Автор: admin
08.08.2014 17:13 -

Как и зачем приготовить «кремневую» воду?

Ни для кого не секрет, что в нашем организме содержится почти вся таблица элементов Менделеева. И кремний здесь не исключение: он присутствует в соединительной ткани практически всех внутренних органов. Дефицит кремния проявляется в хронической усталости, нервозности, выпадении волос и ухудшении зрения. Он не только способствует ускорению окислительно-восстановительных реакций, но и выводит из организма соединения тяжелых металлов: свинца, кадмия, цинка.

Конечно, пополнять содержание кремния в организме можно с помощью витаминов, покупаемых в аптеке.
Но нельзя забывать, что и природа, причем совершенно бесплатно, может помочь нам в этом. Стоит только посмотреть себе под ноги. Причем, в буквальном смысле.
Я имею в виду – поискать камни, которые могут помочь нам в укреплении организма этим полезным веществом – кремнием.

Приготовить кремневую воду, которую можно использовать и для питья, и для клизм, и для умывания, очень просто. Нужна горсть небольших камушков (например, речная галька) и трехлитровая банка питьевой воды (желательно родниковой или колодезной). Вам останется только опустить хорошо вымытые камни в воду и дать постоять 7 суток в сухом темном месте. Целебная вода готова. Камни выбрасывать не следует, а можно применять для приготовления следующей порции. Поскольку «срок годности» камней не ограничен.

Кремневая вода применяется для лечения мочекаменной болезни, дисбактериоза, различных воспалительных процессов. «Настойка» из камней восстанавливает иммунную систему, снижает уровень холестерина, укрепляет сосуды, помогает при импотенции и бесплодии.
Такая водичка просто необходима и для красавиц. Умываясь ее, вы омолаживаете кожу, предотвращаете появление морщин, укрепляете волосы.
Этой водой полезно полоскать рот. Мало того, что она убивает накопившиеся микробы, но и укрепляет десны.

Для недоверчивых можно отметить, что изучением целебных свойств кремневой воды

занимались ученые, и ее целебные свойства были подтверждены в 1993 году на научно-практическом семинаре в Минске.
Тем же, кому не удастся найти камешки, можно порекомендовать включать в свой рацион сельдерей, лук-порей, редис, помидоры, репу, брюссельскую капусту, где также содержаться полезные соединения кремния, легко усваиваемые организмом.

Чемпионом же по содержанию кремния является хвощ полевой, очень распространенное растение. Растет он по берегам рек, озер, на лугах и в лесах.
В лекарственных целях используют его ветвистые побеги.
Из побегов хвоща можно приготавливать настои и отвары и применять как внутрь, так и наружно.
Кстати, из молодых побегов можно приготовить и вкусные блюда: окрошку или начинку для пирогов.
Так что давайте забудем про лень, выберемся поскорее за город, соберем лекарства, которые дарит нам природа.
И здоровье всегда будет рядом с нами.

Автор - **Светлана Губанова**
Источник