

Το απλό γιατροσόφι που ανακουφίζει το έντερο και τονώνει το ήπαρ

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Το ήπαρ και το έντερο, από τα πιο σημαντικά όργανα του ανθρώπινου οργανισμού, συχνά μας προκαλούν ενοχλήσεις. Η χρήση μιας απλής μεθόδου, ωστόσο, κάνει θαύματα

Το ήπαρ μας λειτουργεί σαν ασπίδα ενάντια στις τοξικές ουσίες. Είναι ένα φίλτρο που απομακρύνει καθημερινά τα απόβλητα από τον οργανισμό. Φανταστείτε το σαν ένα μεγάλο εργοστάσιο που πρέπει να δουλεύει διαρκώς.

Το ήπαρ είναι το όργανο με την υψηλότερη θερμοκρασία στο σώμα. Βρίσκεται τουλάχιστον έναν βαθμό Κελσίου επάνω από τη θερμοκρασία του πρωκτού. Αυτή η ζέστη είναι απαραίτητη για να μπορεί να εξουδετερώνει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τις τοξίνες που απορροφάμε καθημερινά. Η τοποθέτηση μιας ζεστής θερμοφόρας στους 40°C, στην περιοχή όπου βρίσκεται το ήπαρ και η χοληδόχος κύστη θα κάνει ακόμα πιο ιδανικές τις συνθήκες ώστε το πρώτο να μπορέσει να φέρει σε πέρας τη διαδικασία της αποτοξίνωσης.

Η θερμοκρασία βοηθά στην καταπολέμηση των παθογόνων, δημιουργώντας τις ιδανικές συνθήκες για το ανοσοποιητικό σύστημα. Γι' αυτό και σε περιπτώσεις

μόλυνσης η θερμοκρασία του σώματος αυξάνεται: για να μπορέσει ο οργανισμός να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά τις μικροβιακές επιθέσεις.

Η ζέστη στην περιοχή της χοληδόχου κύστης ενισχύει τη σύσπασή της και βοηθά στην απομάκρυνση της χολής. Αυτό επιταχύνει την ανακούφιση από τους πόνους καθώς βοηθάει το έντερο να αδειάσει από τα αέρια και τα κόπρανα.

Καταλαβαίνουμε λοιπόν πού έγκειται η διπλή δράση της θερμοφόρας στο ευερέθιστο έντερο και τους κολικούς. Το μπλοκάρισμα των υποδοχέων που «διαβάζουν» τον πόνο, η δράση της εκκένωσης της χοληδόχου καθώς και η ανακούφιση από τους κολικούς είναι κάποια από τα οφέλη της χρήσης της θερμοφόρας που οδηγούν με τη σειρά τους στην απόκτηση επίπεδης κοιλιάς. Να, λοιπόν, ένας ακόμα λόγος να τη χρησιμοποιήσετε.

Πηγή: Υγεία: Τα μυστικά της καλής ζωής, Δρ. Φρεντερίκ Σαλντμάν - Εκδόσεις Πατάκη ygeiamou.gr