

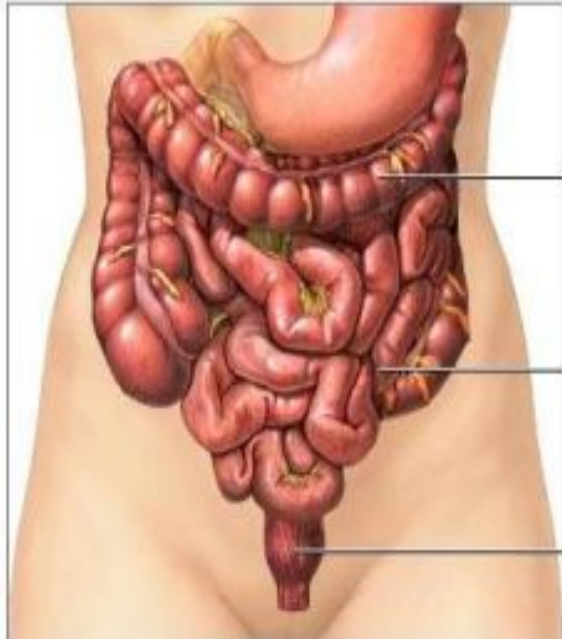
# ЗДОРОВЬЕ КИШЕЧНИ

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

# КА



# Общие сведения о кишечнике



## 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 темно-коричневый (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»



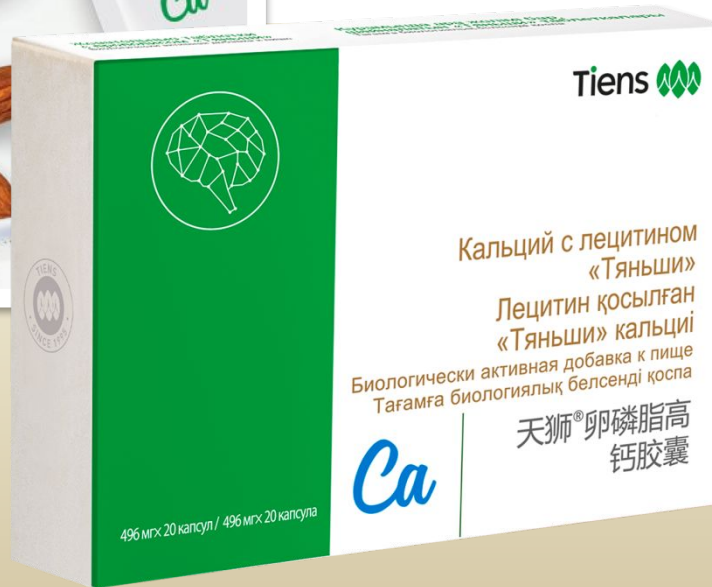
Это продукт, который оказывает неоспоримое полезное воздействие на организм: подавляет бактерии, оживляет клетки, стимулирует выработку энергии, ускоряет обмен веществ, снимает усталость. Обладает ярко выраженным противомикробным и противовирусным действием.



# Как сохранить здоровье кишечника

## КАЛЬЦИЙ «ТЯНЬШИ»

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





**БЕРЕЖЕШЬ  
СВОЙ КИШЕЧНИК –**

**БЕРЕЖЕШЬ  
ЗДОРОВЬЕ!**

