

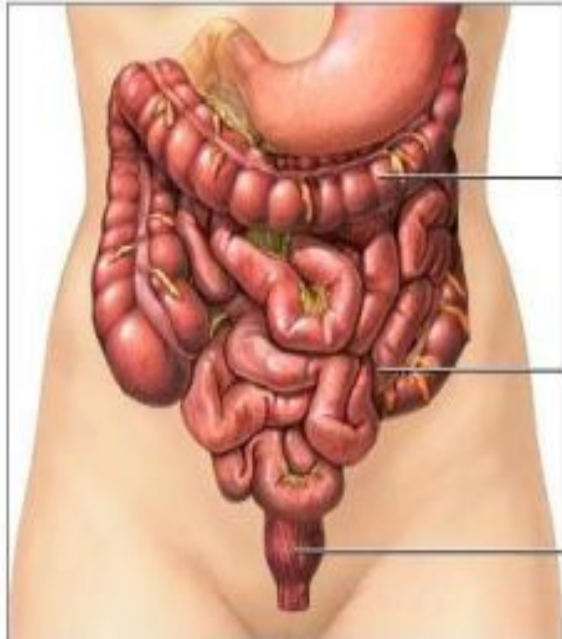
ЗДОРОВЬЕ КИШЕЧНИ

АВТОР: «Почетный член
правления»,
консультант международного
уровня
г-жа Ван Юймэй

КА



Общие сведения о кишечнике



Large intestine (colon)

Small intestine

Rectum

1. Строение кишечника.

Кишечник имеет два больших отдела – тонкий и толстый кишечник.

Тонкий кишечник состоит из двенадцатиперстной, тощей и подвздошной кишки.

Толстый кишечник состоит из слепой кишки с аппендиксом, восходящей ободочной, поперечной ободочной, нисходящей ободочной, сигмовидной и прямой кишки.

2. Функции кишечника.

Функции тонкого кишечника: здесь происходит всасывание питательных веществ.

Функции толстого кишечника: здесь всасываются вода и электролиты из жидкого химуса, формируется густой кал и выводится наружу.

Общие сведения о кишечнике

4 «самые важные функции» кишечника в организме:



1). Это самая большая «заправочная станция»: в кишечнике усваивается 90% питательных веществ, необходимых организму.

2). Это самый большой иммунный орган — более 70% иммунных клеток находятся в кишечнике.

3). Это самый большой очищающий орган — более 90% всех ядов и токсинов выводится через кишечник.

4). Это самый трудящийся и утомляющийся орган — за всю жизнь человек съедает около 20 тонн пищи и выпивает более 200 тысяч литров жидкостей.

Оценка здоровья

кишечника

Состояние каловых масс



ФОРМА

1.1. Комкообразный («овечий») – в каловых массах содержится мало воды, отделение стула происходит с большим усилием. Это сигнал о наличии заболеваний кишечника, чаще всего воспалительного характера.

1.2. В форме твердой комковатой колбаски – нарушена перистальтика, каловые массы такого вида могут прилипнуть к стенкам кишечника, что становится пусковой причиной заболеваний.

1.3. В форме гладкой мягкой целостной колбаски – именно таким должен быть ежедневный стул. Это признак здорового кишечника.

1.4. Водянистый без твердых частиц – это симптом, говорящий о большой опасности. При таком стуле кишечник практически прекратил двигаться, пища и воды выходят наружу почти в неизменном виде.

ЦВЕТ

2.1. Желто-охристый – нормальный цвет, здоровый кишечник.

2.2. Черный или темнокоричневый (мелена) – это предупреждающий сигнал: такой цвет получается, когда в каловых массах присутствуют частицы крови.

2.3. Иссиня-черный стул – если он маслянистый, это может быть симптомом язвы желудка или двенадцатиперстной кишки.

Общие сведения о

кишечнике

Опасность запоров



3.1. Запоры являются причиной возникновения трещин заднего прохода и развития геморроя.

3.2. При длительном застое кишечного содержимого образуются гнилостные токсины, которые всасываются из кишечника в кровоток, попадают в печень и увеличивают на нее нагрузку. Хронические запоры приводят к поражению печени.

3.3. Запоры могут привести к синдрому бесплодия. Образующиеся токсические вещества могут негативно повлиять на систему «гипоталамус – гипофиз - яичники», что приводит к нарушениям в созревании яйцеклетки.

3.4. Чрезмерные усилия для отделения стула приводят к перенапряжению мышц заднего прохода, нарушается кровообращение, возникают застойные явления в области малого таза, болезненное мочеиспускание, снижение полового влечения.

3.5. Длительный запор создает дополнительную нагрузку на печень, в организме избыточно накапливаются продукты жизнедеятельности и токсины, что может способствовать нарушению внутреннего обмена и гормонального баланса. В результате кожа лица становится темной, появляются пигментные пятна.

Баланс микрофлоры — главное для здоровья



Факторы, вредящие здоровью кишечника



Как сохранить здоровье кишечника

ПОДДЕРЖИВАТЬ ЗДОРОВЬЕ ЛЕГКИХ

МАССАЖ ТОЧЕК НА МЕРИДИАНЕ ЛЕГКИХ



ЛЕ-ЦЮЭ

СПОСОБСТВУЕТ НОРМАЛИЗАЦИИ ЦИ ЛЕГКИХ, МОЖЕТ ИСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПРИ КАШЛЕ, ОДЫШКЕ.

ЧИ-ЦЗЭ

ЭФФЕКТИВНО СОДЕЙСТВУЕТ ВОССТАНОВЛЕНИЮ ФУНКЦИИ ЛЕГКИХ ПО РАСПРОСТРАНЕНИЮ ЦИ И ЖИДКОСТЕЙ ПО ОРГАНИЗМУ, ОХЛАЖДЕНИЮ ЖАРА ЛЕГКИХ, ОСАЖДЕНИЮ АНОМАЛЬНОГО ПОДНЯТИЯ ЦИ ЛЕГКИХ.



В теории китайской традиционной медицины считается, что легкие и толстый кишечник связаны по принципу «внешнее - внутреннее», через них проходят связанные между собой меридианы.

Это значит, что состояние легких и кишечника влияют друг на друга.

Продукт «Тяньши», который входит в меридиан легких – капсулы с мицелием кордицепса «Тяньши».



Как сохранить здоровье кишечника

УПОТРЕБЛЯТЬ ПИЩЕВЫЕ



Действие на кишечник
пищевых волокон :

1. Устраняют понос и запор.
2. Способствуют очищению кишечника и росту полезных бактерий.
3. Волокна набухают в кишечнике, что активизирует перистальтику и облегчает отделение стула.
4. Являются пищей для полезных бактерий.

Продукция «Тяньши», содержащая пищевые

ВОЛОКНА

ЖИВОТНОГО
ПРОИСХОЖДЕНИЯ



РАСТИТЕЛЬНОГО
ПРОИСХОЖДЕНИЯ



Как сохранить здоровье

ЧЕСНОЧНОЕ МАСЛО «ТЯНЬШИ»



Это продукт, который оказывает неоспоримое полезное воздействие на организм: подавляет бактерии, оживляет клетки, стимулирует выработку энергии, ускоряет обмен веществ, снимает усталость. Обладает ярко выраженным противомикробным и противовирусным действием.

Как сохранить здоровье кишечника

КАЛЬЦИЙ «ТЯНЬШИ»

1. Усиливает сокращение мышечной стенки желудка.
2. Нормализует перистальтику кишечника.
3. Улучшает функции



**БЕРЕЖЕШЬ
СВОЙ КИШЕЧНИК –**

**БЕРЕЖЕШЬ
ЗДОРОВЬЕ!**

