Почему правильная соль жизненно необходима

Чтобы лучше понять сторонников повышенного ежедневного потребления соли и «предостерегающих» от избытка соли, полезно рассмотреть различные определения соли у обеих фракций. Соль...

Чтобы лучше понять сторонников повышенного ежедневного потребления соли и «предостерегающих» от избытка соли, полезно рассмотреть различные определения соли у обеих фракций.

Соль «сторонников увеличенного количества соли» - это натуральная, необработанная (нерафинированная) соль. Она состоит не только из двух элементов натрия и хлорида, но содержит магний, калий, кальций, железо, а также от 50 до 80 дополнительных микроэлементов.

Почки нуждаются в соли для расщепления избыточной кислоты и выведения ее с мочой, соль извлекает из клеток, особенно из клеток мозга, избыточную кислоту. Др. мед. Ф. Батмангелидж убежден, что безсолевая диета приводит к болезни Альцгеймера, соль необходима для поддержания мышечного тонуса и силы, она регулирует сон, помогает поддерживать уровень сахара в крови в равновесии и важна для связи и обработки информации всеми нервными клетками, в конечном итоге все клетки требуют соль для локального производства энергии.

Кто когда-либо видел фотографии согнутых или судорожных марафонцев, обычно на последних этапах, с парализованными конечностями, знает, что эти люди страдают от дефицита соли. Кто пьет много воды, вымывает соли из организма, которые должны быть восполнены. Например, с помощью Biebelshofer, Deutsches Steinsalz, Ursalz без добавок, Mühlensalz. Что касается гималайской соли, основатель Академии человеческой медицины ООО во Франкфурте и специалист по ядерной медицине, диетологии и профилактической медицине, проф. др. Шпиц, советует не брать соль к югу или северу от Гималаев, так как существует риск того, что она загрязнена клеточным ядом фтором. Прочитайте здесь: Потеря клеточной воды, морщинистая кожа, воспаления и т. д. из-за «поваренной соли»

It's good.
to be truu.