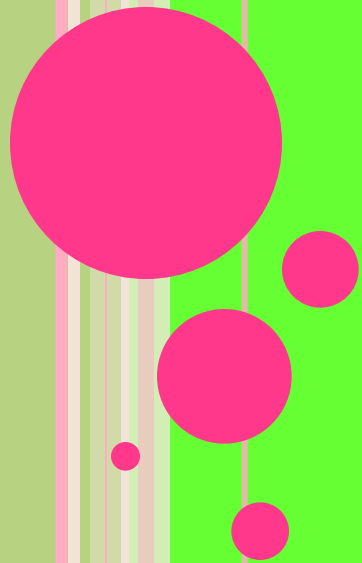


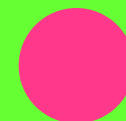
ЭНДОЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Презентация к курсу «Здоровый образ жизни»
Автор: Маринюк Людмила Георгиевна.



□ *“Все болезни – от дурных соков”*

- Так говорили в старину



Эндозкология – чистота внутренней среды организма

- Что изучает экология человека
- Эндозкология – как новое ответвление научной медицины
- Проблемы эндозкологии
- Что представляет жизнь современного человека
- Чистота внутренней среды организма





Что такое ЭНДОЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ???

Эндоэкология — это наука, которая изучает и разрабатывает методы и средства, позволяющие поддерживать чистоту внутренней среды организма, тем самым обеспечивая нормальную жизнедеятельность всех органов и тканей.

Эндоэкология — новое ответвление научной медицины, которое призвано не лечить заболевания, а в первую очередь заниматься их профилактикой, что является крайне важным в современных условиях.

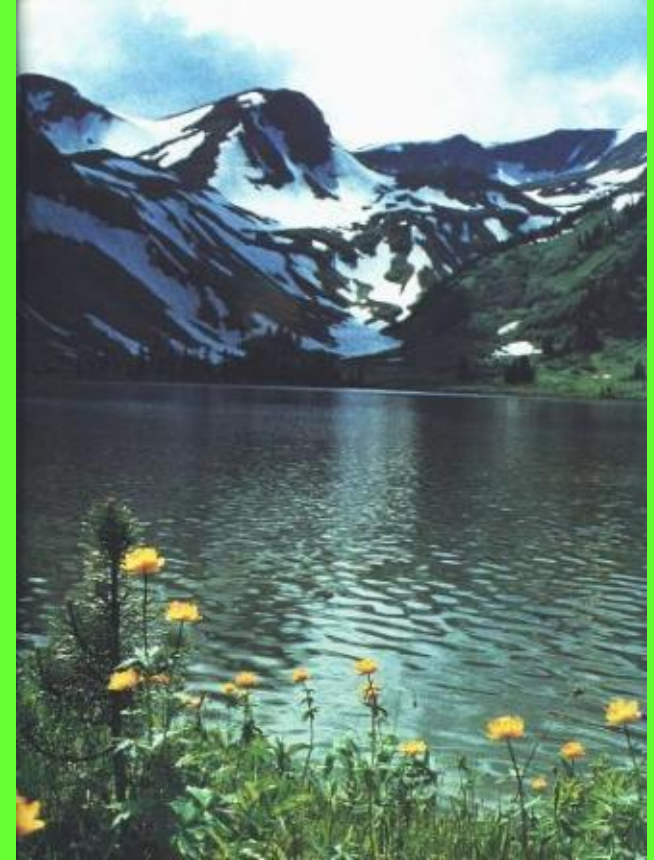


Что представляет жизнь современного человека

- ❑ Плохая экология, постоянные стрессы, сумасшедший ритм жизни, неправильное питание - все эти факторы разрушают нас изнутри. Организм превращается в настоящую свалку токсинов, а в результате: хроническая усталость, преждевременное старение, избыточный вес, целый ряд заболеваний и потеря интереса к полноценной, гармоничной жизни.
- ❑ Эффективный способ противостоять этому процессу - применить метод ЭНДОЭКОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ, иными словами ВОССТАНОВИТЬ ЧИСТОТУ ВНУТРЕННЕЙ СРЕДЫ ОРГАНИЗМА, основная задача которого - вывести токсины из межклеточного пространства и вернуть нам молодость, красоту, здоровье и ощущение радости от жизни.



С греческого слово «эндоэкология» можно перевести как «внутри дома» («эндос» – внутри, «экос» – дом). Таким образом, наука эта рассматривает то, что скрыто от постороннего взгляда. В нашем случае – внутреннюю жизнь организма, который есть не что иное, как совокупность клеток.



То есть эндоэкология – это внутренняя среда организма. Именно в эту среду кровеносные сосуды несут все необходимое для жизнедеятельности клетки, и все, что попадает в организм, в конечном итоге оказывается в этом эндоэкологическом пространстве. Сюда же клетка «сбрасывает» отходы. От состояния нашей эндоэкологии в конечном итоге зависит наше здоровье, ведь любое заболевание начинается на уровне клетки.



Получается, если клетки организма полны здоровья, то здоров и человек. А для того, чтобы клетки были здоровыми, необходимо, чтобы то, что попадает внутрь организма, также не было болезненным: для этого необходимо **жить в экологически чистой среде, пить чистую воду, есть здоровую пищу**.



Но возможно ли это в современных условиях? Исследователи говорят, что если взглянуть на клетки современного горожанина под микроскопом, в них можно увидеть и **сажу, и шлаки, и следы многих чужеродных химических веществ**. Разве можно при этом говорить о здоровье?!



Проблемы эндоэкологии

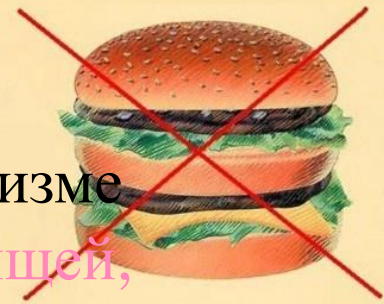
- ▣ За последние десятилетия необходимо отметить, что макро- и микродозы токсичных веществ отравляют не только жителей неблагоприятных регионов. Перенесенные ветром, водой, поступаая с продуктами питания, эти вещества попадают в организм людей, живущих за сотни километров от источников их образования.
- ▣ Загрязнение внешней среды и кризис экологии породили загрязнение и кризис внутренней среды организма. Деградация здоровья приобрела характер национальной катастрофы.
- ▣ За последние четыре года рождаемость, например в России, упала на 30 %, а смертность возросла на 15 %. Здоровыми к семилетнему возрасту остаются 23 % детей, а по данным углубленных медицинских осмотров, к группе полностью здоровых можно отнести лишь 0,8 % детей. Дети в возрасте до года умирают в России в два раза чаще, чем в США



Откуда берется грязь?

Несомненно, большая часть имеющихся в организме вредных накоплений попадает в него извне: с пищей, водой, воздухом.

Внести свой вклад в загрязнение организма с успехом могут разного рода бактерии и вирусы. Небезгрешны и сами клетки: грязь накапливается в том числе и от их разложения в процессе нормальной жизнедеятельности, а также вследствие болезней и травм.



вкусно? зато вредно!

Сорч Paste



На рубеже 20 и 21 веков медики начали бить тревогу: год от года заметно возрастает заболеваемость **гепатитом А, В, С, ВИЧ-инфекцией**.

Эпидемии вирусных заболеваний стали настолько регулярными, что мы уже без прежнего ужаса воспринимаем сообщения об их губительных последствиях. Больные, имеющие сердечно-сосудистые и **онкологические заболевания**, есть почти в каждой семье.

Все эти особенности четко вписываются в один фактор – нарушение экологии тела человека. Если еще 100 лет назад при небольшом загрязнении организм был способен к самоочищению, то сегодня от постоянно накапливающихся шлаков без посторонней помощи он уже не в состоянии избавиться.



Что же делать???

Если мы хотим избавиться от постоянных недомоганий, сезонных и хронических заболеваний, нужно обратиться к **эндоэкологии**. Никакие лекарства не помогут, пока наш организм заполнен различными отравляющими его веществами.

Если сравнить необходимость применения эндоэкологии с повседневной жизнью, то можно провести параллель с кухней. Кто из вас станет варить суп в грязной кастрюле? То-то и оно – кастрюлю сначала моют, а потом кладут все необходимое для супа. Так и в нашем случае – прежде чем мечтать о здоровье, надо подготовить для него хорошую почву.



ПЕРВЫЙ ШАГ СДЕЛАН!!!

Итак, если ваша «кастрюля» готова к приему качественных «продуктов», значит, первый шаг навстречу своему здоровью сделан. Каждая клеточка вашего тела вновь полна жизни, а значит и применяемые методы оздоровления (в том числе и лекарственные) будут вдвойне эффективны.



Чистота внутренней среды организма — это основа основ его нормальной жизнедеятельности и профилактика развития большинства заболеваний. Именно поэтому в системном подходе к сохранению здоровья человека **эндоэкологическая** наука имеет первостепенное значение.

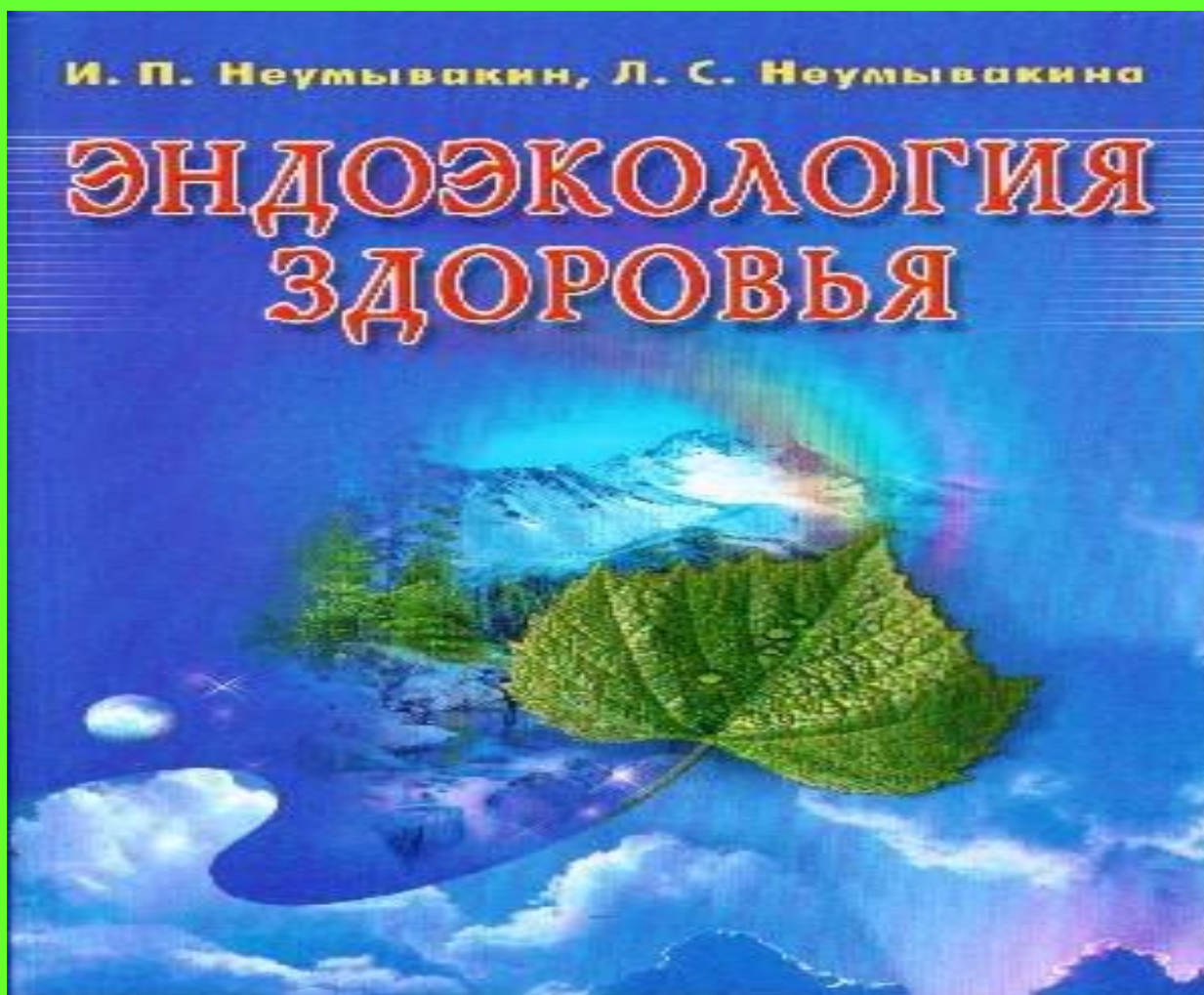


Заключение.

- ▣ Окружающий нас мир и наш организм, это единое целое, все выбросы и загрязнения поступающие в среду обитания это урон нашему здоровью. Единству природы и человека должно соответствовать единство знаний о природе и человеке. Но как бы велики ни были наши знания, следует помнить о незнании. Именно им определяются вредные нежелательные последствия человеческой деятельности. Успехи науки не избавляют нас от незнания многих и многих аспектов жизни природы, общества, самих нас.
- ▣ Если мы будем стараться как можно больше положительного сделать для окружающей среды этим мы продлеваем свою жизнь и оздоравливаем свой организм.
- ▣ И нельзя не согласиться со словами, что все в этом мире взаимосвязано, ничто не исчезает и ничто не появляется ниоткуда.
- ▣ Наш окружающий мир – это наш организм, оберегая окружающую среду – мы оберегаем свое здоровье.
- ▣ Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и физическое, психическое и социальное благополучие человека.
- ▣ Здоровье – это капитал, данный нам не только природой от рождения, но и теми условиями, в которых мы живем и создаем.



литература



КОНЕЦ...

