

10 Αλκαλικά Οφέλη Νερού: Πιείτε τον δρόμο σας προς την Καλύτερη Υγεία

Υγιής γυναίκα που πίνει αλκαλικό νερό για τα οφέλη της
Ξέρατε ότι η κατανάλωση αλκαλικού νερού παρέχει πολλά οφέλη που μπορεί να αυξήσετε τη συνολική υγεία σας; Τα οφέλη αλκαλικών υδάτων δεν περιορίζονται μόνο σε αυτά διατηρώντας μας υγιείς, αλλά υπάρχουν περιπτώσεις που αναφέρθηκαν εκεί που μπορεί να συμβάλουν στην θεραπεία πολλών ασθενειών. Αρκετές μελέτες μπορούν να αποδείξουν ότι το αλκαλικό νερό έχει αθετική επίδραση στο σώμα. Εδώ είναι τα δέκα κορυφαία οφέλη για την υγεία από το πόσιμο αλκαλικό νερό.



1. Το αλκαλικό νερό είναι ένα ισχυρό αντιοξειδωτικό
2. Το αλκαλικό νερό εξισορροπεί αποτελεσματικά τα επίπεδα pH του σώματος
3. Το αλκαλικό νερό προωθεί την καλύτερη ενυδάτωση
4. Αλκαλικά Οφέλη Νερού - Αποτοξίνωση του Σώματος
5. Ενισχύστε το ανοσοποιητικό σύστημα
6. Αλκαλικό νερό μπορεί να σας βοηθήσει να χάσετε βάρος
7. Αλκαλικά Οφέλη Νερού - Βοηθά στον Καταπολέμηση του Καρκίνου
8. Αλκαλική παρεμποδίζει την ανάπτυξη του διαβήτη
9. Αλκαλικό νερό μπορεί να βοηθήσει στη θεραπεία της ψωρίασης
10. Εξοικονομήστε χρήματα με αλκαλικές κάψουλες
- 11 Περίληψη - Αλκαλικά οφέλη νερού

1. Το αλκαλικό νερό είναι ένα ισχυρό αντιοξειδωτικό

Τα αντιοξειδωτικά βοηθούν στην προστασία του σώματός μας από τις ελεύθερες ρίζες που μπορούν να προκαλέσουν διάφορα προβλήματα υγείας. Ελεύθερος οι ριζοσπάστες είναι ομάδες ατόμων που μπορούν να βλάψουν το σώμα μας, τραυματίζοντας το ανοσοποιητικό σύστημα. Όταν μας ανοσία μπορεί να οδηγήσει σε λοίμωξη και σε διαφορετικά είδη ασθενειών που κυμαίνονται από μικρές ασθένειες σε σοβαρές εκφυλιστικές ασθένειες.

Οι ελεύθερες ρίζες προέρχονται από ποικίλες πηγές όπως η έκθεση σε τοξικές ουσίες όπως η ρύπανση, καπνό τσιγάρων και ακόμη και κοινά οικιακά προϊόντα. Το σώμα χρειάζεται αντιοξειδωτικά για να βοηθήσει στην καταπολέμηση του αποτελέσματος των ελευθέρων ριζών στο περιβάλλον μας. Μια μεγάλη πηγή αντιοξειδωτικών είναι το αλκαλικό νερό.

Με άλλα λόγια, με το να πίνετε αλκαλικό νερό, μπορείτε να προστατέψετε το σώμα σας από πολλά διαφορετικά ασθένειες που μπορούν να προκαλέσουν σοβαρά προβλήματα υγείας. Στην πραγματικότητα, αναφέρεται ότι είναι πολύ πιο αποτελεσματική από τις περισσότερες προϊόντα και κάψουλες που διατίθενται σήμερα για τον απλό λόγο ότι το αλκαλικό νερό είναι σε υγρή μορφή. Αυτό κάνει είναι πολύ πιο εύκολο για το σώμα να απορροφήσει.

2. Το αλκαλικό νερό εξισορροπεί αποτελεσματικά τα επίπεδα pH του σώματος

Το σώμα προσπαθεί φυσικά να διατηρήσει την όξινη-αλκαλική ισορροπία του αίματός σας. Αλλά όταν το σώμα σας είναι υπερβολικά όξινο, το σύστημά σας πρέπει να λειτουργήσει ακόμη πιο σκληρά για να διατηρήσει αυτή την ισορροπία. Αυτό μπορεί με τη σειρά του να προκαλέσει άγχος σε άλλα περιοχές. Όταν το σώμα σας γίνει πολύ όξινο, μπορεί να επηρεάσει τη δραστηριότητα όλων των κυττάρων του σώματός σας.

Η μέση σύγχρονη διατροφή που αποτελείται από λιπαρά κρέατα, τυριά και βούτυρο συμβάλλει σε μια υπερβολικά όξινη κατάσταση. Το κάπνισμα, ο καφές, τα αναψυκτικά, η επεξεργασμένη ζάχαρη και το αλκοόλ παίζουν επίσης βασικούς ρόλους. Έχετε ακούσει τοέκφραση,

"Πάρα πολύ καλό πράγμα μπορεί να σας σκοτώσει;" Απολαμβάνοντας πάρα πολλά από αυτά τα τρόφιμα θα καταθέσουν οξύ σπατάλη στο σώμα μας. Οι ασθένειες ευδοκίμουν όπου τα επίπεδα οξέος είναι υψηλά. Το αλκαλικό νερό βοηθά στην εξουδετέρωση των επιπέδων οξέος του σώματος. Αν και λειτουργεί καλύτερα ως προληπτικό τα άτομα που έχουν ήδη μια ασθένεια ή ασθένεια μπορούν ακόμα να πίνουν αλκαλικό νερό για να επιταχύνουν διαδικασία ανάκτησης.

3. Το αλκαλικό νερό προωθεί την καλύτερη ενυδάτωση

Το αλκαλικό νερό έχει μικρότερο μοριακό περιεχόμενο που διευκολύνει την απορρόφηση του σώματος. Το σώμα μπορεί να ενυδατωθεί αποτελεσματικότερα με το πόσιμο αλκαλικό νερό αντί για καθημερινό νερό της βρύσης.

Το αλκαλικό νερό έχει επίσης διάφορους τύπους φυσικά ιονισμένων ορυκτών που μπορούν να βοηθήσουν το αίμα να κυκλοφορήσει πιο αποτελεσματικά. Αυτό βοηθάει στη λειτουργία του σώματος σας σε βέλτιστα επίπεδα.

4. Αλκαλικά Οφέλη Νερού - Αποτοξίνωση του Σώματος

Αλκαλικές παροχές νερού αποτοξίνωσης

Ένα πρωταρχικό όφελος από το πόσιμο αλκαλικό νερό είναι η ικανότητά του να ξεπλένει τις τοξίνες που μπορεί να προκαλέσουν το σώμα σας να αναπτύξει ασθένειες και ασθένειες. Το πόσιμο άφθονο νερό αποτελεί ζωτικό στοιχείο για την καλή υγεία.

Σχεδόν κάθε δίαιτα απεξάρτησης που διαβάσετε υπογραμμίζει πόσο σημαντικό είναι να πίνετε πολύ νερό. Φυσικά, τρώει υγιεινή διατροφή με πολλά τα φρούτα και τα λαχανικά είναι επίσης σημαντικά, αλλά η κατανάλωση 8 ποτηριών νερού ή περισσότερο είναι αποξήρανση της αποτοξίνωσης.

Πολλά προγράμματα αποτοξίνωσης συνιστούσαν επίσης την αγορά ενός αλκαλικού μηχανήματος νερού ή φίλτρου νερού για να διασφαλιστεί ότι το νερό δεν περιέχει επιβλαβή μέταλλα και άλλες ακαθαρσίες. Ποιο θα ήταν το όφελος από την κατανάλωση οκτώ ποτηριών μολυσμένου νερού με βακτήρια όταν προσπαθείτε να καθαρίσετε το σύστημά σας;

5. Ενισχύστε το ανοσοποιητικό σύστημα

Η διατήρηση του σώματός μας σε μια πιο αλκαλική κατάσταση θα ενισχύσει το ανοσοποιητικό σύστημα. Αυτό είναι ένα φυσικό αποτέλεσμα της εξουδετέρωσης των ελευθέρων ριζών και βοηθά στον καθαρισμό ή το σώμα των τοξινών.

Συνολικά, αποδεικνύεται ότι η τακτική λήψη αλκαλικού νερού θα βοηθήσει σημαντικά στη βελτίωση του ανοσοποιητικού συστήματος ενός ατόμου. Τα οφέλη από το αλκαλικό νερό είναι ζωτικής σημασίας για τη μακροπρόθεσμη υγεία.

6. Αλκαλικό νερό μπορεί να σας βοηθήσει να χάσετε βάρος

Απώλεια βάρους Road Sign

Το αλκαλικό νερό είναι πολύ χρήσιμο για όσους έχουν προβλήματα με το βάρος τους. Οι σημερινές δίαιτες αποτελούνται κυρίως από πρόχειρο φαγητό που αυξάνει σημαντικά το οξύ στο σώμα. Ως αποτέλεσμα, το σώμα δημιουργεί περισσότερα λιπώδη κύτταρα για να εξουδετερώσει το οξύ. Αυτό οδηγεί αναπόφευκτα σε ανεπιθύμητη αύξηση βάρους.

Το αλκαλικό νερό φυσικά εξουδετερώνει τα οξέα στο σώμα. Με άλλα λόγια, όσοι πίνουν αλκαλικό νερό δεν χρειάζεται να δημιουργούν περισσότερα λιποκύτταρα για να εξουδετερώσουν το οξύ από όλα τα σκουπίδια.

Το πόσιμο αλκαλικό νερό συμβάλλει σημαντικά στην απώλεια βάρους, καθώς μειώνεται η αποθήκευση λίπους. Ένα σώμα που έχει υγιή επίπεδα αλκαλικών χάνει το βάρος είναι ευκολότερο από ένα σώμα με υψηλό επίπεδο οξύτητας.

7. Αλκαλικά Οφέλη Νερού - Βοηθά στον Καταπολέμηση του Καρκίνου

Με απλά λόγια, τα καρκινικά κύτταρα δεν ζουν σε περιβάλλον με ουδέτερο επίπεδο pH. Ο καρκίνος ευδοκιμεί σε ένα όξινο περιβάλλον. Η αλκαλική ισορροπία του σώματος είναι σημαντική για την πρόληψη της ανάπτυξης κακοήθων κυττάρων.

Τα πάντα που τρώει ένα άτομο συμβάλλουν στα επίπεδα οξύτητας του σώματος. Το αλκαλικό νερό είναι χρήσιμο επειδή διατηρεί το οξύ στο σώμα ουδέτερο. Για ένα υγιές σώμα πρέπει να διατηρηθεί ένα επίπεδο pH 8pH. Πίνω το αλκαλικό νερό μπορεί να σας βοηθήσει να διατηρήσετε αυτά τα επίπεδα.

Το αλκαλικό νερό είναι επίσης αποτελεσματικό στην πρόληψη της ανάπτυξης καρκινικών κυττάρων. Επομένως, ακόμη και τα πιο υγιή άτομα θα πρέπει να πίνουν αλκαλικό νερό ως προληπτικό μέτρο προτού αναπτυχθούν οτιδήποτε δυνητικά κακοήθη.

8. Αλκαλική παρεμποδίζει την ανάπτυξη του διαβήτη

Ο Δρ. Theodore Baroody δημοσίευσε μια μελέτη για το αλκαλικό νερό όπου λέει ότι υπάρχει μια σημαντική σχέση μεταξύ πρόσληψης ζάχαρης και αλκαλικού νερού. Στο βιβλίο του *Alkalize or Die*, ο Δρ Baroody

δήλωσε:

"Το πάγκρεας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη σωστή αλκαλική διατροφή. Σε αντάλλαγμα, παράγει αλκαλικά πεπτικά ένζυμα και διπτανθρακικό νάτριο. Όλες οι πτυχές της λειτουργίας του παγκρέατος μειώνουν την υπερβολική οξύτητα.

Το πάγκρεας ρυθμίζει επίσης την ισορροπία του σακχάρου στο αίμα που δημιουργεί ενέργεια στο σώμα. Έτσι, για να έχετε σωστή ισορροπία σακχάρου στο αίμα, διατηρήστε μια κατά κύριο λόγο αλκαλική διατροφή.

Στην Ιαπωνία, ο Δρ Keijiyo Kuwabara θεραπεύει το διαβήτη με αλκαλικό νερό εδώ και χρόνια. Λέει ότι ακόμη και μόνο ένα μήνα πόση αλκαλικό νερό θα μπορούσε να βοηθήσει σημαντικά να μειώσει τη ζάχαρη σε ένα ανιχνεύσιμο επίπεδο. Όλες αυτές οι μελέτες από διάφορα μέρη του κόσμου βοηθήστε να αποδείξετε ότι η μείωση των επιπέδων ζάχαρης είναι μία από τις πολλές αλκαλικές νερού.

9. Αλκαλικό νερό μπορεί να βοηθήσει στη θεραπεία της ψωρίασης

Η ψωρίαση είναι μια δερματική ασθένεια που δεν έχει καμία θεραπεία. Τα συμπτώματα της ψωρίασης περιλαμβάνουν επιθέματα στο πρόσωπο, το λαιμό, τα πόδια και άλλες πληγείσες περιοχές. Ασημένιο, λεπτό δέρμα εμφανίζεται και σε πολλά μέρη του σώματος. Πρόκειται για μια χρόνια διαταραχή που συμβαίνει όταν απειλείται το ανοσοποιητικό σύστημα από υγιές δέρμα. Το αποτέλεσμα είναι μια κοκκινωπή, φλεγμονώδης εμφάνιση.

Αλκαλικό νερό μπορεί να εφαρμοστεί στις πληγείσες περιοχές για να θεραπεύσει την ψωρίαση. Θα βοηθούσε επίσης να αλλάξετε καθημερινά αλκαλικό νερό αντί να πίνετε κανονικό νερό. Το αλκαλικό σύστημα νερού εξουδετερώνει αποτελεσματικά το δέρμα για να μειώσει τα συμπτώματα της ψωρίασης.

10. Αποθηκεύστε τα χρήματά σας και την υγεία σας μέσω pH8.ENERGY

**Prevention is the medicine of the 21st century
PREVENTION BEGINS IN THE HEAD, THROUGH YOUR ENERGY!**



**Excellence.ENERGY - PREVENTION21.CH - PREVENTION21.AT
Student.ENERGY - pH8Student.COM - NeoMai.ENERGY
www.PROLIPSI.DE - PROLIPSI.Email - GLORY25.COM**

Was haben Computer und Muskeln gemeinsam?



**Beide erinnern sich@GLORY24.DE
Für ein starkes Immunsystem, gegen
Diabetes, Grippe und Schlaganfall.**