

Что такое болезнь, боль? Это всего лишь сигнал, информация нашего организма о том, что ему чего-то не хватает для нормальной работы. Все начинается с клетки. У заболевшей клетки меняется частота вибрации, которая распространяется на соседние клетки, передавая им болезнь, и мы получаем сигнал — боль. В основном при этом ей не хватает воды, поскольку при огромном количестве биохимических реакций, происходящих в клетке (~1 млн в секунду), образуется большое количество вредных веществ, которые необходимо выводить, и эту функцию выполняет вода. Если в это время вы начнете пить структурированную воду, то, попав в клетку и межклеточное пространство, она будет воздействовать на клетку своими вибрациями изнутри и снаружи, проводя лечение, при этом большие клетки, не подлежащие лечению, быстро выводятся из организма, находящиеся в начальной стадии болезни — поддерживаются, но не размножаются, а здоровые — ускоренно размножаются, неся организму здоровье. И как показали исследования, выздоровление наступает на 40% быстрее.

И здесь огромное значение имеет тот факт, что вода в межклеточном пространстве меняется раз в 5–7 дней, полностью в организме — за 4 недели. Поменяв воду, мы минимум на 75% меняем большой организм на здоровый, а если в это время давать ему дефицитные жизненно необходимые витамины и микроэлементы, то можно практически полностью поменять его, за исключением мозга. Очень хорошо своими вибрациями работает с нашим организмом BioVita и при наружном применении: это порезы, ожоги, ушибы, переломы и др. Со мной это было так. При пересадке цветов разбился горшок, и я сильно порезал палец, кровь полилась тоненьким ручейком. Я промыл рану BioVita, зажал рану на минуту — кровь остановилась, а через четыре часа я уже щелкал пальцами обеих рук, забыв, где порез. При ожогах, ссадинах, переломах великолепно работают примочки, при этом не забывайте о приеме воды BioVita внутрь. Она содержит в одном литре половину суточной потребности дефицитного кремния, который тоже помогает в оздоровлении организма. Прочтите еще раз о нем в **«Sulinka кремниевая»** и микроэлементах. Это не фантастика. Это наука, о которой не только мы, но и врачи еще мало знают, поскольку фармацевтическим компаниям мы нужны хоть немного, но больные.

Недавно мы получили материалы исследований по воде **BioVita**, проведенных в МГУ. Исследования (сравнения) проводились с исходной водой **«Стэлмас»**, производство которой налажено в Тульской области (д. Верхний Суходол). Результаты подтверждают все выше описанные свойства, и при этом оказалось, что энергонасыщенность (активность) **BioVita** более чем в 2,5 раза выше, чем у **«Стэлмас»**, и свои свойства она может сохранять гораздо дольше исходной воды. Энергонасыщенность — о чем говорит этот термин? Он говорит о той энергии, которую имеет и может выделить каждое вещество, материал, продукт. Энергонасыщенность воды — это та энергия, которую мы получаем, выпивая эту воду.

Энергонасыщенность определяет высокую активность в химических реакциях и биохимических процессах.

Все эти процессы происходят в человеческом организме.

Чем выше энергонасыщенность, тем выше разрешающая способность, тем медленнее течет время, тем шире возможность адаптации к внешним воздействиям.

Патогенные (болезнетворные) микроорганизмы могут обитать только в неактивной воде, тогда как в активной они либо погибают, либо теряют свои патогенные свойства и становятся кормом для полезных бактерий.

Мысль, не имеющая энергетической подпитки, не вызывает никаких изменений состояния. Мысль, которая энергетически обеспечена, — это мысль действующая, она формирует реальность и изменения в ней (кровь на 94% состоит из воды, до 25% крови поступает в мозг).

Сегодня в научном мире медицины существует много теорий возникновения болезней и старения организма, но до 90% этих теорий сводится к тому, что в процессе работы нашего организма появляются положительные заряженные частицы водорода H⁺, называемые свободными радикалами. Для их нейтрализации организм вырабатывает свободные электроны — антиоксиданты. И если их не хватает, они срывают электроны с

орбит молекул, приводя к повреждению клетки, вызывая недомогание, болезнь, а затем и старение.

Так вот, **BioVita** дает организму дополнительную чистую энергию и свободные электроны и позволяет организму экономить свою энергию. Возможно, эти параметры и помогают нашей воде творить чудеса с нашим организмом.

«Вода из будущего»: SVETLA, активированная фуллеренами

В экспериментах жизнь подопытных животных удалось продлить в два раза с помощью воды или оливкового масла, активированных фуллеренами (прежде удавалось только на 15–20%).

Мы привыкли слышать и уверены в том, что лучшая вода — это вода, пролившаяся дождем тысячи лет назад. Экология, информационное поле — все было идеально.

А что значит «вода из будущего»? Нужна ли она нам? Значит ли это, что эта вода еще не пролилась дождем, но тогда где и в каком состоянии она находится сейчас, перед розливом в бутылки?

Конечно, это аллегория, и эта вода в действительности пролилась дождем сотни лет назад.

Как возникла идея такого малопонятного толкования происхождения воды?

29 апреля мне позвонила женщина в целях уточнения правил приема воды **Svetla**. После объяснения (1-ю неделю — по 1,0–1,5 л, а затем достаточно 0,5 л в сутки) я спросил, не возникло ли у нее сомнения по поводу качества и свойств воды? Ее ответ меня и удивил, и озадачил, и порадовал. Оказывается, среди ее друзей есть ясновидящие. Она раздала им нашу воду **Svetla** и попросила охарактеризовать ее. Все ясновидящие отметили очень мощный световой поток, исходящий от воды **Svetla**, и сказали, что другой воды с подобной активностью на Земле пока нет. А еще они заявили, что в будущем ее будут пить все долгожители нашей планеты. Вот и получается, что это — вода «будущего», или «из будущего», а мы уже сегодня имеем возможность ее пить и получаем шанс стать долгожителями! И пока люди разберутся в уникальных свойствах этой воды, будущее как раз и наступит.

Была у меня в этот день еще одна запомнившаяся встреча, которая и повлияла на выпуск новой газеты.

В офисе встретил мужчину 83 лет. Он рассказал, что заботится о своем здоровье, делает все, что советуют врачи, строго следит за диетой, делает зарядку, плавает в бассейне, принимает витаминно-минеральные комплексы. Но вот беда — все время скачет давление: утром — 140, после обеда — 160. Прочитав мою книгу и газету с информацией о воде **Svetla**, он купил упаковку этой воды и уже после четырех выпитых 1,5-литровых бутылок

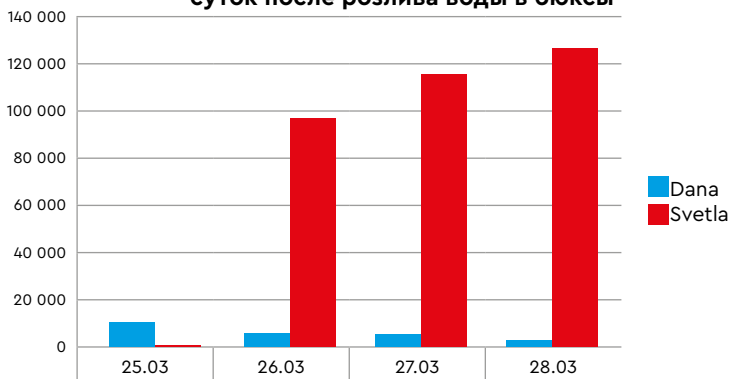


отметил тенденцию к снижению и стабилизации артериального давления. Поэтому пришло закономерное решение продолжить пить воду **Svetla**. И еще он попросил объяснить, как работает эта вода с научной точки зрения (подобно книге «Как замедлить старение и с чего начинаются болезни»). Это будет не просто, вода только появилась, причем такая необычная — «из будущего». Давайте попробуем разобраться на основе уже имеющихся научных знаний и результатов первых исследований.

Итак, ясновидящие заявили о сверхмощном световом потоке, которого нет ни у одной современной воды. В физике световой поток оценивает энергетическую величину, то есть мощность излучения.

Данное утверждение ясновидящих уже подтверждено исследованиями, проведенными в МГУ, которые показали, что энергонасыщенность (мощность — активность) воды **Svetla** в десятки раз превосходит активность исходной воды Dana — одной из лучших вод Европы.

Динамика изменения активности вод Dana и Svetla в течение пяти суток после розлива воды в бьюксы



Обратите внимание, что в первый день энергонасыщенность исходной воды Dana в разы превышает энергонасыщенность воды **Svetla**. Но уже на вторые сутки у воды **Svetla** энергонасыщенность в десятки раз выше, чем у воды Dana. На четвертые сутки у воды Dana энергонасыщенность (как и у всех вод, за исключением воды **BioVita** (слайд №3) падает, в то время как у воды **Svetla** продолжает расти. По энергонасыщенности вода **Svetla** в 82 раза превышает воду Dana, а российские бренды в сотни раз! Это подтверждено исследованиями, проведенными в 2011 году.

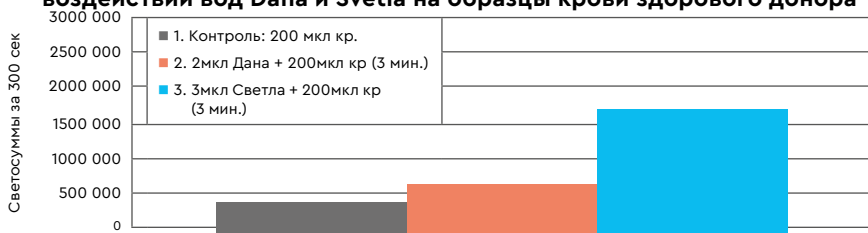
Энергонасыщенность у воды **Svetla** падает очень медленно и сохраняется в огромном количестве и на седьмой день. Помните: вода в межклеточном пространстве меняется за 5–7 дней; без воды человек живет 5–7 дней, а без пищи более 40 дней. Значит, вода не только вырабатывает, но и хранит энергию в нашем организме.

Что происходит? Как заряжается вода? Ситуация схожа с аккумулятором. После заливки электролита он заряжается и способен долгое время отдавать энергию. У нас после перелива **Svetla** в стеклянные емкости или другую посуду вода начинает активно взаимодействовать с кислородом и окружающей средой, собирая из нее энергию, которой вокруг очень мно-

го, она как бы набирается сил, а такую разницу в показателях по энергоснащенности объяснить можно только пропуская через активирующие установки. Сегодня мы в основном пьем воды, забирающие энергию у организма (за исключением **BioVita**), но в будущем, я уверен, люди научатся активировать воду и она будет давать энергию организму, как **Svetla**, и все станут долгожителями. А пока только мы получили воду такой активности, и вы уже сегодня можете пить воду «из будущего».

В активной воде перестают размножаться, теряют свою активность и в результате гибнут болезнетворные бактерии, растет антивирусная защита. В такой воде значительно больше активных форм кислорода (АФК). Это также подтверждено исследованиями, проводимыми в МГУ. Во втором эксперименте в кровь, взятую у здорового человека, добавили всего по 1% воды **Dana** и **Svetla**.

Сравнение показателей интенсивности выделения АФК (активных форм кислорода) белыми клетками крови (нейтрофилами) при воздействии вод **Dana** и **Svetla** на образцы крови здорового донора



Количество АФК в крови с добавлением воды **Svetla** увеличилось более чем в 3,5 раза. АФК очень мало в кислороде воздуха, всего до 500 шт. в 1 см³, тогда как молекул нейтрального кислорода (O₂) порядка 10¹⁶. АФК чрезвычайно важны для работы организма, без них жизнь невозможна. В организме из кислорода воздуха постоянно вырабатывается до 30% АФК, а в стрессовых ситуациях до 90%.

Для нормальной активной жизни необходимо обязательное потребление хотя бы малого количества АФК извне — с воздухом, пищей, водой, несмотря на выработку значительного количества АФК самим организмом, они служат как бы спичками, запалом,...

Еще профессор А.Л. Чижевский доказал, что отрицательно заряженные ионы воздуха необходимы для нормальной жизнедеятельности. И хотя их концентрация в чистом воздухе ничтожно мала, подопытные животные при их отсутствии погибали от удушья в течение нескольких дней. Сегодня установлено, что обогащение АФК воздуха нормализует давление крови и ее реологию, облегчает насыщение тканей кислородом, усиливает устойчивость организма к стрессовым факторам и многое другое. Что и произошло с 83-летним мужчиной.

Из АФК организм вырабатывает энергии в 8–10 раз больше, чем при обычных биохимических реакциях из АТФ, а без энергии нет жизни. Таким образом, АФК — универсальный регуляторный фактор, благотворно влияющий на процессы жизнедеятельности как на уровне клетки, так и организма в целом.

Биологические процессы в организме постоянно замедляются. Это как

тлеющие дрова или уголь в печи, которые не могут догореть, поскольку нет тяги или начальной мощности (жара).

Процессы, происходящие в печи и организме, схожи. Сравним их. В новой печи при правильном поджоге и хорошей тяге дрова догорают до пепла полностью. Но в зависимости от качества дров дымоходная труба постепенно засоряется, тяга уменьшается, дрова не прогорают, остаются головешки, которые мы дожигаем при следующей топке печи. При этом мы знаем, что печи требуется профилактика, очистка дымоходов, и мы это делаем. Умные — сразу, другие — чуть позже, наглотавшись угарного газа и пригласив специалиста-печника.

В организме все сложнее, но все-таки похоже. В детстве все перерабатывается им на «ура» и он выдает больше энергии, если только не отравить плохим продуктом (сырые дрова) — тогда болезнь. С возрастом каналы-сосуды и организм в целом засоряются, их тоже необходимо чистить, или «дожигать» продукты. Как почистить кишечник, печень минеральной водой **«Stelmas Mg очищающая»**, многие уже знают. А теперь мы получили воду **Svetla** с АФК, которые помогут «дожечь» переработанные продукты и вывести их из организма. Продукты сгорят полностью, передавая всю запасенную ими энергию организму. Каналы в печи от сажи очищают, сжигая в ней сухие осиновые дрова (они не выделяют сажи и попутно сжигают ее, а мы получаем дополнительное тепло). То же самое происходит в нашем организме при поступлении в него дополнительных АФК.

АФК выступают здесь в роли новой искры или свежего ветерка, сдувающего пепел, что позволяет дожечь продукты до полного сгорания и получить больше энергии. Процессы, подобные этому, происходят и в большом организме, потому зачастую так эффективна озонотерапия.

Участвующие во многих биологических процессах производные АФК защищают от повреждения мембраны клеток, разрушают старые и иммунологически несовместимые клетки, способствуют разрушению злокачественных клеток и клеток, пораженных вирусами.

Организм, пытаясь победить болезнь, производит все больше АФК, поскольку болезнь для организма — стресс, а в стрессовой ситуации должно АФК производиться в 2–3 раза больше. Это как при сахарном диабете 2-го типа, когда у больных инсулина вырабатывается в разы больше, чем у здорового человека, но клетки его не узнают, и он не работает. И здесь, хоть и малым, доказательством будет стабилизация давления у 83-летнего мужчины и облегчение паркинсонизма у 16 человек после начала приема ими вод **Svetla** и **«Стэлмас Mg»**.

Доказательством необходимости присутствия АФК в организме послужат две фразы из исследования РОНЦ им. Н.Н. Блохина, проведенного в 2001 году, когда после применения химиотерапии больным давали лекарства и наблюдали за их действием.

«Анализ средних спонтанных максимальных значений и светосуммы ЛХЛ и ЛЦХЛ, отражающих уровень образования АФК покоящимися НЛ (нейтрофилы — белые клетки крови, отвечающие за выработку АФК), выявил увеличение генерации АФК и супероксидного анион-радикала (O_2^-)» (увеличение выработки АФК — это ответ на стрессовую ситуацию, химиотерапию).

«У больного № 7 наблюдали сильное снижение продукции АФК, снижение синтеза АФК в НЛ больного можно объяснить истощением их резервных возможностей на фоне применения химиотерапии». (Вот здесь уже тревожная ситуация.)

Получается, что без АФК невозможно полноценное функционирование иммунной системы, а значит, и жизни. В нашем случае при добавлении в кровь 1% воды **Svetla** количество вырабатываемых АФК увеличивается более чем в 3,5 раза за счет активации работы нейтрофилов, и это помощь организму. Возможно, именно этот факт способствовал замедлению роста атипичных клеток до 70% у подопытных крыс (см. исследования РОНЦ им. Н.Н. Блохина). Подобным эффектом обладает вода **BioVita**, которая в эксперименте в онкологическом центре г. Самары совместно с минеральной водой **«Стэлмас Mg очищающая»** смогла привести к 100-процентной реабилитации иммунной системы при раке молочной железы после химиотерапии и облучения.

Давайте порассуждаем немного о роли АФК в организме с точки зрения здравого смысла. Итак, в 1 мл воздуха АФК ~500 молекул. И вот организм, зная, что АФК вредны для него, все же вырабатывает их из кислорода воздуха 3×10^{15} молекул АФК из каждого мл (напомню: его в 1 мл ~ 10^{16} молекул), а в стрессовых ситуациях 9×10^{15} АФК. Неужели мозг нашего организма, наш «биокомпьютер», — самоубийца, медленно убивающий себя и нас заодно? Конечно, нет! Увеличивая выработку АФК, он увеличивает выработку энергии, пытается спастись, основное количество энергии поступает именно в мозг.

Здесь, видимо, следует вспомнить теорию «Я» и «Он». «Я» — хозяин, это душа, чувства, эмоции, право владения телом и, что особенно прискорбно, руки, которые в угоду чувствам и вкусовым рецепторам тянут в рот все, не считаясь с вредом для здоровья организма.

«Он» — бесправный раб, который очень часто страдает из-за прихотей хозяина и просит помощи у мозга. На сегодня это самый мощный «биокомпьютер», ему неизвестны чувства и эмоции, он выполняет программу выживания. Программа, заложенная Создателем, очень хорошая, но и в ней бывают сбои, когда компьютеру не хватает энергии (20% крови поступает в мозг, неся энергию). Кровь на 94% состоит из воды, а мы теперь знаем, сколь много энергии и кислорода она может содержать и переносить. И когда ее не хватает, она забирается у организма. Всегда ли ее хватает?

«Я» и «Он» не очень понимают друг друга. Нас этому не учат, и в результате, когда организму нужна помощь в виде воды, «Я», расчувствовавшись, начинает курить, пить спиртные напитки или кофе, дополнительно обезвоживая организм и нанося еще больший вред. Вот здесь как раз и поможет стакан воды **Svetla**. Надеюсь, вы помните, что 30% людей, умерших от инфаркта, могли бы жить, если бы им в первые минуты дали всего лишь стакан воды.

«Причем здесь продление жизни?» — спросите вы.

Несмотря на многочисленные, продолжающиеся и по сей день исследования ученых, нет единой теории, которая объяснила бы, почему мы

стареет. Пока множество теорий сводятся к свободнорадикальной — не хватает антиоксидантов. Мне кажется, не хватает еще и АФК, а значит, и энергии. Все так и оказалось: последняя теория старения (2019 г.) говорит о том, что после 40 лет в организме уменьшается выработка АФК и старение ускоряется (США).

Предлагаю свою, не во всем научную гипотезу.

В связи с нехваткой АФК все биохимические процессы в нашем организме замедляются, и мы «закисляемся». Иными словами, костер затухает, энергии вырабатывается все меньше, мы стареем и покидаем сей мир. Что мы получаем, выпив стакан воды Svetla, 1% которой увеличивает количество АФК в крови более чем в 3,5 раза? В организме взрослого человека работает ~5,0–5,5 л крови. 1% составит 55 мл, значит, мы получаем одновременно 4,5%, то есть количество АФК, получаемых организмом извне без затрат энергии, увеличивается в разы. При этом и количество получаемой жизненно необходимой энергии, вырабатываемой в присутствии АФК, также увеличивается в разы, и, следовательно, мы получим больше и других положительных эффектов. Например, лучше заработает мозг, эффективнее заработают мышцы... Вероятно, при этом будет вырабатываться больше свободных радикалов, и вот здесь в работу вступят водные кластеры, образованные гидратированными фуллеренами, каждый из которых может нейтрализовать тысячи свободных радикалов. В итоге мы получаем максимальное количество энергии, не нанося при этом вреда организму. «Костер горит» с максимальным коэффициентом полезного действия, «согревая» организм и поставляя ему энергию для жизни. Пока организм вырабатывает энергию, мы живы. Возможно, поэтому в далеком (библейском) прошлом, когда в воздухе было много АФК, а в пище много антиоксидантов, люди жили сотни лет (Мафусаил, согласно Библии, прожил 969 лет). В 2019 году в США эта теория была подтверждена, дефицит АФК после 40 лет ускоряет старение.

В отличие от других антиоксидантов, которые расходуются с радикалами один к одному, водные растворы фуллерена C60 работают, организуя вокруг себя кластеры воды, которые собирают и нейтрализуют между собой в своих слоях радикалы. Фуллерены способны восстановить многие нарушенные функции организма. Они являются «разумными» антиоксидантами длительного действия, превосходя по эффективности уничтожения свободных радикалов все известные антиоксиданты.

Исследования применения фуллеренов на животных показали снижение роста патологических клеток на 30–70%, 95-процентную выживаемость при критической интоксикации, повышенное сопротивление радиационным облучениям и привели к двукратному продлению жизни.

На сегодня исследования по фуллеренам и их необычным свойствам ведутся более чем в 40 ведущих университетах и НИИ всего мира, и везде они признаны самыми мощными антиоксидантами. Исследования, проводимые не только на животных, но и в группах добровольцев, подтвердили более быстрое выздоровление относительно контрольных групп и, значит, в дальнейшем профилактику болезней.

Многочисленные исследования по влиянию фуллеренов на живые системы подтвердили следующие эффекты:

1. регулируют процессы перекисного окисления липидов, способствуют нормализации липидного состава клеточных мембран, повышают их устойчивость к воздействию неблагоприятных факторов;
2. восстанавливают процессы энергосбережения внутри клеток;
3. активируют процессы клеточной дифференциации и тканевой регенерации;
4. активируют в организме системы собственной антиоксидантной защиты;
5. обладают положительными иммуномодулирующими свойствами и защищают иммунную систему от повреждающих факторов;
6. характеризуются долговременным антигистаминным и противовоспалительным действием;
7. обладают антиатерогенным и гиполипидемическим свойствами;
8. обладают свойствами гепатопротектора, кардиопротектора, нейропротектора, радиопротектора;
9. обладают выраженными ранозаживляющими свойствами, особенно в сочетании с антибактериальными средствами;
10. проявляют адаптогенные и антистрессорные свойства;
11. замедляют развитие отрицательных возрастных изменений.

В научном мире в последнее время отмечено, что водные растворы фуллеренов не имеют направленного лечебного действия на определенную болезнь или орган. Они действуют как мощный антиоксидант долговременного характера, тем самым помогая избавиться от множества заболеваний, предупреждая их возникновение, производя балансировку и синхронизацию в работе органов и систем организма.

Помимо активизации фуллеренами вода **Svetla** проходит через два активирующих прибора (агрегата), один из которых изобретен мною и изготовлен пока в единичном экземпляре. Он так существенно меняет исходную воду, что по вкусу ее не узнали даже работники завода, на котором ее разливают. **Svetla** им очень понравилась. После майских праздников приходил за водой **Svetla** тот мужчина 83 лет. Мне показалось, что внешне он значительно помолодел, о чем он и сам заявил: «Почувствовал энергию в теле. Давление понизилось и стабилизировалось».

Я по-прежнему хочу научить вас меньше болеть, и в этом помогут наши воды: энергонасыщенная BioVita и активированная фуллеренами **Svetla**, «Стэлмас O₂», «Стэлмас Mg», Miss Mineral Detox, Sulinka, Sulinka Si.

Я еще раз акцентирую ваше внимание на том, что здоровье — самое ценное в жизни каждого человека. Вода — самый ценный продукт для здоровья.

Не экономьте на воде. Правильная вода поможет вам оставаться здоровыми и экономить на лекарствах и еде, при этом питаться более полезными и вкусными продуктами. Делитесь полученной информацией, помогайте воплотить в жизнь девиз «Здоров Я! Здоровая семья! Здоровая страна!».

Почувствуйте, как приятно слышать «спасибо за здоровье». Вам обязательно это скажут ваши родственники, друзья и знакомые.

В связи с последними событиями в Европе (специальная операция на Украине) мы стали выпускать воду **Svetla** в России, добавив на этикетку значок **Rus**. И последние исследования, в том числе по замедлению старения, проводим с этой водой, и все получается отлично. Заинтересовались нашими водами в Китае, и мы в апреле начинаем туда экспорт **BioVita** и **Svetla**.

Мне очень не хотелось бы, чтобы информация до многих из вас о возможностях наших вод, которые создала и изучает наша компания, пришла из КНР. Тогда кому-то этих вод не хватит, и цена из-за повышенного спроса станет значительно выше. Не ждите, когда придумают «золотую» таблетку, она все равно не поможет, а вот, начав пить вовремя правильную воду, вы гарантированно продлите свою жизнь и проживете ее без таблеток!

СИНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ ПРИ КУРСОВОМ ПРИЕМЕ МИНЕРАЛЬНЫХ И АКТИВНЫХ ПИТЬЕВЫХ ВОД

**Вода лечит медленнее, чем лекарства,
но без нее они не помогут да и жизнь невозможна.**

Любое заболевание — это сбой в управлении организмом. Сбой в системе управления происходит от дефицита ресурсов, в первую очередь энергетических. При постоянном энергодефиците мозг дает сигнал на перестройку жизнедеятельности, организм переходит в режим экономии, оставляя энергию лишь на обеспечение и поддержание только жизнь поддерживающих функций. Во многом из-за этого мы можем в последствии ощущать недостаток сил. Дефицит сил указывает, что у организма недостаточно возможностей сопротивляться/противостоять внешним факторам. Т.е. не хватает энергии, особенно с возрастом. С пищей мы получаем энергии только около 10%, следовательно, львиную долю всей необходимой нам энергии мы получаем из... Из чего мы состоим в большей степени? Какое вещество порой до 99% является основным в каждой клетке? Правильно – вода! И это не просто так. Именно вода является нашим главным энергоресурсом, что в моменте, что на дистанции. Без пищи человек может прожить полтора месяца, а без воды только несколько дней. Небольшой дефицит пищи приводит к сокращению массы тела и дает возможность организму изменить источники получаемой энергии (из углеводного – жировой, и проч.), что в конечном счете может благоприятно сказаться на общем состоянии. Небольшой дефицит воды приводит к болезням и чем дольше будет этот дефицит, тем более серьезными будут болезни, с возрастом превращаясь в хронические. ХНИЗ это бич современного человека – хронические неинфекционные заболевания. Именно они в результате сильно сокращают наши дни. Медицина здесь лишь бессильно разводит руками и сочувственно качает головой – возраст... А что такое возраст? Задумайтесь, ведь в возрасте нет абсолютно ничего смертельного. Да организм меняется, перестраивается, изменяет приоритет в гормонах и ферментах, кодирует некоторые вещества в ином количестве, но всё-таки он это делает, а значит живёт. Только вот испытывает вечный дефицит воды. Раньше человек в течении жизни пил в основном воду, за отсутствием большой альтернативы, а вот современный человек воду заменяет на различные напитки в угоду вкусовым рецепторам и производителям этих самых напитков, которые вместе с фарм-компаниями составляют крепкий тандем по изъятию у населения денежных средств и здоровья, на восстановление которого эти средства тратятся. Постоянное употребление напитков вместо воды приводит к сильному обезвоживанию, которое в свою очередь наряду с гиподинамией (недостаток движения) и является главным виновником всех ХНИЗ. И вот здесь уже приходит "на помощь" медицина, забирая наше здоровье в свои крепкие руки. Аллегория «крепкие руки» означает, что многие современные жители, живущие не осознано, отдают своё здоровье всецело в руки и под полный контроль

медицины без единой возможности вырваться (Главная задача платной медицины – перевести острую боль в хроническую). Так происходит потому, что многие свято верят в навешанный стереотип о важнейшей, порой даже безальтернативной роли врачей и лекарств в состоянии нашего здоровья. А вот если перестать верить и начать думать, то быстро выяснится, что наше здоровье более чем на половину зависит от нас самих и лишь на 12–15% (в среднем) от медицины. (по словам бывшего министра здравоохранения Скворцовой на 25%, это явно завышенная оценка, но уже лучше, чем считалось ранее, что чуть ли не 80%). К сожалению, у современных людей есть ещё один стереотип – побольше и побыстрее заработать. В этом случае идет работа на полный износ, а на собственное здоровье уже совсем нет времени. Любое проявление болезни через какой-нибудь легкий болевой сигнал из-за нехватки времени и знаний воспринимается как ерунда и немедленно глушится обезболивающим, либо каким-нибудь лекарством, что всего лишь снимает единовременный сигнал, не затрагивая и никак не влияя на саму причину. Со временем, не побеждённая в зародыше болезнь крепнет и становится сильнее. Таких болезней как правило несколько, и в конце концов они уже нами управляют, требуя к себе пристального внимания и существенных финансовых затрат. Получается, что всю жизнь мы меняем своё здоровье на деньги, а затем деньги пытаемся поменять на здоровье. Но в обратную сторону это не очень-то и работает, так как появляется сильная зависимость здоровья от лекарств. На определённом этапе наше бесхозное здоровье и попадает в крепкие руки медицины. Некоторые врачи как представители этой самой медицины зачастую руководствуются не здравым смыслом, не основным постулатом – не навредить, а действуют в угоду навязанных идей от фармацевтических компаний (очень хочется всё-таки сказать некоторые врачи, а не многие). В дальнейшем ситуация становится совсем печальной, т.к. не мы, переставшие нести ответственность за собственное здоровье и отдавшие его на откуп врачам, ни эти самые врачи, которые в свою очередь, действуя бездумно, бесконечно выписывая лекарства уже не могут повлиять на наше здоровье, полностью зависящее от лекарственных средств и теперь уже всецело принадлежащее отпрыскам фармакологии – различным коммерческим организациям – фармацевтическим компаниям.

Как например это происходит. Пришел, скажем, человек к врачу с жалобой на сильные головные или иные боли. После обследования врач находит у этого пациента повышенное артериальное давление. Так как всё остальное вроде пока в норме именно высокое давление назначается виновником всех болей, ставится диагноз гипертония, которая лечится стандартно, согласно ранее кем-то определённым канонам. В первую очередь выясняется, что повышенное кровяное давление возникает от чрезвычайной сжатости артериол. Здесь работает простой принцип гидродинамики – гладкая мускулатура сосудов сжала артериолы, их сечение уменьшилось, соответственно давление в организме поднялось. Следовательно, нам нужен препарат, который не будет давать сжиматься этим сосудикам гладкой мускулатуры. Как будет действовать этот препарат? Путём угнетения функции клеток сосудов. Понимаете? Эти клетки всего-навсего пытаются ис-

полнить свое предназначение, выполнять свою биологическую роль – ведь что-то же побуждает их постоянно сжиматься, точнее это наш головной мозг регулярно посылает им сигналы на сжатие. Почему и для чего мозг это делает современную медицину совершенно не интересует. Да и зачем пытаться всё это осознать, рассматривать наш организм в общем – как единое целое, когда куда проще представить наши сосуды как канализационные трубы и назначить узкопрофильных специалистов, регулирующих в них давление чисто математическим методом от противного – запретить сосудам сжиматься, т.е. угнетать их естественный функционал. Здесь и приходит на помощь лекарство, которое гасит жизнедеятельность этих клеток, блокирует их метаболизм.

Кроме того, ещё, также выясняется, что давление может подниматься путем увеличения сердечных сокращений. Ну здесь уже проще, опробованная стратегия уже есть. Назначаются бета-блокаторы, угнетающие функция сердечных клеток. Угнетённые клеточные рецепторы со временем теряют чувствительность к сигналам и вообще перестают как-либо управляться. Угнетение токсинами, ой простите, лекарствами происходит постоянно, ведь для того, чтобы уgomонить сердце, послушно исполняющее команды головного мозга и пытающееся как-то выжить нужно травить дозой каждый день... Ничего не напоминает? Для справки: в начале 2010-х американская ассоциация кардиологов через проведённое исследование показало, что принимающие бета-блокаторы умирают от инфаркта чаще, чем те, кто не лечится. Неудобное исследование уже благополучно забыли...

Но наш организм упрямо и с удивительным упорством пытается воплотить сигналы-команды головного мозга (зачем это ему интересно? Ведь официальная медицина постановила, что это не нужно). Раз угробили сердечные клетки, можно попытаться поднять давление через увеличение возбудимости нервной ткани, которая управляет сердцем..., но у нашего организма достойный соперник – были быстренько изобретены новые реактивы, успешно блокирующие и эти клетки. Если не помогают одни, прописывают более сильные. Если не нормальный человек («не нормальный» с точки зрения медицины — это здоровый человек, а единственный врач, который считает, что у вас все в порядке, работает в военкомате.) примет всю эту суточную палитру лекарств, то он может скончаться от сердечно-сосудистого шока...

Когда все эти передовые ухищрения не помогают, назначается самый варварский способ борьбы с гипертонией – мочегонные средства (диуретики). У больного лишняя вода выйдет, давление в «трубах» и упадёт. Всё-таки не забывайте, что с точки зрения этого медицинского раздела человеческий организм – это всего лишь набор канализационных труб. Вот правда тромб может образоваться, но, если повезёт будет просто ишемия, кислородное голодание тканей поскольку в густой крови эритроциты слипшееся и меньше кислорода переносят. Но здесь уже ничего не поделаешь мы гипертонию лечим. И так поступаю многие врачи (здесь уже нельзя сказать некоторые, именно многие, если не почти все).

Любой человек не имеющий медицинского образования или по крайней мере свято не верующий в догмы т.е. в то, что гипертония это страшная и с возрастом не излечимая болезнь может задаться простым, казалось бы, во-

просом: а зачем поднимается давление? Не почему, а именно ЗАЧЕМ? На вопрос почему отвечает современная медицина это и мышечное сокращение стенок сосудов, и увеличение сердечных сокращений и т.д., а вот вопрос ЗАЧЕМ в медицине просто-напросто не поднимается, как бесполезный. Но если выйти за пределы научных медицинских рамок, то можно постараться поработать именно с этим вопросом: зачем организм поднимает давление в своей системе? Врачи не могут задаваться таким вопросом не только в силу его бесполезности, но и в силу различных инструкций и предписаний, которые вынуждают врачей действовать строго в системе, не под каким предлогом выходя за её рамки. Так вот понимая, что любое изменение в системе появляется после команды нашего головного мозга нужно всё-таки задуматься, а зачем мозгу это нужно. Как известно наш мозг занимает около 2% от всей массы тела, а вот питания и главное кислорода он получает примерно пятую часть от всего потребляемого организмом. Это где-то 20%. Мозгу кислород нужен в первую очередь, и он старается этот уровень поддерживать в любом случае, порой давая самые жесткие распоряжения. Если мозг начинает испытывать дефицит кислорода он сразу дает команду на увеличение поставок этого самого кислорода, с общим кровотоком даже в ущерб другим органам. Увеличения общего количества крови, приходящей в головной мозг легче всего добиться как раз через увеличение давления. Т.е. поднимая давление мозг пытается всего лишь увеличить поставки кислорода, если вдруг с кровью его поступает недостаточно. Такая проблема возникает, как правило в двух случаях: либо частично пережата шейная артерия из-за смещения шейных позвонков, либо сама кровь, особенно с возрастом становится более вязкая, густая и тем самым меньше переносит кислорода (в густой крови эритроциты склеены друг с другом, площадь их рабочей поверхности уменьшается и они переносят меньше кислорода). В первом случае нужно обратиться к соответствующим специалистам, решающим проблему шейного остеохондроза к примеру «Клиника доктора Шишонина» специализируется на безлекарственном лечении хронических заболеваний таких, как гипертония, остеохондроз, сахарный диабет 2-го типа и атеросклероз. Основатель и главный врач клиники к.м.н. Александр Юрьевич Шишонин разработал методику восстановления питания ствола мозга и сосудистого центра. Он на практике доказал, именно недостаток кровоснабжения этих участков мозга ведет к развитию хронических заболеваний. Методика Шишонина включает в себя все преимущества мануальной терапии, но без использования травмирующих техник, что позволяет работать с пациентами старше 90 лет и пациентами с остеопорозом. Во втором случае каждый человек может помочь себе сам, увеличив текучесть крови. Только надо это делать не аспирином, который даёт лишь временный эффект, а его постоянное употребление очень вредно из-за множества побочных эффектов. Наша кровь на 94% состоит из воды. Плазма нашей крови это 25-ти молярный раствор гидрокарбоната натрия, по сути это щелочная активная вода (там ещё есть минералы и био-вещества, но их общая доля ничтожна) в которой и передвигаются разные кровяные тельца, в частности эритроциты. Нужно поддерживать активность этой самой плазмы на нужном уровне и тогда реология крови (этот термин обозначает её текучесть)

и будет всегда поддерживаться на должном уровне, кровь будет исправно доставлять в мозг необходимое количество кислорода, и мозгу неЗАЧЕМ будет поднимать давление. Не знание этих элементарных вещей и не позволяет человеку самому управлять своим здоровьем. Не знание приводит к невежеству, а невежество не позволяет нести полную ответственность за нашу жизнь и здоровье т.к. виновники где и кто угодно, только не мы сами. Типа это возрастные болезни, а медицина их вылечить не может... Вы можете! Возраст не приговор! Помните один из основных постулатов медицины «Similiasimilibuscurantur» – лечи подобное подобным? Так и нам надо активировать плазму крови употребляя активную воду. Этого эффекта помогут добиться такие активные и энергонасыщенные воды как Бювита и Светла (подробнее об этих водах на сайте водыздоровья.ру). Постоянная гидратация организма данными водами помогает сохранять хорошую энергетику всех органов и систем, не только кровеносной. Что уже не мало для поддержания общего энергетического баланса в организме, о чём говорилось в самом начале данной заметки. Вода, прошедшая обратноосмотическую очистку, избавляется не только от каких-либо примесей – эта вода становится субстанцией с разрушенной динамикой всех процессов и не может сразу использоваться организмом. Даже чистая, но энергетически пустая вода требует ощелачивания, заряда, структурирования, энергонасыщения и активации. Т.е. организм должен осуществить определенные энергетические затраты и время, чтобы организовать поступающую воду.

Минеральная вода «Стэлмас Мг», как ещё один фактор, способствующий усилению выработки организмом энергии. Эта вода способствует многократному увеличению скорости пассажа (прохождению) собственных нутриентов по тонкому кишечнику в сравнении с пищей. При этом, контактируя со слизистой проксимальных (внутренних) отделов пищеварительного тракта, оказывает модифицирующее влияние на множество различных рецепторов, вызывая ответные мощнейшие метаболические реакции на организменном уровне, благодаря которым организм получает так необходимую ему для нормального поддержания энергии. Т.е. действует на организм как новый фактор влияния, требуя организменной адаптации. Курсовые приемы «Стэлмас Мг» увеличивают активацию механизмов адаптогенеза (умение приспосабливаться), идет улучшение энергетических процессов самовосстановления. Во-время адаптации (приспосабливаемости) при курсовом приеме организмом выделяется больше энергии. При курсовом приёме эта энергия может быть использована из наших собственных внутренних источников. Не так давно организм человека постоянно был вынужден реагировать на воздействие различных внешних факторов, тем самым мобилизуя свои адаптационные возможности. Современному человеку это уже свойственно в меньшей степени. Мы сейчас живем в тепличных условиях. Нам в гораздо меньшей мере нужно к чему-либо приспосабливаться (имеются в виду чисто физические, природные факторы). Дома и на работе мы создаем комфортную температуру, если почувствовали небольшую усталость при движении – вызываем такси. Для того, чтобы поесть мы не должны на день уходить в лес в поисках добычи – нам просто достаточно открыть холодильник. Всё это и делает нашу жизнь комфортной... и потихоньку ослабляет, притупля-

ет общую сопротивляемость организма, точнее говоря, нарушает процесс адаптогенеза (формирование новых приспособительных функций, способствующих адаптации живых существ к определенным условиям внешней среды). Находясь в этих комфортных условиях, нашему мозгу не за чем активировать наши собственные источники энергии и со временем мы можем сильно ослабить наши адаптационные возможности из-за ослабления способности использовать и возобновлять наши эндогенные энергетические источники, следовательно, мы всё меньше способны быстро и четко реагировать на какие-то внезапно появившиеся агрессивные внешние факторы. Именно регулярные курсовые приемы минеральной воды **«Стэлмас Mg»**, помимо очищения организма, активации работы, сердца, печени, сосудов ещё поддерживают биоэнергетические процессы организма в тонусе, за счет, так сказать, дополнительной тренировки.

Синергия — это объединение двух и более энергий, приводящие к усиленному конечному результату. Синергия активных и минеральных вод даёт нам превосходящее количество энергии, чем простое суммирование их эффектов. И самое главное то, что это отличная возможность, позволяющая организму всё делать самому, тем самым становясь менее зависимым. В этом случае уже каждый человек САМ несёт ответственность за своё здоровье, при помощи правильного сочетания необходимых вод лишь помогая естественным природным механизмам, изначально заложенным в каждом человеке. «Искусство медицины заключается в том, чтобы развлекать пациента, пока природа занимается лечением болезни.» (С) Вольтер. «Медицина будущего должна быть профилактической. Пирогов Н.И., более 150 лет назад». И где эта медицина?

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
<p>Крово-разжижающие препараты:</p> <p>1 Ксарелто – Эликвис</p> <p>2 Тромбоасс – кардиомагнил</p>	<p>1 Антикоагулянт, высокоселективный прямой ингибитор фактора Ха (профилактика тромбозов). Профилактика и лечение острых ишемических состояний (инфаркты, инсульты)</p> <p>2 НПВС, антиагрегант. Понижает свертываемость крови вследствие уменьшения агрегации тромбоцитов</p>	BioVita SVETLA	BioVita и SVETLA разжижают и активируют кровь.
		Стэлмас Mg	Высокое содержание Mg способствует нормализации микроциркуляции (кровообращения в тканях) и улучшает реологические свойства крови. Магний способствует снижению агрегации тромбоцитов.
<p>Нестероидные противовоспалительные препараты:</p> <p>НУРОФЕН Вольтарен Найз</p>	<p>обезболивающее, жаропонижающее, противовоспалительное средство</p>	BioVita SVETLA	Активные, энергонасыщенные воды, BioVita и SVETLA способствуют высокой противовоспалительной и антибактериальной активности и гибели патогенной микрофлоры. Максимально приближенная по структуре к воде организма способствует быстрому усвоению не только воды, но и лекарственных препаратов, а также ускоряет выведение токсинов из организма
		Стэлмас Mg	Mg и Si минеральной воды устраняет отечность, воспаление и болевой синдром в суставах, мышцах и связках. Снижает креатинин, мочевины и остаточный азот в сыворотке крови. Кремний улучшает эластичность хрящевой и соединительной ткани, способствуют восстановлению суставов, после перенесенного заболевания.

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
Венотоники: детралекс Венарус флебодиа	обладает вено-тонизирующим и ангиопротективным свойствами, терапия симптомов веноз-но-лимфатической недостаточности	BioVita, Стэлмас Ми-неральная Стэлмас Mg	Кремний, содержащийся в водах, способствует поддержанию эластичности и укреплению стенки сосудов. Магний улучшает микроциркуляцию и способствует разжижению крови
Спазмолитики: Но-шпа Дротаверин Папаверин	Профилактика и лечение функциональных нарушений и болевого синдрома, вызванных спазмом гладкой мускулатуры	BioVita SVETLA	Максимально приближенная по структуре к воде организма способствует быстрому усвоению не только воды, но и лекарственных препаратов, а также ускоряет выведение токсинов из организма
		Стэлмас Mg	Магний отвечает за полноценное расслабление мышечных клеток, поэтому его дефицит в организме сопровождается спастическими состояниями. Сам по себе спазм сопровождается болезненными ощущениями, которые усугубляются явлениями ишемии тканей, которые возникли в результате сосудистого спазма. Магний оказывает спазмолитическое действие на гладкую и скелетную мускулатуру, улучшает периферическое кровообращение, оказывает обезболивающее действие.
Магнерот Магне В6, Панангин аспаркам сердце/сосуды	Лечение хронических заболеваний сердца (сердечная недостаточность, состояние после инфаркта миокарда), нарушений сердечного ритма (в первую очередь, желудочковых аритмий), заместительная терапия при недостатке магния/калия в пище.	Стэлмас Mg	Содержит суточное количество Магния, в активной форме, который идеально усваивается. Может дополнять любую терапию, где используются препараты магния (неврология, кардиология, акушерство-гинекология, эндокринология)

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
КОНКОР сердце/сосуды	уменьшает потребность миокарда в кислороде, снижая артериальное давление и частоту сердечных сокращений. Показан больным с хронической сердечной недостаточностью, ишемической болезнью сердца	Стэлмас Mg	Магний регулирует передачу нервных импульсов, напряжение и расслабление мышц (в том числе сердца). Стэлмас Mg – надежное средство для нормализации сердечного ритма и профилактики мышечных спазмов (судорог).
		BioVita SVETLA Stelmas O ₂	Способствуют насыщению крови кислородом и доставкой к органам мишеням (в т.ч. сердце). Фуллерены обладают антиоксидантным и кардиопротекторным действием.
Противовирусные, иммуномодуляторы Ингавирин кагоцел арбидол	для профилактики и лечения простудных заболеваний.	BioVita Светла	Способствуют высокой противовирусной и противовоспалительной активности организма. Повышение защитных возможностей клеток и всего организма в целом. Прием воды поддерживает баланс про- и антиоксидантов, при необходимости увеличивая выработку АФК, которые губительны для патогенных бактерий и вирусов. Патологические процессы, сопровождаются развитием ацидоза. Щелочная среда повышает защитный потенциал клеток организма. pH активных вод 7,4–7,6, что соответствует pH внутренних сред организма.
		Стэлмас Mg	Курсовое применение питьевых минеральных вод сопровождается подавлением выработки сигнальных активных веществ, отвечающих за возникновение аллергии и воспалительных процессов. Местное применение минеральной воды (полоскание, орошение) сопровождается повышением защитных свойств слюны и повышением местного иммунитета, повышает резерв антиоксидантной системы.

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
<p>Стимулятор репарации тканей: Актовегин Стугерон Ноотропил Танакан Кортексин. активизируют обмен веществ в тканях, уменьшают гипоксию тканей, улучшают трофику и стимулируют процесс регенерации</p>	<p>- инсулиноподобный эффект. - улучшение ферментативных процессов в организме путем усиления образования АТФ - антигипоксическое действие - снижение уровня оксидантного стресса (закисление);</p>	Стэлмас Mg	<p>Стэлмас Mg суточная дозировка магния в 1л Стэлмас Магний увеличивает выработку инсулина и улучшает сродство клеточных рецепторов к нему, что обеспечивает быстрое попадание глюкозы в клетки и превращение её там в энергию. За счет улучшение микроциркуляции улучшается доставка кислорода и питательных веществ в клетки.</p>
		BioVita SVETLA	<p>Протекторные эффекты фуллеренов – антиатеросклеротические, противовоспалительные, нейротропные, мембраностабилизирующие, радиопротекторные, тканерегенерирующие, гепатопротекторные.</p>
<p>Антисептические препараты: Мирамистин Хлоргексидин Гексорал Тантум верде.</p>	<p>активен в отношении вирусов и бактерий</p>	BioVita Светла	<p>BioVita способствует высокой антибактериальной активности организма. Местное применение воды (полоскание, орошение) сопровождается повышением защитных свойств и повышением местного иммунитета, повышает резерв антиоксидантной системы.</p>
<p>Антиоксидантные, стресспротективные средства: Мексидол Церекард Кардиокепин.</p>	<p>ингибитор свободнорадикальных процессов, мембранопротектор, антигипоксическое, стресс-протективное, ноотропное, противосудорожное и анксиолитическое действие.</p>	BioVita SVETLA	<p>BioVita и SVETLA разжижают и активируют кровь. Фуллерены оказывают антиоксидантное и протекторное действие – антиатеросклеротические, противовоспалительные, нейротропные, мембраностабилизирующие, радиопротекторные, тканерегенерирующие, гепатопротекторные.</p>

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
Антиоксидантные, стресспротективные средства: Мексидол Церекард Кардиоксепин.	ингибитор свободнорадикальных процессов, мембранопротектор, антигипоксическое, стресс-протективное, ноотропное, противосудорожное и анксиолитическое действие.	Стэлмас Mg	Стэлмас Магний 1л содержит суточную норму магния - «бальзам для нервов и мышц». Необходим для полноценного функционирования нервной системы, повышает устойчивость организма к стрессу, нормализует настроение, сон, работает как природный антидепрессант.
Сахароснижающие препараты: Глюкофаж, Метформин, Редуксин.	Повышает чувствительность периферических рецепторов к инсулину и утилизацию глюкозы клетками. Снижает выработку глюкозы печенью за счет ингибирования глюконеогенеза и гликогенолиза. Задерживает всасывание глюкозы в кишечнике.	Стэлмас Mg	Курсовой прием минеральной воды замедляет всасывание глюкозы в кишечнике, стимулирует энтеро – инсулярную ось, способствует увеличению выработки инсулина и повышает чувствительность рецепторов к инсулину. Магний также оказывает профилактику сосудистых осложнений диабета. Магний через различные механизмы осуществляет контроль над артериальным давлением, снижает агрегацию тромбоцитов, снижает выделение альдостерона, снижает сосудистый тонус, оказывает седативное действие
		BioVita Стэлмас O ₂ Светла	Способствуют насыщению крови кислородом и доставкой к органам мишеням (в т.ч. сердце). Фуллерены обладают антиоксидантным и кардиопротекторным действием.
Гипотензивные препараты: Различных групп Артериальная гипертензия	Применяется для лечения высоких значений артериального давления и сердечно-сосудистых заболеваний. Назначается исключительно для взрослых пациентов	BioVita	BioVita разжижает кровь, увеличивает её реологию (текучесть), снижает спазм периферических сосудов и улучшает микроциркуляцию. Профилактика ишемических состояний.

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
<p>Гипотензивные препараты: Различных групп</p> <p>Артериальная гипер- тония</p>	<p>Применяется для лечения высоких значе- ний артериального да- вления и сердеч- но-сосудистых забо- леваний. Назначается исключительно для взрослых пациентов</p>	<p>Стэлмас Mg</p>	<p>Магний незаменим для оптимального функциони- рования кардиомиоцитов. Его дефицит провоцирует развитие различных забо- леваний сердца. Магний через различные механизмы осуществляет контроль над артериальным давлением, снижает агрегацию тромбо- цитов, снижает выделение альдостерона, повышает чувствительность тканей к инсулину, снижает сосу- дистый тонус, оказывает седативное действие</p>
<p>Гепатопротекторы: Эссенциале, Фосфоглив, Эссливер.</p> <p>Желчегонные, холе- литические: Урсосан Урдокса Экскол.</p> <p>болезни печени и желчевыводящих путей</p>	<p>Гепатопротекторное средство, с желче- гонным, холелито- литическим, гипо- липидемическим, гипохолестеринемич- еским действием</p>	<p>Стэлмас Mg</p>	<p>Сульфатные воды увеличи- вают образование желчи печеночными клетками, улучшают отток желчи и продуктов воспаления из желчного пузыря, при этом меняются качествен- ные показатели желчи, что приводит к выведению из организма холестерина и липопротеидов низкой плотности. Таким образом, сульфаты способствуют профилактике камнеобра- зования и предупреждают образование холестерино- вых бляшек в сосудах. Сульфаты и магний благо- приятно влияют на функцио- нальное состояние печени. Ионы магния, всасываясь в ЖКТ накапливаются в пече- ни, и способствуют улуч- шению метаболизма в ге- патоцитах, в том числе при жировой дистрофии печени. Соли магния обладают спаз- молитическим действием, способствуя нормализации тонуса гастродуоденальной зоны, желчного пузыря, сфинктера Одди</p>

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
Мочегонное, спазмолитическое, противовоспалительное, противомикробное действие. Канефрон Нефростен Цистон Фитолизин Бруснивер.	Диуретическое, противовоспалительное, спазмолитическое, противомикробное действие. Применяется в комплексной терапии хронических инфекций мочевыводящих путей, а также в качестве средства, препятствующего образованию мочевого камней, (в том числе после их удаления).	BioVita SVETLA	Активные энергонасыщенные воды. Постоянное употребление вод BioVita и SVETLA существенно понижает риски возникновения различных заболеваний мочевого пузыря, почек (особенно образование камней). Стэлмас Магний восстанавливает нарушенный минеральный обмен, нормализует pH мочи, усиливает выработку защитных коллоидов, повышающих растворимость солей в моче, оказывает спазмолитическое и диуретическое действие.
Препараты для коррекции дисбактериоза: Линекс, Бифиформ, Пробиформ, кишечник	нормализует микрофлору кишечника	Стэлмас Mg	Минеральная вода «Стэлмас Mg», помимо известных клинических эффектов (желчегонный, нормализация стула при запорах), может оказывать положительное влияние на рост полезной микрофлоры в кишечнике, который связан с влиянием микроэлементов, и в первую очередь магния, на метаболизм бифидо- и лактобактерий.
Ренни, Алмагель, Гастал. Мотилиум, мотилак, домперидон Панзинорм, креон, фестал	1) Антацидные препараты: нейтрализации кислоты, вырабатываемой в желудке 2) Противорвотные препараты: 3) Пищеварительные ферменты	Стэлмас Mg	Минеральная вода, контактируя со слизистой ЖКТ, оказывает модифицирующее влияние на активность железистого аппарата и ферментов, связывает соляную кислоту, стимулирует моторно-эвакуаторную функцию. Теплая вода снижает повышенную моторику, снимет спазм привратника, понижает секреторную функцию желудка. Гормоны, вырабатываемые в ЖКТ, способствуют улучшению кровообращения в органах пищеварительной системы, способствуют защите и регенерации слизистых желудка и 12п кишки, предупреждают

Лекарство/ назначение	Действие	ВОДА	Действие
<p>Слабительные средства</p> <p>ГУТТАЛАКС Регулакс Слабилен</p>	<p>Слабительный эффект обусловлен воздействием на рецепторы толстого кишечника, усиливающим перистальтику.</p>	<p>Стэлмас Mg</p>	<p>Вода Стэлмас Mg самый эффективный метод естественного очищения организма. Вода работает мягко и физиологично, не вызывая побочных эффектов. Процесс нормализации моторики кишечника реализуется через активацию эндокринной системы, частью которой является ЖКТ, в которой вырабатываются гормоны, регулирующие пищеварительный процесс в целом. Данные эффекты усиливаются эффектами сульфатов, магния и общей большой минерализацией минеральной воды.</p>
<p>Муколитические и отхаркивающие препараты:</p> <p>Бромгексин Лазолван Амбробене АЦЦ</p>	<p>препараты, предназначены для разжижения вязкой мокроты и облегчения ее выведения из дыхательных путей. Применение как внутрь, так и ингаляционно.</p>	<p>BioVita SVETLA</p>	<p>Разжижают и активируют жидкие среды организма. Регулярное употребление понижает риск скапливания мокроты.</p>
		<p>Стэлмас Mg</p>	<p>Ингаляции минеральной водой способствуют улучшению состояния покровного эпителия бронхов, оказывают противовоспалительное действие, способствует разжижению мокроты и ее более легкому отхождению из бронхов.</p>

Следует помнить:

ВСЕ лекарственные препараты имеют побочные эффекты и противопоказания, которые могут затруднять лечение у возрастных пациентов, у детей, у людей имеющих «букет» заболеваний.

Некоторые лекарства нельзя принимать параллельно (ни одновременно, ни курсом), некоторые, наоборот, только совместно.

Вода не имеет побочных эффектов! Воду можно и нужно! принимать с любым препаратом, не опасаясь осложнений.

Деформированный магниевый обмен не только вносит свой вклад в патогенез большой группы заболеваний (сахарный диабет, аритмии, артериальная гипертензия, инфаркт миокарда, инсульты, атеросклероз), но и изменяет фармакокинетический и фармакодинамический ответ на воздействие гипотензивных, вазоактивных, антиаритмических, антитромботических препаратов, нейропротекторов, т.е. без гарантированной дополнительной нормализации баланса магния терапия основными препаратами может быть малоэффективна или недостаточна.

Почти все препараты необходимо запивать большим количеством воды. Зачастую стакан воды, которым запивается лекарство, может дать больше пользы, чем само лекарство.

Ко многим препаратам возникает сильное привыкание. Если лекарство чередовать с правильно подобранной водой – риск привыкания снижается.

С разными хроническими заболеваниями (заболевания сосудов, атеросклероз, гипертония, заболевания суставов, щитовидной железы, гастрит) биоэнергетические функции митохондрий падают и организм вырабатывает меньше энергии. Вода BioVita и SVETLA за счет действия АФК (активные формы кислорода) повышают уровень энергии. Стэлмас Mg при курсовом приеме инициирует (активирует) наши эндогенные (внутренние) источники энергии.

BioVita и Стэлмас Mg способствуют реабилитации (восстановлению) организма после заболеваний (в том числе ковида), после нагрузок физических и психоэмоциональных (стресс).

Прием воды Светла показан и «в болезни и здравии» У здорового человека это в первую очередь профилактика заболеваний и возможность отсрочить возрастные изменения. Для людей страдающих различными заболеваниями это возможность облегчение симптомов заболевания, ускорение выздоровления и профилактика возможных осложнений.

<p style="text-align: center;">Состояния и заболевания:</p>		<p style="text-align: center;">Стандартные схемы приема минеральных и питьевых столовых вод.</p>		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.	
				<p>“Stelmas Mg” и “Miss Mineral Detox” - предпочтительны в таких случаях. 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. Через 1,5-2 часа после приема пищи рекомендуем выпивать по 250-300 мл. качественной столовой питьевой негазированной воды, например такой, как структурированная энергонасыщенная “BioVita”.</p>	
<p style="text-align: center;">1. Заболевания желудка и двенадцатиперстной кишки, изжога</p>		<p style="text-align: center;">2. Старение организма (Борьба за увеличение продолжительности жизни в 1,5-2 раза – нейтрализация свободных радикалов за счет антиоксидантного эффекта).</p>		<p>Лечебно-столовые воды: Рекомендован систематический прием 250-300 мл. за 20-30 минут до еды и через 1-1,5 часа после каждого приема пищи. При курсовом приеме – до 1,5 л. в день. Питьевые столовые активные воды: BioVita - по 1 л. в день - постоянно, Svetla - по 0,5 л. в день - постоянно. Пьются вода небольшими глотками, слегка охлажденной или при комнатной температуре.</p>	
				<p>Прием рекомендован по 100 мл., 4-6 раз в день перед приемом пищи, в теплом виде, без газа. Курс 21-28 дн. Любая рекомендован 1 раз в 7-14 дней, однократно утром принимается 300-500 мл. воды, Т. 40-45 С, пить быстро. Воды BioVita и Svetla использовать в качестве питьевой воды - до 1 л. в день.</p>	
<p style="text-align: center;">3. Заболевания печени, поджелудочной железы, заболевания желчевыводящих путей, состояния после удаления желчного пузыря, любаж.</p>		<p style="text-align: center;">4. Нарушение функции толстого кишечника (запор), колиты</p>		<p>Лечебные и лечебно-столовые воды: 3 раза в день перед едой: утро 250-300 мл., в теплом виде, пить быстро, перед обедом и ужином по 150-200 мл., комнатной температуры, прием 4-6 нед, затем возможен переход на однократный поддерживающий прием только утром по 200-250 мл. на 1,5-2 мес, через 2-3 месяца курс возможно повторить. Питьевые столовые воды в процессе курсового приема пьются по 250 мл. через 1,5 часа после каждого приема пищи.</p>	
				<p>Курс 4-6 нед, 3 раза в году. Средняя терапевтическая доза 500-600 мл. в сутки, 3 раза в день, за 15-20 минут до еды. Утро 200-250 мл., теплая без газа, обед 200-250 мл., вечер 100 мл., комнатной температуры. Столовые воды BioVita, Svetla и Stelmas O₂ - постоянно.</p>	
<p style="text-align: center;">5. Заболевания обмена веществ: Сахарный диабет, ожирение, метаболический синдром, высокий уровень холестерина, подагра</p>		<p style="text-align: center;">6. Заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, тахикардия), атеросклероз, инсульты (профилактика)</p>		<p>Минеральные воды принимаются небольшими порциями 100-125 мл., часто дробно, в теплом виде, перед едой. Курс до 6 нед, повторить через 2-3 месяца. Столовые воды Stelmas O₂, Stelmas ZnSe, BioVita, Svetla рекомендуются для ежедневного приема - по 1,5 л. в день.</p>	
				<p>Схема приема - см. пункт 5. Возможен симпатоматический прием при головной боли, в течение суток небольшими количествами, но не более 500 мл. Столовая вода Stelmas O₂ обогащенная кислородом - симпатоматически (0,5 л.) или постоянно (1,5 л.) в день.</p>	
<p>BioVita</p>		<p>Stelmas Детская</p>		<p>Svetla</p>	
<p>Stelmas O₂</p>		<p>Stelmas ZnSe</p>		<p>Stelmas Минеральная</p>	
<p>Miss Mineral Detox</p>		<p>Sulinka кремниевая</p>		<p>Sulinka кремниевая</p>	
<p>Sulinka</p>		<p>Stelmas Mg</p>		<p>Sulinka</p>	
<p>Stelmas Mg</p>		<p>Питьевые Столовые**</p>		<p>Питьевые Столовые*</p>	
		BioVita		BioVita	
		Stelmas Детская		Stelmas Детская	
		Svetla		Svetla	
		Stelmas O₂		Stelmas O₂	
		Stelmas ZnSe		Stelmas ZnSe	
		Stelmas Минеральная		Stelmas Минеральная	
		Miss Mineral Detox			
		Sulinka кремниевая		Sulinka кремниевая	
		Sulinka		Sulinka	
		Stelmas Mg			

<p>8. Заболевания опорно-двигательного аппарата, травмы, переломы</p>		<p>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 взрослого человека (в зависимости от массы тела) - по 250-300 мл. за 20-30 минут до еды и через 1-1,5 часа после каждого приема пищи.</p>	<p>BioVita</p>	<p>Принимается небольшими порциями 100-125 мл., часто дробно, в теплом виде, перед едой. Курс до 6 нед, повторить через 2-3 месяца.</p>
<p>9. Профилактика кальциевых или оксалатных, цистиновых и уратных камней, хронический пиелонефрит</p>		<p>При диагностированной МКБ суточное количество "SVELTA" 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 напитков до половины от общей дневной нормы. Остальные воды применяются для ежедневного профилактического (не курсового) приема - по 0,5-1,0 л. в сутки.</p>	<p>Svetla</p>	
<p>10. Дефицит магния, повышенная потребность в магнии (во время беременности, для спортсменов и др.)</p>			<p>BioVita</p>	
<p>11. Профилактика онкологических заболеваний</p>			<p>BioVita</p>	<p>Для питьевых столовых вод рекомендован систематический прием 250-300 мл. за 20-30 минут до еды и через 1-1,5 часа после каждого приема пищи. Пьются небольшими глотками, слегка охлажденной или при комнатной температуре. Для лечебно-столовой воды "Stelmas Mg" прием аналогичен п.4 данной таблицы.</p>
<p>12. Утомляемость, бессонница, понижение мужской потенции, понижение внимательности, ухудшение зрения, памяти, усидчивости (последнее чаще проявляется у школьников и студентов).</p>				<p>Рекомендован систематический прием столовых вод по 250-300 мл. за 20-30 минут до еды и через 1-1,5 часа после каждого приема пищи. Пьются небольшими глотками, слегка охлажденной или при комнатной температуре. Для лечебно-столовой воды "Stelmas Mg" - 1 раз в день 250-300 мл через 1-1,5 часа после приема пищи.</p>
<p>13. Потеря водного баланса у грудных детей, беременных и кормящих женщин, нарушение микрофлоры желудка и кишечника ребенка.</p>			<p>BioVita</p>	<p>Рекомендован систематический прием минеральной природной питьевой воды "STELMAS Детская" (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 разведения сухих смесей. Остальные воды рекомендованы беременным и кормящим женщинам для ежедневного приема. Особенно полезен во время беременности прием вод с повышенным содержанием Магния. Лучше всего здесь подойдут "СТЭЛМАС Mg" и "MISS MINERAL Detox".</p>
<p>14. Значительный расход энергии во время спортивных тренировок или при других больших физических нагрузках. Усталость и мышечные боли.</p>			<p>BioVita</p>	<p>Рекомендован прием минеральных лечебно-столовых вод до тренировки, а прием столовых вод - до, во время и после тренировки. Пьются небольшими глотками, слегка охлажденными или при комнатной температуре.</p>
<p>Sulinka кремниевая</p>			<p>Stelmas ZnSe</p>	
<p>Sulinka</p>			<p>Miss Mineral Detox</p>	
	<p>Sulinka кремниевая</p>			
			<p>Stelmas Mg</p>	
			<p>Stelmas Детская</p>	
		<p>Sulinka</p>		
			<p>Svetla</p>	
			<p>Stelmas O2 SPORT</p>	

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.

ОГЛАВЛЕНИЕ

От автора	стр. 3
Аксиомы здоровья	стр. 5
Здоровый организм	
Что мы должны о нем знать	стр. 12
Системы организма	
Опорно- двигательная скелетная система	стр. 14
Мышечная система	стр. 16
Пищеварительная система	стр. 17
Кровь	стр. 20
Кровеносные сосуды и сердце	стр. 21
Печень	стр. 23
Легкие	стр. 24
Почки	стр. 25
Лимфатическая система	стр. 26
Почему вода так важна для здоровья и долголетия	стр. 28
Теория старения	стр. 29
Профилактика онкологии и помощь в ее лечении	стр. 33
Влияние минеральных лечебных и активных вод на здоровую работу организма	стр. 45
Столовая вода	стр. 58
Синергетический эффект при курсовом приеме минеральных и активных питьевых вод	стр. 76
Следует помнить	стр. 90
Использованная литература	стр. 95

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Андреев Ю. Вода – наместник Бога на земле.
2. Балаболкин М. О проведении клинических исследований по изучению влияния минеральной воды «Стэлмас Mg» на состояние углеводного и липидного обмена, перекисное окисление липидов, инсулиновую резистентность, функциональную активность б-клеток и секрецию гормонов жировой ткани: Отчёт 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. Горбачёв В.В., Горбачёва 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 «Стэлмас Mg» 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 «Стэлмас Mg».
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 «Стэлмас Mg»: Учебно – методическое для врачей.
16. Фролков В.К. Минеральная вода «Стэлмас Mg» 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 «Стэлмас Mg» в лечении заболеваний органов пищеварения.
19. Поллак Дж. Четвёртая фаза воды.
20. Бобровницкий И.П., Блюменкранц А.Э., Фролков В.К., Нагорнев С.Н., Яковлев М.Ю. Механизмы гормонального действия минеральной воды Кукинского месторождения Читинской области при постваготомических нарушениях // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры, 2018. –Т. 95. –№ 2-2. –С. 31-32.
21. Васильев В.Н. Здоровье и стресс. – М.: Знание, 1991. -158 с.
22. Воейков В.Л. «Регуляторная функция активных форм кислорода в крови и в водных модельных системах». Дисс. ... д-ра биол. наук, МГУ им. М.В. Ломоносова, Москва, 2003.
23. Воейков В.Л., Коротков К.Г. Новая наука о воде. Монография, -М., 2017. –215 с.
24. Выгоднер Е.Б. Физические факторы в гастроэнтерологии. – М.: Медицина, 1987. –250 с.
24. Вериго Н.С., Улащик В.С. Современные представления о минеральных водах и механизмах их действия на организм // Здравоохранение. Минск, 2012. –С. 39–48.
25. Гулидова Г.П., Выявление механизмов эффективного оздоровления организма человека под влиянием лечебно-минеральных, активных вод // Выяснения возможностей влияния активных вод на человека
26. Дедов И.И., Маколкин В.И., Сыркин А.Л. и соавт. Функциональное состояние миокарда у больных сахарным диабетом I типа // Проблемы эндокринологи, 1993. –№ 6. –С. 7–9.
27. Ефименко Н.В., Репс В.Ф. Механизмы действия питьевых минеральных вод // Курортная медицина, 2013. –№ 3. –С.106–109.

- 28 Кайсинова А.С. Санаторно-курортная реабилитация больных с эрозивно-язвенными заболеваниями гастродуоденальной зоны с психоэмоциональными нарушениями // Курортная медицина, 2015. –№ 2. –С. 98–101.
- 29 Климов П.К. Функциональные взаимосвязи в пищеварительной системе. –Л.: Наука, 1976. –270 с.
- 30 Климов П.К. Желудочно-кишечные гормоны // Физиология эндокринной системы. –Л., 1979. –С. 414–448.
- 31 Кузнецов Б.Г. Гастроэнтеропанкреатическая эндокринная система и ее роль в механизме действия питьевых минеральных вод // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры, 1981. –№ 3. –С. 63–66.
- 32 Кузнецов Б.Г. Новые представления о физических механизмах действия питьевых минеральных вод // Современные аспекты курортной гастроэнтерологии: Сб. науч. тр. Пятигорского НИИКиФ. –Пятигорск, 1988. –С. 9–12.
- 33 Кутльева А.Г. Влияние минерального состава питьевой воды на состояние здоровья человека // Современная наука: теоретический и практический взгляд. Сборник статей Международной научно-практической конференции, 2015. –С.34–37.
- 34 Меерсон Ф.З., Пшенинкова М.Г. Адаптация к стрессорным ситуациям и физическим нагрузкам. –М.: Медицина, 1988. –208 с.
- 35 Олефиренко В.Т. Современные представления о действии минеральных вод и лечебных грязей на организм // Физические факторы в профилактике, лечении и медицинской реабилитации: Сб. науч. тр. ЦНИИКиФ –М., 1987. –С. 48–51.
- 36 Поллак Джеральд. Четвертая фаза воды. Изд-во ДМК. –М., 2017. –423 с.
- 37 Полушина Н.Д., Фролков В.К., Ботвинева Л.А. Превентивная курортология (теоретические и прикладные аспекты, перспективы). –Пятигорск, 1997. –225 с.
- 38 Рустамов М.Н. Лечение больных хроническим гастритом и язвенной болезнью двенадцатиперстной кишки нефармакологическими факторами // Военная медицина, 2015. –№ 1 (34). –С. 52–57.
- 39 Рустамов М.Н. Действие питьевых минеральных вод на эндокринную регуляцию гастродуоденальной системы у больных с гиперацидным синдромом // Гастроэнтерология Санкт-Петербурга, 2018. –№ 2. –С. 92–93.
- 40 Струкова Е.В., Назаров А.А., Гулидова Г.П. Выявление механизмов эффективного оздоровления организма человека под влиянием минеральной воды «Svetla», активированной фулеренами // Технологии живых систем, 2017. –Т. 14. –№ 2. –С. 59–66.
- 41 Филимонов Р.М., Филимонова Т.Р., Саламадина Г.Е. Минеральная вода в реабилитации больных с гастродуоденальной патологией. Учебное пособие для терапевтов и врачей гастроэнтерологов. –Москва, 2019. – 84 с.
- 42 Фролков В.К. Гормональные механизмы действия питьевых минеральных вод при экспериментальной язве гастро-дуоденальной области: Автореф. дис. ... канд. биол. наук. Москва, 1984. –25 с.
- 43 Фролков В.К. Новые представления о механизмах лечебно-профилактического действия питьевых минеральных вод // Клиническая медицина и фармакология, 2015. –№ 4. –С.34–38
- 44 Фролков В.К., Нагорнев С.Н., Жернов В.А. Биологическая интерпретация классификации минеральных вод для внутреннего применения // Физиотерапевт, 2019. –№ 1. –С. 68–76.
- 45 Назаров А.А. Азбука семейного здоровья. Профилактика болезней, помощь в лечении, реабилитация здоровья.
- 46 ГБОУ ВПО «Самарский государственный университет» МЗ РФ НИИ Восстановительной медицины и реабилитации СамГМУ. Применение минеральной воды «Стэлмас Мд» в комплексной реабилитации больных раком молочной железы.
- 47 В.К. Фролков, А.А. Назаров, В.Л. Воейков, Минеральные лечебные и активные воды. Механизмы лечебно – профилактического действия: Мифы, реальность, перспективы.