

СОДЕРЖАНИЕ

Не нужно лечить жажду лекарствами	3
Ф. Батмангхелидж, доктор медицины	3
Значение воды для здоровья человека	9
Для чего нужна вода?	11
Эпидемия обезвоживания	13
Гидратация и обезвоживание	16
Пот — естественный кондиционер	18
Сколько нужно пить?	19
Что и когда пить	20
Натрий и калий.	22
Доктор Батмангхелидж и значение соли для организма человека.	24
Астма, аллергия и обезвоживание	28
Вода защитит от рака	29
Вода поможет похудеть	30
Фонтан молодости	32
Гидротерапия — целебная сила воды	33
Что не так с нашей питьевой водой?	36
Вызов муниципальным водоочистным станциям	38
Загрязняющие вещества	39
Бензин и МТВЕ	39
Паразиты	41
Добавки к воде	43
Хлор	43
Углеводороды	46

Модернизация обветшавших систем коммунально-бытового водоснабжения	46
Фторирование водопроводной воды	47
Полезно для детей?	50
Связь между фтором и раком	51
Другие проблемы	53
Кому верить?	54
Экологически опасные продукты цивилизации	55
Медицинские препараты	55
Пестициды и гербициды	57
Качество труб	58
Диоксин	58
Кислотный дождь	58
Трубы из меди и поливинилхлорида ПВХ	65
Исследовать или очищать?	65
Какая вода подойдет вам?	67
Справочник по маркам бутылированной воды и бытовым устройствам водоочистки	67
У большинства из нас это вызывает много вопросов	67
Бутылированная родниковая и минеральная вода	69
Недостатки бутылированной воды	72
Бутылированная вода из водопровода	75
Пластиковые бутылки и емкости	77
Удобство и доступность	78
Изучайте этикетки	79
Учитесь разбираться в химических анализах	80
Угольные фильтры для воды	83
Фильтры с использованием гранулированного активированного угля	84
Фильтры на угольных блоках	87
Достоинства и недостатки угольных фильтров	90
Угольные очистители с субмикронными сетками	93

«За» и «против» угольных фильтров с микросетками.	96
Керамические фильтры.	97
KDF-фильтры и душевые насадки	98
Умягчители воды	101
Бактерицидная обработка.	101
Хлор	102
Бром	102
Йод	103
Серебро	103
Ультрафиолет	104
Озон	105
Разве озон не ядовит?	108
Вопрос в том, где его найти?	109
Обратный осмос	110
Бытовые системы дистилляции воды.	113
Преимущества дистилляторов	115
Особенности различных моделей дистилляторов	116
Очистка	117
Вода, воздух и электричество	118
Автоматический режим работы	119
Значение качества материалов.	120
Удаление газов	121
Недостатки дистилляторов.	123
Хранение дистиллированной воды.	125
Автоматизированные дистилляторы	126
Дистиллированная вода против родниковой	127
Проблема вымывания	129
Как сохранить воду чистой?	131
Стив Мейеровиц.	133

НЕ НУЖНО ЛЕЧИТЬ ЖАЖДУ ЛЕКАРСТВАМИ

Ф. Батмангхелидж, доктор медицины

Вся методология современной медицины основана на четырех, к сожалению, неверных предположениях.

Первая из них, которую я считаю величайшей трагедией в истории медицины, заключается в том, что сухость во рту считается единственным признаком потребности организма в воде. Это ошибочное предположение повинно в мучительной, преждевременной смерти миллионов людей. В сущности, эти люди страдали всего лишь от незнания: они не знали, что им просто хочется пить.

На самом деле производство слюны, необходимой для пережевывания и проглатывания пищи, является приоритетным — организм вырабатывает этот секрет в первую очередь, даже если воды не хватает для осуществления других жизненно важных функций. Данный факт является убедительным доказательством того, что вода слишком важна для организма, чтобы сигнализировать о ее нехватке только с помощью сухости во рту.

Второй серьезной ошибкой медицины является предположение, согласно которому вода не обладает собственными химическими свойствами, а всего лишь растворяет и транспортирует питательные вещества. Однако в действительности вода — это главный поставщик энергии для осуществления всех функций организма. Она вырабатывает гидроэлектрическую энергию в мембранах всех клеток, в том числе тех, которые передают нервные импульсы. Кроме того, благодаря своим гидролитическим свойствам, она расщепляет все питательные вещества на первичные компоненты, которые организм может усваивать и использовать, например: белки — на аминокислоты, крахмал — на простые сахара, а жиры — на жирные кислоты. Этим компонентам вода передает свою энергию, которой питается организм. Помимо прочего, вода выполняет функцию клея, связывающего клеточные мембраны в единое целое. Все это свидетельствует о ее первостепенной роли в энергетическом обмене и осуществлении физиологических функций организма.

Третья ложная предпосылка современной медицины состоит в том, что вода — это бесплатный и доступный ресурс, поэтому человеческий организм просто не может страдать обезвоживанием. В действительности же это не так и организм очень легко обезвоживается даже в тех ситуациях, когда вокруг полно совершенно бесплатной воды. Научные исследования показывают, что с возрастом восприимчивость наших органов чувств понижается. Поэтому мы постепенно теряем способность ощу-

щать жажду, то есть чем старше мы становимся, тем сильнее обезвоживается наш организм.

Четвертая неверная предпосылка (именно ее всячески поддерживают производители пива) — это вера в то, что потребности организма в воде могут удовлетворить любые жидкости, произведенные промышленным способом. Однако содержащиеся кофеин и алкоголь напитки оказывают на организм человека обезвоживающее действие, то есть выводят из организма воды больше, чем ее содержится в стакане напитка или в банке пива.

Эти ошибки в медицинских концепциях породили стремительно развивающуюся систему «охраны болезней», которая процветает, паразитируя на человеческих недугах.

Результаты клинических и научных исследований, которые я проводил более двадцати лет, доказывают, что у человеческого организма множество различных способов заявить о своей потребности в воде. В зависимости от того, какая область и в какой степени нуждается в воде, организм может сигнализировать об этом острыми болями или запускать такие специальные программы борьбы с обезвоживанием, как астма, аллергия, повышенное кровяное давление, диабет, аутоиммунные, медленно развивающиеся вирусные и другие заболевания.

У меня есть все основания полагать, что до самого последнего времени эта информация систематически и бессовестно скрывалась. Но мои исследования привели к открытию удивительно простого и естественного способа решения многих бо-

лезненных и опасных проблем со здоровьем. Я назвал его ЛЕЧЕНИЕ ВОДОЙ.

Грабительская система «здравоохранения», которая с большой выгодой для себя лечит обезвоживание, его проявления и адаптивные процессы с помощью химических лекарственных препаратов и лечебных процедур, наносит не только материальный вред. В дополнение к тяжкому бремени постоянно растущих расходов на «охрану болезней» она обрекает людей на бесчисленные страдания, которых они вполне могли бы избежать.

В последнее время прогрессивные ученые и писатели пытаются объяснить людям, что главной причиной большинства проблем со здоровьем является хроническое обезвоживание. К числу этих людей принадлежит и Стив Мейеровиц, талантливый автор этой книги. Вам, читателям, предстоит узнать, что предотвращать и искоренять многие проблемы со здоровьем сегодня можно совершенно бесплатно.

Все, что от нас требуется, — это советовать людям попробовать в качестве натуральных лекарственных препаратов воду и соль, поскольку на самом деле вполне может оказаться, что они не больны, а все их симптомы — это лишь признаки жажды и местного обезвоживания организма.

Читателям этой книги, открывающей людям истинное положение вещей, будет полезно познакомиться с дополнительной информацией, касающейся серьезных проблем со здоровьем, которые вызваны непреднамеренным дефицитом воды в ор-

ганизме. В 1987 году на Международной конференции по борьбе с раком я выступил с лекцией, в которой объяснил, как и почему результатом непреднамеренного продолжительного обезвоживания становится развитие рака. Моя статья «Боль: Необходимость изменения парадигмы» («Pain: A Need for Paradigm Change») была опубликована в номере «Journal of Anticancer Research» за сентябрь-октябрь 1987 года.

Обезвоживание негативно влияет на четыре важнейшие функции организма, ослабляя его и делая уязвимым для болезней, в том числе и рака. Обезвоживание ослабляет иммунитет. Нехватка воды способствует накоплению токсичных отходов, что приводит к истощению запасов некоторых основных аминокислот, выполняющих функцию антиоксидантов. Некоторые из этих аминокислот необходимы для работы ферментных систем, занимающихся выявлением и ликвидацией поврежденных ДНК. Потеря незаменимых аминокислот и элементов приводит к тому, что клетки в пораженной обезвоживанием области теряют способность выполнять сложные функции, становятся примитивными и «эгоистичными», то есть склонными к ауторепродукции. Кроме того, недостаток воды понижает содержание кислорода в тканях и повышает их кислотность, создавая условия, которые больше подходят для развития раковых, чем нормальных клеток.

Сегодня, как отмечено в этой книге, результаты многих исследований показывают, что увеличен-

ное потребление воды оказывает мощное профилактическое противораковое действие. Советую вам не только заняться более глубоким изучением этой темы, но и обязательно следить за тем, чтобы ваш организм не стал жертвой непреднамеренного обезвоживания. Цена может оказаться слишком высокой.

Да хранит вас Господь,
Ф. Батмангхелидж, доктор медицины

Доктор медицины Ф. Батмангхелидж (1931—2004) — автор бестселлеров «Ваше тело просит воды», «Вода для здоровья», «Вы не больны, у вас жажда», «Вода исцеляет, лекарства убивают», «Как лечить боли в спине и ревматические боли в суставах». Познакомиться с работами доктора Батмангхелиджа можно на сайте www.WaterCure.com.