

## Методика по внешнему воздействию на организм

(из неопубликованной статьи «Человеческое тело - совершенное создание природы»)

Простая и приемлемая в домашних условиях методика по внешнему воздействию на собственный организм основана на ликвидации дефицита протонов и уменьшении вязкости внутриклеточной жидкости.

- 1. В основе ликвидации дефицита протонов водорода должна быть диета, способствующая постоянному подкислению крови.**
- 2. Питьевой режим должен обеспечивать постоянное осмотическое давление, способствующее восстановлению потери воды в организме и клетках.**

Как мы знаем, новорожденный человек состоит на 80% из воды. Он формировался во внутриутробной водной среде, где присутствовало постоянство осмотического давления, вектор которого был направлен всегда из внешней среды внутрь клеток. Его клетки постоянно испытывали осмотическое давление и набирали воду. После рождения человек живет в воздушной среде и его клетки систематически испытывают дефицит воды. При этом нарушается постоянство осмотического давления, вектор которого в течение суток может поменяться на 180 градусов относительно внеклеточной жидкости, формируемой кровеносной системой. Следовательно, вязкость крови и внутриклеточной жидкости сильно колеблется в течение суток из-за неравномерной компенсации потери воды из организма и увеличивается с возрастом. В течение жизни человек пополняет запасы воды, полагаясь на сигналы гипоталамуса о жажде. Любая система с отрицательной обратной связью на отклонение заданного параметра реагирует с временной задержкой. Точно так же, сигнал о жажде возникает с временной задержкой, когда уровень воды в крови уменьшается ниже среднего значения из-за естественных потерь. После удовлетворения жажды, при достижении уровня воды в крови до определенного значения, лишнюю воду почки перекачивают в мочевой пузырь. Для поддержания уровня глюкозы в организме имеются запасники, а водного - запасника нет. Следовательно, **между приемами воды возможно на длительное время падение осмотического давления со стороны внеклеточной жидкости на клетки.** На Рис.4 показан суточный график приема воды по сигналу «Жажда». При таком графике приема воды в организме нарушается постоянство осмотического давления на клетки из-за редкого приема воды. В живых организмах пороговые уровни формирования различных сигналов управления нестабильны во времени и меняются (адаптируются) с изменением внутренней и внешней среды. **При длительном систематическом дефиците, чего либо (воды, протонов водорода и др.), любой организм приспособляется, зачастую во вред продолжительности**

**жизни.** Организм пожилых людей сильно обезвожен, но они при этом не испытывают никаких удобств, так как организм приспособился к такому обезвоживанию. **Выход из этой ситуации возможен только путем внешнего воздействия на организм, содействовав наше сознание.** На Рис. 5 показан график приема воды на опережение сигнала «Жажда». При таком приеме воды обеспечивается постоянство осмотического давления (с небольшими колебаниями), вектор которого всегда будет направлен из внешней среды внутрь клеток, способствующее насыщению клеток с водой. Долговременном масштабе, данный метод позволит решить проблему с обезвоживанием организма.

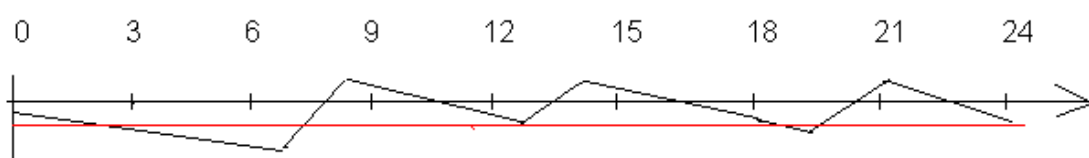


Рис. 4 Суточный график приема воды по сигналу "Жажда".  
При уменьшении уровня воды ниже порогового значения (красная линия), формируется сигнал "Жажда".

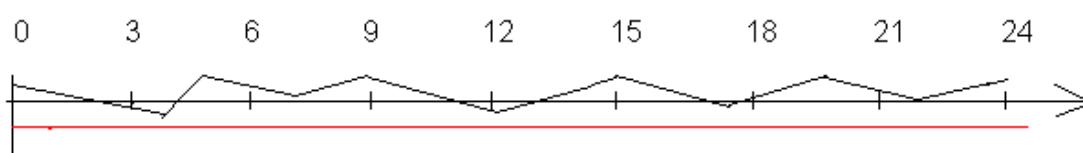


Рис. 5 Суточный график приема воды на опережение сигнала "Жажда".

**При приеме воды на опережения сигнала «Жажда», мы как бы моделируем внутриутробную водную среду, где присутствовало постоянство осмотического давления на клетки.** Вода для приема должна быть приготовлена по специальной технологии. Водная терапия эффективно действует только совместно с технологией подкисления крови.

Технология подкисления крови основана на использовании специальной диеты, способствующей уменьшению буферной системы и рН крови. Без уменьшения буферной системы крови корректировка рН за счет внешнего воздействия затруднительна. Если человек «поселился в пивной бар», то ему никакая технология не поможет. Кстати, у большинства из современных тридцатилетних любителей пива наблюдаются все признаки ощелачивания крови без уменьшения буферной системы. Капля точит камень. Ощелачивание крови способствует старению организма, из-за создания условий для формирования липофусцинов.

АФК – является одним из ускорителей старения организма. Если в организме решены вопросы с подкислением крови (удержания рН ниже 7,4) и водным балансом, то не должны быть проблемы с АФК.

Постоянное воздействие, направленное на подкисление крови совместно с водной терапией, в долговременном масштабе, дает существенный результат по омоложению организма.

Автор: Анатолий Александрович Эзенкин

Тел.: 8(495)-564-09-44, 8-916-430-47-84, 8-925-347-04-48

e-mail: [ezenkinaa@yandex.ru](mailto:ezenkinaa@yandex.ru)

© А.А. Эзенкин, 23.03. 2012.