

ЕЗИКЪТ Е КАТО ОГЛЕДАЛО НА ОРГАНИЗМА.

Автор: delqn

Неделя, 31 Декември 2017г. 20:05ч. - Последна промяна Сряда, 25 Юли 2018г. 14:34ч.

ЕЗИКЪТ Е КАТО ОГЛЕДАЛО НА ОРГАНИЗМА ДИАГНОСТИКА.

КАКВО НЕ ЗНАЕМ ЗА ТОЗИ ОРГАН

По цвета на езика може да се разпознае заболяването. Ние сме свикнали да приемаме езика като орган на речта, който може да превръща чувствата и мислите в думи. Но неговата способност не се ограничава само с това. Езикът доставя ценна информация за състоянието на организма. В добрите стари времена, първото, което е чувал човек, отишъл на преглед при лекар, е "Покажете си езика". Със специална лопатка той го върти на различни страни и го разглежда. И поставя диагноза. Древните лекари са смятали езика за огледало на организма. Умеели са да разчитат информация за състоянието на вътрешните органи по повърхността на езика още преди да се появят симптомите на болестта. През XX век обаче тази забележителна експресна диагностика е забравена. Днес като че ли тя се възражда. Можем ли сами да определим възможните болести и нарушения, ако редовно наблюдаваме езика си? Оказва се, че можем. Разгледайте внимателно своя език. Наблюдавайте размера, повърхността, какви очертания и контури има, цвета му. Ако езикът ви е без отоци, без налепи, бледорозов, умерено влажен и чувствителността му не е нарушена - значи сте здрави. Но ако не е така?

ВСЯКА НЕГОВА ЧАСТ СЪОТВЕТСТВА НА ОПРЕДЕЛЕН ОРГАН!!!

Неведнъж е писано за това, че между вътрешните органи и определени точки на ръцете, краката и ушите съществува връзка. Езикът на човека обаче също представлява една своеобразна проекция на вътрешните органи. Определени части от него са свързани по много тесен начин с органи от нашето тяло. Да разгледаме езика. Неговата средна линия символизира гръбначния стълб. Ако тази линия е изкривена, това означава, че има деформация на гръбначния ни стълб. Краят на езика е проекция на белите дробове. На сърцето "принадлежи" предната една трета част от езика. На средата на езика съответстват стомахът, задстомашната жлеза и далакът. Страните му отговарят за черния дроб и бъбреците. За състоянието на долните участъци на червата отговаря основата на езика. Ако се появят изменения в определен участък на езика,

ЕЗИКЪТ Е КАТО ОГЛЕДАЛО НА ОРГАНИЗМА.

Автор: delqn

Неделя, 31 Декември 2017г. 20:05ч. - Последна промяна Сряда, 25 Юли 2018г. 14:34ч.

това означава, че при съответстващия орган е налице някакъв дефект. Например подуването на езика отдясно красноречиво говори за наличие на холецистит. А подпухването отляво - за заболяване на далака.

МОЖЕ ДА ПОМОГНЕ НА ЦЕЛИЯ ОРГАНИЗЪМ

Езикът изпълнява много разнообразни функции. Той ни помага да дъвчем, да гълтаме и да говорим. Върху езика на всеки човек има около 2000 вкусови зрънца (при рибите вкусовите зрънца са разположени не само в устната кухина, но и по повърхността на главата и туловището). Тези зрънца влизат в контакт с разтворените вещества, а след това нервният импулс постъпва в мозъка. Чрез въздействието на вкусовите рецептори на езика може да се окаже помощ на целия организъм. Това е така, защото различните вкусови вещества рефлексно променят съдовия тонус на човека. Например киселите и горчивите напитки намаляват кръвоснабдяването на крайниците и понижават температурата. Ненапрасно при висока температура трябва да се пие повече сок от боровинки. Сладките вещества точно обратното - увеличават кръвоснабдяването на крайниците и повишават температурата на кожата. Затова парченце шоколад или резенче лимон могат да бъдат много полезни за регулиране на състоянието ви.

ДА УКРЕПИМ ЗДРАВЕТО С ЕЗИКА

В Древен Китай за укрепване на здравето са масажирали езика Извършвали са 18 движения в едната и 18 в другата страна. Този метод помагал да се тонизират органите на стомашно-чревния тракт, а бил полезен и при болести на черния дроб и жлъчния мехур. Съществуват и други упражнения, които помагат да се избегнат някои заболявания, например простудните. Прости движения на езика спомагат за отделяне на слуз от гръкляна и глътката, подобряват кръвоснабдяването на ушите, носа, гърлото. Краят на езика последователно се допира до външната и вътрешната повърхност на горните и долните зъби. Отначало езикът се прокаква по долните зъби от ляво на дясно, след това по горните зъби от дясно на ляво. Упражнението се повтаря 3-4 пъти. Изплезете езика, свийте го като лопатка и за 2-3 секунди с напрежение го изпъвайте до брадичката. Упражнението може да се прави с чинийка, в която има сложен мед. Тя се поднася вертикално към лицето и медът се облизва постепенно с езика. Изплезете навън езика колкото можете и последователно го придвижвайте ту наляво, ту надясно. Правете това по 4-6 пъти на всяка страна. Можете да повтаряте тези упражнения профилактично по 3 пъти на ден, а по време на болест - до 10 пъти.

ЕЗИКЪТ Е КАТО ОГЛЕДАЛО НА ОРГАНИЗМА.

Автор: delqn

Неделя, 31 Декември 2017г. 20:05ч. - Последна промяна Сряда, 25 Юли 2018г. 14:34ч.

КАКВО ДА ПРАВИМ ПРИ МИРИЗМА ОТ УСТАТА?

Нашата устна кухина е джунгла, изобилстваща от микроорганизми. Те се хранят с остатъците храна, с налепени по зъбите, венците и езика. Ако дълго време не се отстранят, те стават опасни и токсични, защото произвеждат гнилостни летливи серни вещества (точно същите като при развалени яйца). Именно тези серни изпарения предизвикват неприятната миризма от устата. И така, как да усетите всички вкусове, ако езикът ви е покрит с плътен слой бактерии? Все едно да се опитвате да усетите аромата на цветята със запушен нос или да гледате наоколо с мръсни очила. Какъв е изводът? Ние всеки ден чистим зъбите си, но пренебрегваме езика. Ако обаче го почистваме от натрупания налеп и вредните микроорганизми, можем да се избавим от зловонния дъх и да се наслаждаваме на истинските вкусове и аромати на храната.

ЗА КАКВО ГОВОРЯТ НАЛЕПИТЕ?

Всякакви нарушения в работата на стомаха много бързо се отразяват на езика във вид на бял налеп. Той играе ролята на “заглушител” на вкусовите усещания. Храносмилателната система ни дава знак: не ме претоварвайте, оставете ме на спокойствие, за да се справя с проблемите. Вслушайте се в сигнала, който ви дава вашият език. Налепът, покриващ езика, говори преди всичко за токсини в стомаха, в тънките или в дебелото черво. Ако само задната част на езика е покрита с налеп, то токсини има в дебелото черво. Ако е средната - токсини има и в стомаха, и в тънките черва. Когато белият налеп на езика постепенно надебелява и придобива жълтеникав оттенък, а след това сив и тъмен цвят, става дума за обостряне на болестта. И обратно: изсветляването и намаляването на налепа означава подобряване на състоянието. В зависимост от локализацията на налепа в една или друга част на езика могат да се определят евентуални проблеми в съответния орган, още преди болестта да се прояви.

ЦВЕТЪТ Е ОСОБЕНО ВАЖЕН

- **ЖЪЛТЕНИКАВИЯТ ЦВЯТ** означава излишък на жлъчен сок в жлъчния мехур или нарушение в работата на черния дроб.
- **ГЛАДКИЯТ ЧЕРВЕН БЛЕСТЯЩ ЕЗИК** - дисбактериоза, цирроза на черния дроб,

ЕЗИКЪТ Е КАТО ОГЛЕДАЛО НА ОРГАНИЗМА.

Автор: delqn

Неделя, 31 Декември 2017г. 20:05ч. - Последна промяна Сряда, 25 Юли 2018г. 14:34ч.

атрофия на лигавицата на стомашно-чревния тракт.

- ЯРКОЧЕРВЕНИЯТ ЕЗИК - проблеми с белите дробове, пневмония.
- НАЛЕП С КАФЕНИКАВ ЦВЯТ - нарушение в работата на стомашно-чревния тракт.
- БЛЕД ЦВЯТ НА ЕЗИКА - признаци на анемия.
- БЕЛЕЗНИКАВИЯТ НАЛЕП НА СРЕДНАТА ТРЕТИНА ОТ ЕЗИКА (заедно с цепнатини по краищата) - гастрит, язва на стомаха и дванадесетопръстника, а на последната третина - ентероколит.

ПОЧИСТВАЩИТЕ ПРОЦЕДУРИ

Езикът е нежен и чувствителен орган. При чистенето той би могъл да се нарани, затова не трябва да се чисти с четка за зъби и с други подобни предмети. В чужбина за изчистване на езика използват специални стъргалки. Изчистването на езика се смята за полезна процедура още от столетия. Затова започнете да се занимавате със своя език. Сутрин пред огледалото го изплезете, хванете го за края му и го изчистете с лъжичка в посока от основата към края. Не притискайте силно, а нежно. Тази процедура ще ви отнеме само по 30 секунди сутрин и вечер, но в замяна на това ще ви гарантира добро самочувствие и свеж дъх. Полезно за всички.

ПРАВИЛНО ЛИ ПИЕМ ТАБЛЕТКИТЕ?

Често забравяме, че всеки лекарствен препарат е преди всичко химично вещество, способно да предизвика реакция с напитката, с която го приемаме. В най-добрия случай действието на лекарството може да се неутрализира, а в най-лошия - да се стигне до алергична реакция. Таблетките за нерви и сърце не трябва да се пият с чай, защото танинът забавя действието им. Антибиотиците да не се пият с плодови сокове, особено

ЕЗИКЪТ Е КАТО ОГЛЕДАЛО НА ОРГАНИЗМА.

Автор: delqn

Неделя, 31 Декември 2017г. 20:05ч. - Последна промяна Сряда, 25 Юли 2018г. 14:34ч.

от грейпфрут. В най-добрия случай действието им се забавя, а в най-лошия може да се стигне до отравяне. Помнете, че приемайки антибиотиците с мляко, вие на практика блокирате тяхното усвояване. Лекарството минава “транзит” през стомашно-чревния тракт. Разбираемо е, че не трябва да приемате лекарствата с кафе, защото кофеиновите напитки намаляват тяхното действие. Съществуват обаче и лекарства, чието действие се засилва няколко пъти, ако се приемат с кафе. Алкохолът, приеман заедно с лекарство, променя фармакологичния му ефект и ту потиска, ту засилва действието му. Най-опасно е да се съчетават невролептици или психотронни препарати с алкохол.

ВПРОЧЕМ!

- Когато приемате каквито и да е лекарства, е най-добре да пиете преварена вода. Освен това водата трябва да бъде не по-малко от половин чаша. И, разбира се, не забравяйте да прочетете в рецептата кога да приемете лекарството - по време или след ядене.