**Желчный пузырь как один из главных органов нашего тела**

**Человеческий организм имеет одну способность,**

 **которой не обладает машина, -**

 **способность восстанавливаться.**

**Е. Крайль.**

**Ваше тело – самый совершенный инструмент во всей Вселенной. Если вы будете поставлять ему хорошее топливо, чистый воздух, закалять его упражнениями, солнечными ваннами, и содержать во внутренней чистоте с помощью голодания, инструмент будет отлично выполнять свои функции.**

**Желчный пузырь. Желчь и ее функция.**

 Желчный пузырь представляет собой мышечно-перепончатый мешок грушевидной формы, расположенный в ямке на нижней поверхности печени. Он имеет удлиненную форму с одним широким, другим узким концом, причем ширина пузыря от дна к шейке уменьшается постепенно. Шейка желчного пузыря переходит в пузырный проток, который соединяется с общим печеночным протоком. Длина желчного пузыря составляет 8-10 см, ширина — 3-5 см, емкость его достигает 50-60 см³. Он имеет темно-зеленую окраску и относительно тонкую стенку.

Желчь — секрет, образуемый печенью. После синтеза она накапливается в желчном пузыре и затем участвует в процессе пищеварения. Желчь концентрируется в желчных протоках печени, а оттуда через общий печеночный и пузырный протоки направляется в желчный пузырь и в двенадцатиперстную кишку, где участвует в процессах пищеварения. Желчный пузырь выполняет роль емкости, использование которой позволяет снабжать тонкую кишку максимальным количеством желчи во время пищеварения, когда двенадцатиперстная кишка наполняется химусом (жидкое или полужидкое содержимое желудка или кишечника). Если состав желчи по внутренним или внешним причинам нарушен, происходят различные сбои в работе ЖКТ, могут возникнуть патологии печени и желчного пузыря.

**Основные функции желчи**

Данная жидкость, выделяемая клетками печени, выполняет огромное количество важных функций и обеспечивает полноценный процесс пищеварения. Роль желчи и ее кислот заключается в следующем: формирует мицеллы — частички, расщепляющие жиры; стимулирует образование гормонов кишечника; способствует образованию слизи; воздействует на кишечник как природный антисептик; нейтрализует пепсин, входящий в состав желудочного сока; разбивает крупные частицы жиров на более мелкие и способствует их эмульгации; не дает слипаться белкам и вредоносным организмам; помогает образованию кала.

 Процесс производства желчи происходит круглосуточно, а вот этап ее выбрасывания в двенадцатиперстную кишку зависит от приема пищи и происходит несколько раз в день.

**Состав желчи**

Внешне это вещество вязкой консистенции с желтоватым оттенком. После синтеза в печени оно попадает сначала в небольшие протоки, а затем в общий проток. Примерно четверть общего объема — фосфолипиды. Также в состав входят: билирубин; холестерин; иммуноглобулин; металлы; слизь. Реакция, в отличие от секрета желудка, — слабощелочная. В течение суток организм выделяет примерно 1.5-2 литра желчи.

Основной симптом плохой работы желчного пузыря — боль с правой стороны под ребрами. Это признак дискинезии — дисфункции желчного пузыря. Если долгое время не обращать внимания на данный симптом, то в итоге дискинезия может привести к образованию камней в желчных протоках. При обострении желчекаменной болезни возникают колики. Основные симптомы: тошнота, рвота, колющие боли в правом подреберье.

**Внимание! Если камень перекроет проток, то секрет перестанет поступать. Возникнет острый холецистит, который без вмешательства врачей может привести к летальному исходу.**

Каждый здравомыслящий человек, который ценит свое здоровье как самое большое сокровище, которое у него есть, должен вести здоровый образ жизни и заниматься профилактикой. Это должна быть хорошая привычка на всю жизнь. Так как самым главным органом в нашем организме, по мнению тибетских целителей, считается желчный пузырь, от слаженной работы которого зависит не только весь процесс пищеварения в ЖКТ, но и состояние всего организма, мы должны заботиться о нем особенно. Чтобы держать его в тонусе и не давать деформироваться, вы должны заставить желчный пузырь работать как часы, для чего нужно будет неустанно, каждый день проводить следующие мероприятия и процедуры:

1.Для профилактики:

- каждое утро выпивать два стакана горячей воды, чтобы запустить работу желчного пузыря. Для большей эффективности этого процесса воду можно подкислять кислыми ингредиентами: лимонным, яблочным, грейпфрутовым, гранатовым соком, яблочным уксусом, так как кислый вкус стимулирует функцию этого органа;

- после каждого приема пищи поставить на область печени и желчного пузыря горячую грелку для разжижения и хорошей циркуляции желчи и в качестве профилактики паразитарных заболеваний;

- целебное питание, состоящее из 80% сырых овощей и фруктов, 10% злаков и натурального хлеба из муки грубого помола. 5 % натурального жира и масла (семена и масло льна, семена подсолнуха, орехи всех видов цельные, не обработанные) и 5% натуральных сахаров (сладкие овощи, фрукты, мед, стевия, сухофрукты, не подвергшиеся тепловой обработке). Чем быстрее вы перейдете на этот тип питания (самого близкого нашему естеству), тем быстрее вы решите проблемы не только с дискинезией желчевыводящих путей, но и с заболеваниями всего пищеварительного тракта. Сырая пища богата витаминами, аминокислотами, ферментами, натуральными жирами, а также прекрасной качественной клетчаткой, которые, попадая в организм в первозданном виде, творят чудеса. Но и это не все. А главное – она заряжена солнечной энергией, без которой нет жизни на земле, в том числе и для человека. Из всех факторов укрепляющее здоровье энергетическое питание является самым главным.

- взять себе за правило один раз в неделю обязательно голодать, употребляя только воду, а для более сильного эффекта ‒ всухую, если учесть тот факт, что один день сухого голода равняется трем дням классического, на воде. Я могу без всякого преувеличения сказать: это под силу каждому в домашних условиях, и даже без всякой подготовки, если курсы профилактические и малые по срокам. Но я даже свои средние и длительные курсы голодания также проводила в домашних условиях, за исключением одного длительного (нужно было получать соответствующий документ специалиста). Для начала попрошу вас проголодать малыми сроками под наблюдением специалиста. Вы можете ссылаться на работы таких великих натуропатов, как Ю. С. Николаев, М. Оганян, П. Брэгг, Г. П. Малахов, Арнольд де Вриз и многих других, которые прекрасно описывают алгоритм голода как однодневного, так и продолжительного, в зависимости от степени зашлакованности организма, в том числе печени и желчного пузыря;

- если вы по какой-то причине не можете и не хотите голодать, то можно и нужно поститься два раза в неделю, например, в среду и пятницу или в понедельник и четверг (по сунне). Я бы посоветовала, выработав эту прекрасную привычку поститься два раза в неделю, никогда не бросать ее, так как пост творит чудеса в теле и душе человека, соблюдающего его. Меня может понять и поддержать только постившийся человек. Полную информацию о правилах и методиках поста можно найти в любой религиозной книге, в том числе и в Коране;

- все мы очень хорошо знаем, как пагубно на нас влияет стресс. Малейший стресс в семье, на работе, дома, где угодно, сразу сопровождается спазмом сосудов всего организма, и в том числе спазмом желчного пузыря. По учению Аюрвед, из 12 органов нашего тела желчный пузырь и печень отвечают за наше психическое здоровье на ментальном уровне. Если вы не сможете противостоять всем видам набросившихся на вас стрессов реальной жизни, то ваш желчный пузырь всегда будет находиться в состоянии спазма, будет парализованным. Это очень скоро приведет к нарушениям всех функции печени и желчного пузыря, а впоследствии к развитию многочисленных болезней не только данного органа, но и всего организма в целом.

Знаменитый великий натуропат В. С. Островский советует всем в любой ситуации на все сказать: «Слава богу», какие бы стрессы вас ни постигли. Он также дает очень дельный совет: никогда не спорить ни с кем и не доказывать ничего, а всего лишь повернуться и уйти, и это очень помогает.

Моя мама всегда учила нас, детей: «Бойся того, кто тебя не боится, стесняйся того, кто не стесняется тебя». Эта мораль действует намного эффективнее как профилактика, нежели все препараты для души, якобы восстанавливающие, но больше разрушающие, как показывает практика.

Но если ваши проблемы зашли слишком далеко, то нужно будет заняться каким-нибудь видом духовной практики. Ничего нет мощнее по своей результативности и истинности, чем читать и изучать Коран, где все аспекты здоровья, в том числе и психического, прекрасно освещены.

Также советую работать со стрессом, опираясь на работу академика Г. Н. Сытина. Применение его лечебных настроек великолепно убирает все неблагоприятные состояния психического здоровья, а по некоторым данным, и физического;

- ежедневная систематическая пешая ходьба в течение хотя бы одного часа, не говоря уже о двухчасовой норме для большинства, дает прекрасный результат для всего организма, в том числе для желчного пузыря. Экскурсия диафрагмы, самой большой мышцы нашего организма, вовлекаясь в ритм ходьбы, увеличивается, и тем самым массируются все органы брюшной полости, в том числе и желчный пузырь. Этот самомассаж прекрасный стимулятор для разжижения и циркуляции желчи, при этом бесплатный и в удовольствие;

- обязательное, без сомнения, проведение противопаразитарной очистки организма, в том числе желчного пузыря, без которой практически невозможно добиться хорошего здоровья. Все ваши усилия пойдут насмарку, если вы не сделаете самое главное ‒ не очиститесь от паразитов, гельминтов и грибков!!! Есть очень много публикаций на эту тему в интернете, так же как и разнообразных книг великих ученых, как зарубежных, так и отечественных. Я, в свою очередь, прибегала к трудам Н. А. Семеновой «Очистись от паразитов и живи без паразитов» и В. С. Островского « Гарантия Здоровья», где в широком ассортименте приведены мощнейшие методики сильнейших паразитологов, в том числе и самого автора, по очистке от паразитов в домашних условиях;

- я уже не говорю о важности режима дня (вставать в 5:00 и ложиться в 21:00), качества сна, полезности солнечных ванн, физической культуры, пешей ходьбы, по возможности избежания всех стрессовых ситуаций, занятия любимым делом и многого другого. Все это напрямую влияет на состояние нашего иммунитета, без слаженной, четкой и сильной функций которого нет и хорошего здоровья. Это, наверное, понимает уже каждый, даже дети.

2. Для лечения в домашних условиях:

- самое действенное и простое в домашних условиях ‒ это, конечно, прием желчегонных трав, таких как зверобой, бессмертник, мята, пижма, полынь, ромашка, плоды шиповника и многое другое. Травы можно готовить в виде отвара, настоя или же слабого напитка наподобие чая. Все зависит от степени дисфункции желчного пузыря и, как следствие, застоя желчи;

- для усиления эффекта можно добавить к отварам трав натуральный мед в малом количестве. Прекрасно снимают спазм сосудов и мышц всего организма, в том числе и спазм стенки желчного пузыря, и тем самым улучшают отток желчи, продукты пчеловодства: сотовый мед, пыльца, прополис, забрус, маточное молочко и так далее. Все методы и варианты их употребления с целью помочь своему желчному пузырю прекрасно описаны в работе гениального человека, натуропата В. С. Островского ‒ в книге «Гарантия здоровья»;

Если у вас имеются серьезные нарушения функции этого органа, то, как специалист, рекомендую восстановиться у грамотного врачевателя-натуропата и только природными средствами:

- это может быть гирудотерапия ‒ уникальный метод, не только разжижающий кровь, но и очищающий ее от токсинов, слизи и мертвой воды, убирающий венозный застой и тем самым налаживающий работу лимфатической системы. Пиявки, поставленные на область печени и желчного пузыря, а также на чакру, питающую эти органы энергией, прекрасно убирают застой желчи с последующим ее разжижением;

 - висцеральная хиропрактика, висцеральный массаж, старославянское обдавливание живота или мануальная терапия внутренних органов – это все разновидности одного процесса, с помощью которого прекрасно убираются всякие спазмы, зажимы, застойные явления и восстанавливается нормальный ритм работы всего ЖКТ, сверху вниз, а не наоборот, как это происходит при нарушении последовательности энергоперистальтической волны в орально-кишечной трубке («Комплексная гирудотерапия», В. А. Савинов).

- вместо профилактических, коротких по срокам голоданий вам нужны будут большие по срокам курсы, оказывающие лечебный эффект, то есть более чем один или два дня. Это курсы голодания на 10-, 21-дневный, а может, и месячный срок. Все зависит от степени зашлакованости и запущенности вашего состояния здоровья. Вы можете с успехом обратиться к трудам ученых-натуропатов, вышеперечисленным мной, чьи методики помогли и мне в свое время;

— это может быть уход на полное сыроедение, после, конечно, хорошей очистительной практики (система очищения по М. Оганян или метод Бройса, или по методике Г. П. Малахова, или другое). Грамотное проведенное сыроедение всегда устраняет любые проблемы со здоровьем ‒ было бы желание поменять свои вредные привычки на здоровые.

Один из методов, прекрасно справляющийся с начальными проявлениями любых проблем со здоровьем, в том числе и желчного пузыря ‒ Су-Джок-терапия, основанная корейским профессором, ученым ПакЧже Ву. Дисциплина очень молодая в структуре рефлексотерапии, но очень эффективная и простая в своем применении.

Вы можете начать с одного, добавляя второе, третье ‒ насколько хватит умения, практики и навыка для выполнения той или иной процедуры. Могу твердо сказать, что все эти вышеперечисленные методы работают, дают прекрасные результаты и всегда без побочных эффектов. Прекрасные и очень приятные изменения в лучшую сторону в отношения всего, а главное, здоровья, я наблюдаю постоянно у своих многочисленных пациентов, знакомых, детей, родственников и близких.

Мало того, начиная с малого, вам всегда захочется идти дальше. Именно так вы приобретете свой личный опыт оздоровления не только желчного пузыря, но и организма в целом. И это будет ваш опыт. Природа никогда не обманывает, она всегда стремится к нам на помощь, как только мы этого захотим. Ведь целительная сила внутри нас, заложенная природой еще при рождении, всегда при нас, на страже. У нас в руках это божественное лекарство, которое проявляет свою силу только при применении природных средств оздоровления, и, наоборот, угасает и почти исчезает, когда мы убиваем его, применяя лекарственную химию.

**Не игнорируйте этот бесценный дар природы, посланный нам Богом!!!**

**Не болейте! Будьте здоровы! Ведите здоровый образ жизни!**

Для получения дополнительной информации в индивидуальном порядке, только для вас, обращайтесь за консультацией к специалисту по номеру: **87015844357 (Ватсап, Телеграм)**

**87072353046.**

**Электронная почта:** **natasha\_m\_1966@mail.ru**

 Врач-методист высшей категории ФЗОЖ

Гирудорефлексотерапевт Н. И. Мамедова.