

Бид идсэн уусан бүгдийгээ боловсруулан шингээдэг хэмээн төсөөлдөг нь маш том эндүүрэл юм....дэлгэрэнгүй.

Нутрициологчдын тогтоосноор 12-оос дээш насны хүний биед 5-19 кг шаар шавхдас, баасны чулуу, бохир хуримтлагдсан байдаг байна. Эрүүл мэндэд сөргөөр нөлөөлж буй хүчин зүйлүүдийн нөлөөнөөс хоол боловсруулах тогтолцоо маань гажуудалд орж ходоод гэдсэнд исэлдэлтийн процесс явагдаж хоол хүнс ялзарсан шаар шавхдас баасны чулуу болон хувирдаг. Английн хатан хааны дэргэдэх эрүүл мэндийн академийн бүдүүн гэдэс судлалын төвөөс бүх өвчний 95% нь бүдүүн гэдэсний бохирдолтой холбоотой болохыг тогтоожээ. Хоол хүнс боловсрох явцад гэдсэнд 36 төрлийн хорт бодис ялгарч, дутуу боловсорсон хоол хүнсний хамтаар бие организмыг хордуулж байдаг. Бидний идсэн уусан хоол, хүнс маань нарийн, бүдүүн гэдэсний ханаар шимэгдэж бие организмыг тэжээж байдаг. Гэтэл бидний биед хуримтлагдсан шаар, шавхдас, баасны чулуун дундуур нэвтрэн орж ирж байгааг та төсөөлөөд боддоо. Ихэнх бохирдол бүдүүн гэдсэнд хуримтлагдаж байдаг. Бидний ууж буй шингэний 95% нь шууд бүдүүн гэдэсний ханаар шимэгдэн биед ордог. Энэ нь танд муу усны нүхийг санагдуулахгүй байна уу?? Өөрөөр хэлбэл ялзрал исэлдэлтийн процессийн дүнд бүдүүн гэдэс маань баасны чулуугаар дүүрсэн хөдөлгөөнгүй том уут болон хувирч энэ их хор, бохир дундуур шимэгдэн орж буй хорт шингэн бүх дотоод эрхтэн, элэг, бөөр, ходоод, нойр булчирхай, цэс гэх мэт бусад эрхтэнүүдийг ч хордуулж эхлэдэг. Бүдүүн гэдсэнд байрлах венийн судас түүнд хуримтлагдсан бохирт шахагдсанаар цусны эргэлт саатаж геморой, судас бүдүүрэх, тромбофлит, зэрэг өвчнүүд үүсдэг. Гэтэл бид мэс засалд ордог. Тодорхой хугацааны дараа дахин мэс засалд орох хэрэг гардаг. Энэ нь өнөөх бүдүүн гэдсээ цэвэрлэж анхдагч шалтгаанаа арилгаагүйнх билээ. Цаашлаад бохирдлоос янз бүрийн эрхтэнүүдэд чулуу үүснэ.. Нэг эрхтэнд удаан хугацаагаар хортой бодис үйлчилж байснаар канцергенийг үүсгэдэг. Үүний улмаас эмэгтэйчүүдэд савны хоргүй хавдар, хөхний хавдар, өндгөвчний уйланхай, эрэгтэйчүүдэд түрүү булчирхайн үрэвсэл, хавдар үүснэ. Хордолт аажмаар явагддаг учраас хүүхэд ахуй цагаасаа хүний бие организм үүнд дасдаг. Организм хордоход эхний хоригийг элэг, бөөр хийж эхлэдэг хордлого гүнзгийрэх тусам зохих ёсоор цэвэрлэж чадахаа больж нэн түрүүнд судаснууд өртдөг. Ингэж зүрх судасны өвчин эхлэдэг. Судас бохирдсоноос хана нь хэврэг нимгэн, зарим газраа бөглөрөлттэй болдог. Өнөөх толгой өвддөг даралт ихэсдэг нь энэ бүгдтэй холбоотой Хортой бодисуудаар бохирдсон цус бидний тархийг тэжээж, бүх эрхтэнүүдэд тархаж, улмаар өвчин үүсэх шалтгаан болно. Үүнд хамгийн түрүүнд ой тогтоолт, хараа, сонсгол муудан, үе мөчний янз бүрийн өвчин, артрит, полиартрит, радикулит, остехондроз, зэрэг өвчнүүд мөн л үүнтэй холбоотой. Организм бохиороо дүүрээд ирэх үед гадагш гарцтай эрхтэн болгоноор бохиороо гаргаж эхлэдэг. Астма, гайморит, чихнээс булаг гоожих, үтрээнээс үнэртэй, өнгөтэй зүйл гарах, тэрчлэн янз бүрийн хөнгөн хэлбэрийн арьсны өвчнүүд, батга, идээт үрэвсэл, экзем төрөл бүрийн тууралт харшлууд зэрэг нь бүгд бие организмын дотоод бохирдолтой холбоотой юм. Гэтэл шалтгаан нь дотор талд байхад бид тэр гарч байгаа идээ, шингэн, тууралт зэргийг зогсоохыг оролдон эм тариа хэрэглэх, тос түрхэх зэрэг арга хэмжээг авдаг. Үнэндээ тэр гадагшилж байгаа зүйлс нь үхсэн вирус, бактер шимэгч, мөөгөнцөрийн хүүрүүд байдаг. Ямар ч арга хэмжээ авсан бид анхдагч шалтгаанаа арилгаагүй шүү дээ. Иймд бие организмын гүн цэвэрлэгээ гэдэг ойлголт чухлаар тавигддаг. Бидний өвөг дээдэс айраг цагаагаар гэдсээ гүйлгүүлэн цэвэрлэх, мацаг барих зэргээр хоол ундаа улирал цаг уурт тохируулах, бие организмаа цэвэрлэхийг сайн мэддэг байсан. Энэ бол энгийн цэвэрлэгээ юм. Харин орчин цагийн анагаах ухаанд бие организмыг цэвэрлэх тэр тусмаа бүдүүн гэдсийг цэвэрлэнэ гэдэг ойлголт байдаггүй нь харамсалтай юм. Орчин үед нутрициологийн шинжлэх ухаан өндөр хэмжээнд хөгжисний ачаар биенийг эсийн төвшинд гүн цэвэрлэж болох болсон бөгөөд бүдүүн гэдсэнд хуримтлагдсан тэр их хэмжээний шаар, шавхдас, баасны чулууг гэдсэн дотроос нь уутлаад гаргаж цэвэрлэдэг гэхэд та итгэх үү.? 100%-н ургамлын гаралтай энэ иж бүрдлийг бий болгохын тулд Канадын эрдэмтэн Альберт Зер 30 жилийнхээ нөр их хөдөлмөрийг зарцуулсан бөгөөд энэ бүтээлээрээ Нобелийн шагнал хүртсэн юм... НҮБ-н дэргэдэх Олон Улсын Мэдээлэл Зүйн Академаас тус бүтээгдхүүнийг орлох буюу ижил төст бүтээгдхүүн сүүлийн 20 жилд бүртгэгдээгүй байна хэмээн тодорхойлсон байдаг.. Бусад төрлийн элдэв цэвэрлэгээ нэртэй халаас сэгсрэхээс өөр үр дүнгүй зүйлийг хэрэглэх гэж оролдохын оронд та бидэнд хандаарай. ...

Өвчин хэлж ирдэг. Хийсч ирдэггүй.

Эртний Грекийн нэрт эмч доктор Авиценна: Хэрэв хүн өвдсөн бол:

- Идэж буй хоолноосоо татгалз.

- Ходоод гэдэсний цэвэрлэгээ хий.
- Хоол хүнснийхээ чанарыг сайжруул. Хэрэв энэ бүхэн тус болохгүй болсон тэр цагт л та эмчээс тусламж эрэх хэрэгтэй гэж хүмүүст зөвлөдөг байжээ.....дэлгэрэнгүй.

Бид өөрсдийгөө идсэн бүргдийгээ боловсруулдаг гэж төсөөлдөг. Хүний эрүүл мэнд бүхэлдээ өөрийнх нь хэрэглэж буй хоол хүнсний чанар түүнийг бид ходоод гэдсэндээ хэрхэн шингээж байгаагаас шууд хамаардаг. Өөрөөр хэлбэл эмч мэргэжилтнүүдийн тодорхойлсноор хүн өвчилнө гэдэг нь бохирдсоны шинж тэмдэг юм. Бохирдолтыг 7 үе шаттай байдаг гэж тодорхойлжээ. Үүнд:

1. Бие организм ерөнхийдөө ядрах, сэтгэл санаа тавгүйтэх, өөрийн дуртай зүйлээ хиймээргүй санагдах, толгой өвдөх зэрэг шинж тэмдгүүд илэрдэг.
 2. Ядарч толгой өвдөхийн зэрэгцээ үе мөч булчин өвдөх, бие байнга сулбайж ханиад хүрэх, гүйлгэх, өтгөн хатах, амнаас эвгүй үнэр үнэртэх зэрэг шинж тэмдэг илэрдэг.
 3. Биенээс эвгүй үнэр үнэртэх, янз бүрийн харшлын шинж тэмдгүүд илрэх, байнга толгой өвдөх, арьс хуурайших, эсвэл хэт тослог болох, батга идээт үрэвсэл гарах зэрэг арьсны өвчнүүд илрэх, сарын тэмдгийн мөчлөг алдагдах шинж тэмдэг илэрдэг.
 4. Организм бохирдолоо өөрөө бүрэн гадагшуулж чадахгүйн улмаас тодорхой газруудад бөөгнөрүүлж эхэлдэг. Үүний улмаас киста/уйланхай/, полип/мах ургах/, хоргүй болон өөхөн хавдрууд үүсдэг. Хүний биеийн аль нэг хэсэгт махан сормуус ургах нь гэдсэнд полип үүссэнийг гэрчилдэг.
 5. Организмд хуримтлагдсан бохироо бүх эрхтэнүүдээрээ тарааж эхэлдэг бөгөөд эрхтэнүүдийн хэлбэр, дүрс үйл ажиллагаанд өөрчлөлт гардаг. Радикулит, ревматизм/шархираа/, полиартрит зэрэг өвчний шинж тэмдгүүд илрэхээс гадна бөөр, цэсний хүүдийнд чулуу үүсдэг. Мөн венийн судасны өргөсөлт бий болдог.
 6. Маш их хэмжээний бохирдол цусанд нэвтэрч хамгийн түрүүнд зүрх судасны тогтолцоо, мэдрэлийн тогтолцоонд хүчтэй сөрөг нөлөө үзүүлдэг. Судасны хатуурал, цус харвах, зүрхний шигдээс, даралт ихсэх өвчин тохиолдохоос гадна эдгээрийн үр дүнд саажилтууд бий болдог.
- Төрөл бүрийн хорт хавдрууд үүсдэг. Хүний бие организм маш гайхалтай зохилдлогоотой бөгөөд гарч буй энэхүү өөрчлөлтүүдээрээ би өвдөж эхлээд байна шүү гэдгээ хэлж байгааг даанч бид өөрсдөө ойлгодоггүй. Та бидэнд хандсанаар эрүүл мэндийн талаар үнэ төлбөргүй зөвлөгөө аваад зогсохгүй, бүрэн эрүүлжих боломжтой.