

Диагноз по ногтям? Это реально!

«Быть можно дельным человеком и думать о красе ногтей» – мне всегда нравилось это высказывание Александра Сергеевича, давно ставшее афоризмом.

О том, что по форме различных частей тела – по ушам, губам, носу, лбу, ногам, рукам – можно определить и характер человека, и его способности, и много чего ещё – написано немало. Может быть и про ногти мы тоже когда-то читали что-то подобное, но всё забывается, вытесняется постепенно чем-то новым, и это новое на какое-то время занимает наши мысли, происходит обдумывание и переваривание полученной информации... И конечно же, потом, проанализировав всё, мы делаем для себя какие-то выводы.

Вот и недавно я в очередной раз узнала очень, на мой взгляд, интересную и полезную информацию, раньше, по-моему, мною не читанную и не виденную, которая заставила меня на какое-то время задуматься. Этой информацией я и хочу поделиться с коллегами и читателями «ШЖ».

Оказывается, наши ногти вполне могут рассказать нам о нашем здоровье не хуже модной сейчас компьютерной диагностики. И кто-то, узнав по ногтям, что не всё с организмом в порядке, может, даже побежит скорее эту самую компьютерную диагностику сделать, чтобы уточнить то, что узнал. И, наверное, правильно сделает.

В общем, так: всё очень просто! Все мы видели с детства и видим сейчас этикие белые луночки – полукружия на своих ногтях, расположенные у самого основания. Было там раньше и множество белых пятнышек – «обновок»... Но потом, с возрастом, их количество всё уменьшалось и уменьшалось.

Вот на эти-то лунки и надо внимательно посмотреть. Они, по утверждениям известных целителей, отражают состояние нашего здоровья. И нездоровья тоже! Посмотрев на свои ногти, большинство из нас с удивлением обнаружат, что почему-то почти все лунки исчезли. И только на большом пальце осталось хорошо выраженное, белое полукружие.

По канонам восточной медицины, к большому пальцу подходит меридиан лёгких, он также отвечает за всё, что связано с головой. Поэтому, **если луночка большого пальца**

значительно уменьшилась, стала уже, это значит, что вам надо обратить внимание на свои лёгкие и бронхи, — что-то там не в порядке. Или же «неполадки с головой». Изменения будут также и у заядлых курильщиков.

В том, что у наших читателей проблем с лункой большого пальца нет, я уверена, а вот если где-нибудь в общественном месте, например, в транспорте, вы увидите человека, ведущего себя неадекватно – громко разговаривающего, жестикулирующего и тем более – агрессивно настроенного, не спешите его останавливать или делать ему замечание. Взгляните на его большой палец. Если на нём отсутствует лунка – лучше с таким человеком дела не иметь.

Указательный палец – опять же по канонам восточной медицины, **отвечает за толстый кишечник**, и если на нём лунка уменьшилась или, не дай бог! – отсутствует, то это свидетельствует об очень серьёзных неполадках, в первую очередь, конечно, с толстым кишечником, а также – с печенью и поджелудочной железой. Возможно также, что есть воспалительные процессы глаз, носа, гортани, или же гинекологические заболевания.

Средний палец ответственен за **кровеносную и сосудистую системы организма**, и отсутствие лунки на ногте среднего пальца говорит о неполадках, соответственно, с давлением, сосудами, венами и капиллярами.

Отсутствие лунки на ногте безымянного пальца сигнализирует о проблемах с эндокринной и лимфатической системами, о недостаточности деятельности щитовидной железы и о нарушении обмена веществ.

К мизинцу подходят **меридианы тонкого кишечника, а также самого важного нашего органа – сердца**, и если нет луночки на ногте этого, «младшего» из пальцев, значит, скорее всего, у вас наличествует дисфункция тонкого отдела кишечника. Это может быть как язвенная болезнь, так и энтероколит. Из неполадков в сердечно-сосудистой системе может быть атеросклероз или гипертония, или нарушения сердечного ритма.

Люди более старшего возраста, посмотрев на свои ногти, конечно же, сразу узнают клиническую картину своих болезней, ведь каждый в курсе своих болячек. А вот в

возрасте 25-30 лет заболеваний, о которых «поведали» лунки, может ещё и не быть, но предрасположенность к ним уже существует и, если не изменить образа жизни, то весь «напророченный» букет может расцвести пышным цветом!

Исчезновение лунок на ногтях происходит в процессе жизни человека в такой последовательности: первой «уходит» луночка мизинца, так как с возрастом зашлаковывается тонкий кишечник. Вследствие нарушений усвоения питательных веществ происходят, соответственно, «сбои» в эндокринной и лимфатической системах. И, как результат, уменьшается, а затем и исчезает луночка ногтевой пластинки безымянного пальца.

С накоплением нарушений в организме сдаёт свои позиции и сердечно-сосудистая система, не справляясь со всё возрастающей нагрузкой. Следовательно, уменьшается и исчезает луночка среднего пальца.

Дольше всех «держится» беленькое полукружие указательного пальца, так как толстый кишечник хоть изредка, но всё же промывается – то вы пытаетесь сесть на диету и не так усиленно загружаете его пищей, то попьёте какой-нибудь травки.

Но это сейчас уже известно, что голодание и для здоровья полезно, и жизнь-молодость продлевает, а в молодые годы наших бабушек и дедушек, во времена то ли неурожая, то ли в страшное военное время, когда людям пришлось по-настоящему голодать, это было страшным испытанием. Вот потому наши бабушки, а за ними и матери «до хрипоты» заставляли нас «доедать всё!», что было в наших тарелках...

Вот поэтому они нас «напихивали» и «наталкивали», приговаривая: «за папу, за маму, за бабушку-дедушку». Да и сейчас во многих семьях творится то же самое!

Но если сравнить ногти стариков с нашими, а также с ногтями наших детей, сравнение чаще будет не в нашу пользу. Потому что скудный «спартанский» рацион тех лет, а то и вынужденное недоедание, сделали наших предков гораздо здоровее, несмотря на то, что сейчас они немного и прибаливают. А нам до их лет ещё дожить надо! Получится ли с таким нашим здоровьем?!

Да, вот и получается, что «желая добра» своим чадам и стараясь впихнуть в них как можно больше еды, матери и бабушки уже с самых, как говорится, «младых ногтей», делают из них инвалидов. И пищеварительная, и сердечно-сосудистая системы у детей в основном хуже, чем у их родителей, и с самых ранних лет дети страдают различными

расстройствами и недомоганиями.

Если, проанализировав свои данные, вы почувствуете, что есть повод для тревоги, то, не откладывая в долгий ящик, начните борьбу за своё, не совсем ещё, надеюсь, потерянное здоровье! Конечно, начать надо с искоренения вредных привычек – сколько ж можно курить и есть на ночь!

А то, что близится лето, когда витамины и всё полезное просто-напросто будет «болтаться» под ногами, и надо будет только всё это богатство правильно пустить в дело, пусть вдохновит вас и настроит на решительные действия по собиранию, употреблению и заготовкам впрок.

И если вы неуклонно и последовательно начнёте заниматься укреплением своего драгоценного здоровья, применяя правильное, сбалансированное питание, используя народные (а не медикаментозные!) укрепляющие витаминные средства (мёд, цветочная пыльца, прополис, отвары из трав), то вы увидите, как сначала увеличится лунка на ногте указательного пальца, затем – словно нехотя, с трудом, покажется тонкая белая полосочка на среднем – значит, медленно, постепенно восстанавливается сосудистая система...

Потом наступит очередь безымянного пальца.

И, наконец, если в арсенал вашего оздоровительного проекта вы ещё добавите контрастный душ и гимнастику, то глядишь – и до мизинчика доберётесь.

Дай же вам Бог доброго здоровья, как говаривали в старину, и оставайтесь как можно дольше молодыми, здоровыми и, соответственно, счастливыми!

Остальное купим!

Автор - **Марина Дутти**

[Источник](#)