

Причины высокого артериального давления

<http://www.vipoo.club/programmy-zdorovya>

1. Дефицит воды.

Обезвоживание организма приводит к высокому артериальному давлению. Если человек мало пьет чистой питьевой воды, заменяя ее другими напитками, в конечном итоге, это приведет его к обезвоживанию организма. Обезвоживание приводит человека к очень большим проблемам: головные боли, повышенная утомляемость, высокое артериальное давление, боли в суставах и многое другое.

В результате обезвоживания организма возникает, - сгущение крови. Если человек годами не пьет чистую воду, заменяя ее другими напитками, то постепенно вода уходит из различных тканей, в том числе из крови, и кровь сгущается. Кровь становится густой, жирной, вязкой, для перекачки такой крови необходимо высокое давление.

Представьте себе аппарат, состоящий из труб и насоса, в который по ошибке вместо воды залили гель или густое масло. Как Вы думаете, будет ли исправно работать данный аппарат? То же самое происходит с нашим организмом: трубы – это наши сосуды, насос – сердце, если кровь сгущается, то увеличивается нагрузка на сердце, ему сложнее протолкнуть густую кровь. Если кровь сгущается, то нагрузка на сердце повышается, сердцу приходится чаще и с большей силой сокращаться, чтобы протолкнуть более густую жидкость.

По сосудам густая кровь будет передвигаться очень медленно, поэтому организму необходимо для улучшения кровоснабжения сузить сосуды. Сердце посылает сигнал в мозг, мозг посылает сигнал в надпочечники, те выделяют гормон для сужения сосудов, сосуды сужаются, давление повышается. Врач в такой ситуации назначает гипотензивные препараты, расширяющие сосуды.

2. Грязь попадающая в кровь, повышает артериальное давление Токсины попадающие в кровь различными путями (через легкие, кишечник, кожу и образующиеся непосредственно в организме в процессе жизнедеятельности) сгущают и разрушают кровь.

Это могут быть:

а)Повышенное количество холестерина в крови.

Кровь становится жирной (недостаточная выработка ферментов). Представьте себе, что в крови находятся большие молекулы холестерина. Для того, чтобы протолкнуть такую кровь, сердцу вновь придется запускать все те же два механизма: сильнее сокращаться или сжимать сосуды, чтобы увеличить давление.

б) Белок в крови.

Кровь становится вязкой. Белок – это плохо переваренные остатки нашей пищи, которые всосались в кровь из кишечника. Они тоже сгущают нашу кровь. Происходит это из-за питания переработанной, неживой пищей, в которой мало ферментов и недостаточной выработкой организмом собственных ферментов. Густую кровь сердцу тяжело перекачивать...

в)Высокий уровень адреналина.

Если человек постоянно нервничает и при этом не пьет достаточного количества воды, которая бы снижала опасную концентрацию адреналина в крови, то это приведет к повышению нагрузки на работу сердца. Т.к. адреналин – сужает сосуды, сердцу приходится усиливать свою работу, для того чтобы протолкнуть кровь по суженным сосудам.

г) Кислоты и соли.

В процессе нашей жизнедеятельности образуется огромное количество солей и кислот. Они агрессивно действующие на кровь и закисляют ее. В результате это приводит к повышению давления. Могут образовываться кристаллы солей и кислот (молочная кислота, мочева кислота, ураты, тартраты, фосфаты).

3.Проблема с почками.

Почки – это наши фильтры, которые состоят из миллиона трубочек, свернутых в шарик с «марлечками» на конце. Скорость кровотока в почках очень высокая. В трубочках происходит фильтрация и очистка крови от грязи. Если кровь сильно загрязнена, да еще не хватает воды, то почечные фильтры засоряются, что ведет к повышению напора.

Над почкой находится надпочечник (гормональная железа), который четко следит за количеством вошедшей в почку крови и вышедшей. Если кровь зашла и не вышла, то сосуд, находящийся под почкой мгновенно сужается, для того, чтобы под давлением выдавить кровь через почку. В процессе очищения в почке в мочу уходит вода и растворенные соли, ацетоны и др.

При повышении давления в почке «марлечки» могут не выдержать и прорваться, что приведет к ухудшению анализов мочи (появляется белок, живые лейкоциты, эритроциты, которые в норме никогда не должны там быть).

Такие неприятности, как повышение артериального давления, сердцебиение и т.д. – это защитные свойства организма, которые ему приходится запускать в борьбе с развитием гипоксии в ответ на наше неразумное поведение. И вместо того, чтобы продолжать глупую борьбу с организмом, необходимо ему действительно помочь. Я вовсе не призываю, людей, длительно принимающих

гипотензивные препараты, бросить их пить. Не в коем случае! Этого делать уже нельзя, по крайней мере, резко. А вот начать восстановительные меры (даже на фоне гипотензивной терапии) следует.

Профилактика и лечение повышенного давления.

Практические рекомендации.

Действуем по принципу - исключаем то, что нас разрушает, и добавляем то, что на восстанавливает.

- Исключить все кислые напитки (кроме лимона и натурального яблочного уксуса), газированные напитки (особенно сладкие), компот (кроме компота из сухофруктов), кофе, чай (кроме зеленого). Пить только чистую питьевую воду (желательно структурированную).

-Исключить из пищи консервы, маринады, колбасы, острую, сильно соленую пищу.

-Добавить продукты Кораллового клуба:

<http://www.vipoo.club/programmy-zdorovya>



Корал Майн – добавляем 1 пакетик на 1,5 литра воды. Делает нашу кровь жидкой, текучей.



Микрогидрин – 1-2 капсулы в день, запивать 1-2 стаканами воды с Корал Майн. Антиоксидант – нейтрализует, и выводит свободные радикалы, ощелачивает кровь.



После 30 Сбалансированная композиция ценных аминокислот для здоровья сердечно-сосудистой и нервной систем.

Содержит аргинин – «самую мощественную аминокислоту в кардиологии». ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

Аргинин

Самая необходимая аминокислота для активной работы сердца. После 30 лет синтез аргинина в организме существенно снижается. Аргинин участвует в образовании оксида азота, который улучшает кровоток и доставку кислорода в сердечную мышцу и головной мозг, обеспечивает стабильное АД, предупреждает образование тромбов в сосудах.

Цитруллин

Участвует в синтезе аргинина, вместе с которым улучшает энергообмен в миокарде.

Витамин С и Е

Укрепляют сосуды, способствуют снижению уровня холестерина.

Магний

Контролирует нервно-мышечную проводимость, в том числе сердечный ритм.



Ассимилятор, или Дигестэйбл – растительные ферменты, по 1 капсуле 2-3 раза в день. Рассасывать под языком, для их прямого попадания в кровяное русло. Переваривают белки и жиры (холестерин) находящийся в крови, ускоряют процессы



Артишок – по 2 капсулы утром и вечером, вместе с ферментами поможет сбросить холестерин через печень.
