

## **«Мертвая» вода может быть лекарством**

Многим известно, что «живая» вода – это щелочной раствор, обладающий качествами мощного биостимулятора. Она восстанавливает иммунную систему, является источником жизненной энергии. Тогда как «мертвая» (кислотная) вода, напротив, замедляет обменные процессы, губительно действует на микрофлору и микроорганизмы. Но значит ли это, что «мертвая» вода вредит нашему организму? В этой статье мы попробуем разобраться, как можно использовать кислотную воду на благо здоровья.

**1.** Аллергия. На самом деле «мертвая» вода обладает сильными антисептическими и антиаллергическими свойствами. Поэтому, если Вы страдаете от этого недуга, Вам будет полезно после приема пищи полоскать рот, горло и нос «мертвой» водой, а через 10 минут выпивать полстакана «живой» воды. Высыпания на коже также можно смачивать кислотной водой. Такие простые действия значительно снизят симптомы аллергии.

**2.** Ангина, грипп, ОРЗ. Кислотная вода поможет и в борьбе с этими неприятными болезнями. В случае ангины нужно 5 раз в день полоскать горло «мертвой» водой, а после каждого полоскания выпивать по 50 мл «живой» воды. Это поможет убить болезнетворные бактерии и сбить высокую температуру. При гриппе и простуде необходимо проделывать те же процедуры, но еще промывать кислотной водой полости носа.

**3.** Бронхиальная астма, бронхит. При бронхите врачи рекомендуют 4–5 раз в день полоскать рот, горло и нос подогретой «мертвой» водой, а также делать ингаляции с ней 3–4 раза в сутки: 1 литр кислотной воды нагреть до 70–80 °С и дышать ее паром около 10 минут. После проведения таких процедур обычно наблюдается снижение позывов к кашлю и улучшение общего самочувствия.

**4.** Зубная боль, пародонтоз. В случае зубной боли необходимо полоскать полость рта подогретой «мертвой» водой в течение 15–20 минут после приема пищи. Зачастую при этом боль быстро проходит. А если Вы хотите убрать камни на зубах, необходимо чистить зубы кислотной водой.

**5.** Повышенное давление. Специалистами давно доказано, что «мертвая» вода нормализует давление и успокаивает нервную систему, поэтому врачи рекомендуют гипертоникам утром и вечером перед едой выпивать полстакана-стакан кислотной воды с уровнем рН от 3 до 4.

**6.** Расширение вен. Если Вы страдаете такой проблемой, то Вам необходимо в течение трех дней промывать вздувшиеся и кровоточащие участки тела «мертвой» водой, потом прикладывать к ним марлевый компресс из «живой» воды, после чего выпивать 100 мл «мертвой», а через 2 часа – по 100 мл «живой» воды 4 раза в день. Эта процедура помогает заживить участки вздутия вен.

**7.** Боль в суставах рук и ног, отложение солей. При таких заболеваниях нужно около трех раз в день за полчаса до приема пищи выпивать полстакана «мертвой» воды, а также подогреть ее и делать компрессы на больные места. Это, как правило, приносит быстрый эффект, и боль отступает.

**8.** Герпес (простуда). «Мертвая» вода поможет справиться и с этой неприятностью. Для этого необходимо сначала прополоскать полость рта и нос такой водой.

Надувшийся «пузырек» герпеса нужно сорвать ваткой, смоченной подогретой кислотной водой. Затем в течение дня 7–8 раз рекомендуется на несколько минут прикладывать тампон, смоченный «мертвой» водой, к пораженному месту. На следующий день следует выпить полстакана воды с низким уровнем рН, а также повторять полоскание. Герпес после таких процедур обычно проходит через 2–3 дня.

**9.** Профилактика бессонницы, повышенной раздражительности. Для улучшения сна и снижения стресса на ночь рекомендуется выпить полстакана «мертвой» воды, а также в течение двух-трех дней выпивать ее в той же дозировке за полчаса до еды.

**10.** Уход за волосами и кожей. «Мертвая» вода сдерживает размножение бактерий на лице и помогает отсрочить появление морщин и дряблости кожи. Вода с низким уровнем рН может выполнять роль натурального тоника, крема после бритья, средства для снятия макияжа и т.д. А что касается ухода за волосами, то специалисты рекомендуют промывать голову «мертвой» водой, чередуя с «живой» – это снижает риск появления перхоти и возвращает блеск волосам.

Получается, что и «мертвая» вода во многом полезна и спасает нас от различных недугов и проблем со здоровьем.

Павел АЛИНИН