

ЗЕРКАЛО ДУШИ И ЗДОРОВЬЯ

— ЛИ ЧЕН —

ЛИЦЕВАЯ ДИАГНОСТИКА
И РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ



К
«КРЫЛОВ»



ВОСТОЧНЫЕ
ПРАКТИКИ

Ли Чен
Зеркало души и здоровья. Лицевая
диагностика и рефлексотерапия
Серия «Восточные практики»

Издательский текст

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4676982

Зеркало души и здоровья. Лицевая диагностика и рефлексотерапия: ИК «Крылов»; СПб.; 2010

ISBN 978-5-4226-0042-7

Аннотация

Лицо называют зеркалом души, но его можно называть и зеркалом тела, ведь на нем отражается психологическое и физическое состояние всего организма. Появление на лице родинок, веснушек, сухость, болезненность или бугристость кожи, изменение окраски белков глаз, губ, языка помогут поставить точный диагноз.

Исцеление от болезней также в ваших силах, ведь активные точки, расположенные на лице, тесно взаимосвязаны с внутренними органами, и, воздействуя на них, можно победить практически любой недуг. Рефлексотерапия – это лечение без побочных эффектов, при котором вам не понадобятся сложные анализы, горы таблеток и литры микстур. Восточные методы диагностики и лечения придут вам на помощь и вернут здоровье.

Содержание

Вступление	4
Глава 1	6
ПОНЯТИЕ ДИАГНОСТИКИ	6
ВИДЫ ДИАГНОСТИКИ	7
Ультразвуковая диагностика	7
Компьютерная томография	7
Биорезонансное тестирование	7
Пульсовая диагностика	8
Иридодиагностика	8
Рефлексодиагностика	8
Лицевая диагностика	9
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Ли Чен

Зеркало души и здоровья. Лицевая диагностика и рефлексотерапия

Вступление

Здоровье – это главное, что есть у человека, то, что невозможно купить ни за какие деньги, то, что нужно беречь и о чем следует заботиться смолоду. Поддерживать здоровье человеку помогает традиционная медицина, а для лечения заболеваний фармацевтическая промышленность предлагает эффективные лекарственные препараты. Однако, несмотря на развитие медицины и фармпромышленности, люди не стали меньше болеть, не стали чувствовать себя лучше. Напротив, современный ритм жизни подрывает силы человека, делает его уязвимее и слабее. Может ли человек сам провести диагностику своего организма и вернуть себе жизненные силы? Можно ли определить недуг на ранней стадии и предупредить его развитие? Оказывается можно, с помощью лицевой диагностики и рефлексотерапии.

В чем плюс этих методов? Во-первых, они не приносят вреда здоровью. Во-вторых, они не наносят вреда физическому и психологическому благополучию человека. И в-третьих, они действительно помогают, о чем свидетельствует длительная практика их применения. Давайте определимся с тем, что же такое лицевая диагностика и телесная рефлексотерапия.

Лицевая диагностика – это способ обнаружения болезни по ее следам, периодически появляющимся на лице. К этим следам относятся родинки, веснушки, изменения состояния кожи – сухость, болезненность, бугристости и прочее. Точность лицевой диагностики очень высока. Почему же именно лицо выбрано в качестве объекта диагностики?

Для ответа на этот вопрос необходимо обратиться к восточной медицине. На Востоке лицу, глазам, цвету кожи всегда придавали большое значение. Лицо является частью головы, а голова, в свою очередь, управляет всем организмом. Исходя из этого лицо – то самое зеркало, на котором отражается суть всего организма. Психологическое, физическое состояние человека, патологии проявляются именно на лице. Таким образом, зная активные точки на лице и их взаимосвязь с внутренними органами, можно поставить конкретный и детальный диагноз. К примеру, припухшие нижние веки указывают на проблемы с почками, а горизонтальные морщины на лбу говорят о скрытых тревогах и беспокойстве.

Однако поставить диагноз – это только начало. После определения того или иного недуга необходимо его устранить. Эффективный способ профилактики и лечения заболеваний – рефлексотерапия. Возникла рефлексотерапия в Китае в V веке до н. э. Ее сущность заключается в стимуляции рефлекторных зон (активных точек) нервной системы. Импульсы, возникающие в процессе стимуляции, передаются в соответствующие нервные центры, а оттуда следуют к пораженному органу. В результате запускается система самовосстановления. Рефлексотерапия может применяться как самостоятельный метод лечения заболевания, так и в комплексе с медикаментозными средствами.

В понятие рефлексотерапии входит большое количество методов стимуляции рефлекторных зон: массаж, акупрессура, термопунктура, криорефлексотерапия, электропунктура, иглоукалывание. Самый распространенный и доступный для самолечения метод – массаж. Руки – это один из самых высокочувствительных инструментов, созданных природой. Учитывая силу воздействия, продолжительность, угол давления, можно избирательно стимулировать те или иные системы, используя определенные точки.

Какие заболевания можно лечить с помощью рефлексотерапии? Практически все, кроме тяжелых патологий. В частности, с помощью рефлексотерапии лечатся болезни нервной системы, заболевания внутренних органов, кожные болезни, болезни мочеполовой системы, гинекологические заболевания.

Рефлексотерапия не имеет серьезных противопоказаний и побочных эффектов, поэтому ее можно применять в любом возрасте. Телесная рефлексотерапия не только поможет вам вылечить болезнь, устранить боль, но и укрепит здоровье и предупредит начало заболевания при минимальных затратах времени и средств.

Эта книга научит вас:

- определять причины возникающих проблем со здоровьем;
- определять состояние своего тела и внутренних органов по лицу;
- как избавиться от заболеваний при помощи рефлексотерапии и массажа;
- вести здоровый образ жизни, который не только поможет в лечении заболеваний, но и незаменим для сохранения здоровья.

Изучите методы лицевой диагностики и рефлексотерапии и начните заботиться о своем здоровье прямо сейчас. Вы увидите, на какие чудеса способен ваш организм и какие удивительные изменения ждут вас.

Глава 1

ЛИЦЕВАЯ ДИАГНОСТИКА

ПОНЯТИЕ ДИАГНОСТИКИ

Диагностика – широкое понятие, суть которого заключается в сборе материала и оценке ситуации для формирования эффективного действия. Понятие диагностики используется во многих отраслях: автомобильной, производственной, в спорте, экономике, медицине и т. д. В медицине диагностика всегда играла огромную роль. С ее помощью устанавливается диагноз, от точности которого зависит вероятность выздоровления пациента. На основании диагноза пациенту выписываются лекарства, устанавливается режим лечения.

Процесс диагностики условно можно разбить на три этапа:

- 1) сбор диагностического материала – жалобы пациента, осмотр пациента, результаты анализов;
- 2) оценка полученного материала;
- 3) установка диагноза.

Точность диагностики во многом зависит от качества и количества собранного материала и его оценки.

Таким образом, диагностика – это медицинский процесс, который заключается в передаче и оценке данных. В общем виде процесс диагностики можно представить как взаимодействие совокупности элементов: источника медицинской информации (пациента), метод нахождения данной информации (вербальный, невербальный) и анализ медицинской информации.

На сегодняшний день в медицине известно около 10 тысяч болезней и около 100 тысяч симптомов заболеваний, и получается, что врачу очень сложно моментально поставить точный диагноз.

Проблема качественной диагностики различных заболеваний всегда волновала докторов и пациентов. В последние десятилетия, с появлением компьютерных технологий и медицинской техники, проблема диагностики получила импульс для дальнейшего развития. Появились такие виды диагностики, как ультразвуковая диагностика, компьютерная диагностика, вегетативно-резонансная диагностика, биорезонансная диагностика.

Наряду с этими методами популярностью пользуются нетрадиционные методы диагностики: лицевая диагностика, иридодиагностика, рефлексодиагностика, пульсовая диагностика, электроакупунктура. Несмотря на то, что перечисленные нетрадиционные методы диагностики уходят корнями в далекие времена, они действительно работают, что подтверждает практика.

ВИДЫ ДИАГНОСТИКИ

Как мы уже отметили, в настоящее время существует множество видов диагностики, как традиционных, так и нетрадиционных. Давайте рассмотрим их особенности, оценим достоинства и недостатки.

Ультразвуковая диагностика

Ультразвуковая диагностика (УЗИ), пожалуй, один из самых известных методов традиционной медицинской диагностики. Ультразвуковая диагностика – неинвазивное (непроникающее) исследование организма человека с применением ультразвуковых волн. Принцип УЗИ заключается в том, что ультразвук, проходя через ткани и границы между различными тканями, отражается. Специальный датчик фиксирует эти изменения и выстраивает изображение. Первый успешный опыт применения ультразвука в медицине был зафиксирован в 50-х годах XX века. Сейчас УЗИ активно применяется в офтальмологии, при постановке диагноза заболеваний внутренних органов, в кардиологии и кардиохирургии, в акушерстве и гинекологии.

Положительные стороны УЗИ:

- безопасность (отсутствие радиации);
- возможность многократного применения даже в течение одного дня;
- неинвазивность (не нарушает кожные покровы);
- доступность и быстрота.

Компьютерная томография

Существует много разновидностей томографии: рентген, магнитно-резонансная томография, позитронно-эмиссионная томография и другие. Самой популярной является магнитно-резонансная томография (МРТ) – метод диагностики внутренних органов человека с применением физического явления – ядерно-магнитного резонанса. В основе МРТ лежит принцип магнитного резонанса ядер водорода – самого распространенного элемента в организме человека. Человека помещают в магнитное поле, которое создает специальный аппарат. Молекулы в организме человека разворачиваются согласно направлению магнитного поля. Аппарат производит сканирование, результаты которого фиксируются на специальной матрице и передаются в компьютер для обработки данных. Особенно актуален этот метод для диагностики головного и спинного мозга.

Однако у МРТ есть отрицательные стороны. Во-первых, существует довольно много противопоказаний, когда его нельзя использовать. Во-вторых, МРТ – довольно дорогое удовольствие.

Биорезонансное тестирование

Биорезонансное тестирование – новейший метод диагностики, проводимый с помощью компьютерной техники. Сущность этого метода заключается в анализе частотных колебаний клеток коры головного мозга. Предполагается, что клетки головного мозга обладают способностью к «запоминанию» всех болезней, перенесенных человеком. При биорезонансной диагностике эта информация считывается и декодируется. Таким образом, врач получает полную картину развития и заболеваний пациента. Проводится биорезонансная диагностика с помощью детекторов-наушников, а обработка информации осуществляется с помощью

специальной компьютерной программы. Результат диагностики врач видит на экране компьютера в виде схематического изображения. Плюсы метода – его безвредность. Минусы – недостаточно точная постановка диагноза.

Пульсовая диагностика

Пульсовая диагностика появилась в Китае. Она заключается в том, что врач диагностирует пульс на лучевых артериях обеих рук. Диагностика пульса проводится в трех точках: Цунь, Гуань и Чи. Исследование пульса врач проводит с помощью указательного, среднего и безымянного пальцев. Учитываются следующие параметры пульса: скорость, сила, твердость, сквозность (способность проникать), плотность. Благодаря полученным в ходе пульсовой диагностики данным врач оценивает состояние полых органов (желудок, толстый и тонкий кишечник, мочевой и желчный пузыри, матка и придатки), а также плотных органов (печень, легкие, сердце, селезенка и почки). Положительная сторона пульсовой диагностики заключается в том, что она позволяет определить возможность формирования болезни, а также помогает выявлять причины возникновения и степень выраженности заболевания.

Отрицательный момент пульсовой диагностики заключается во времени и условиях ее проведения. Так, лучшее время для пульсовой диагностики между 11 и 13 часами дня, когда пульс более устойчив и спокоен. Существуют также несколько условий, когда нельзя проверять пульс:

- при чувстве голода;
- во время критических дней;
- после массажа, тяжелой физической работы или умственного труда;
- после приема пищи, лекарств, алкоголя.

Иридодиагностика

Иридодиагностика – метод исследования организма человека, в котором диагностика проводится по радужной оболочке глаза. Возникла эта методика в Китае, однако активно применяться стала около 20 лет назад. Иридодиагностика основана на том, что радужная оболочка человеческого глаза очень чувствительна к внутренним изменениям. Анализируя рисунок и структуру радужной оболочки и сравнивая ее со специальными схемами, врач может не просто поставить диагноз, но и выявить развитие болезни, составить представление о характере патологического процесса.

Метод безвреден, однако существует несколько минусов:

- яркий свет в глаза, который светит пациенту при обследовании;
- невысокая точность метода.

С помощью иридодиагностики хорошо диагностируются болезни желудочно-кишечного тракта, заболевания почек, половых органов, сердечно-сосудистой системы.

Рефлексодиагностика

Суть рефлексодиагностики заключается в проецировании внутренних органов человека на внешнюю поверхность тела. Проще говоря, все наши внутренние органы отражаются на поверхности: на ушных раковинах, ладонях, стопах. Техника рефлексодиагностики заключается в надавливании на точки проекции внутренних органов на внешней поверхности тела. Если при надавливании возникает боль, то, значит, проецируемый орган подвержен патологическому процессу, и наоборот. В настоящее время рефлексодиагностика в основ-

ном проводится с использованием современной аппаратуры, например при помощи аппарата МИТ-1 АЭ для выполнения электропунктурной диагностики.

Этот метод неточен и не имеет клинического подтверждения. Тем не менее с его помощью можно определить очаг локализации болезни. Также доказано, что различные органы и системы организма непосредственно связаны с определенными участками кожи. Несмотря на неточности рефлексодиагностики для выявления некоторых заболеваний, принципы, на которых она основана, более чем успешно применяются в иглотерапии и рефлексотерапии. Благодаря этим методикам можно не только излечить внутренние заболевания, но и повысить общий тонус организма.

Лицевая диагностика

В основе лицевой диагностики лежит положение о том, что любая часть тела человека представляет собой организм в миниатюре, а соответственно, и отражает состояние всего организма. Таким образом, по состоянию любого органа можно судить о состоянии всего организма. Человеческое лицо – кладезь информации для врача. По состоянию кожи, родинкам, глазам, ушам, носу, волосам он может сделать выводы о том, какие заболевания беспокоят человека и какие патологии могут появиться в будущем.

Плюсы лицевой диагностики заключаются в том, что она вобрала в себя множество других нетрадиционных методов диагностики.

С помощью лицевой диагностики можно не только диагностировать болезни, но и проводить профилактический осмотр. Различные участки лица отвечают за различные органы. Лоб содержит информацию о тонкой и толстой кишке, верхняя часть лба отвечает за мочевой пузырь. Глаза соответствуют почкам, яичникам и яичкам. Брови соответствуют конституции человека. Нос соответствует поджелудочной железе и желудку, кончик носа – сердцу, а крылья носа – дыхательной системе. Щеки – это легкие, уши – почки. Рот, как орган, через который в организм попадает пища, соответствует желудочно-кишечному тракту, а участок вокруг рта – половым органам.

Можно взять укрупненный вариант деления лица. В таком случае на лице выделяют три основные зоны: верхнюю, нижнюю и боковые. Верхняя часть соответствует нервной системе, нижняя часть – пищеварительной и дыхательной системам, а боковые отражают состояние выделительной и кровеносной систем.

Зная свои слабые стороны и склонные к разбалансированию системы, вы сможете вовремя предотвратить развитие заболевания. Однако стоит учесть, что самодиагностика – непростая задача и при подозрении на тяжелые хронические заболевания всегда следует проконсультироваться с профессионалом.

Рот, губы

Общая характеристика

Начнем диагностику по лицу с губ и рта, оценки их формы, специфических особенностей. В частности, для оценки губ необходимо обратить внимание на их цвет, морщинки, контур, поверхность. Согласно положениям лицевой диагностики, губы и рот отражают состояние пищеварительной системы, так как являются ее началом. Ведь еда попадает в организм человека именно через эти части лица. У здорового человека ширина рта совпадает с шириной носа. То есть если мы приложим линейку к краю губ, она коснется края носа. Однако, как показывают исследования, у современных людей есть тенденция к увеличению ширины губ относительно ширины носа. Так что при диагностике губ и рта следует сделать поправку на этот факт.

Если же ширина губ значительно – на 5 мм и более – превосходит ширину носа, то это говорит о том, что нарушена работа внутренних органов и желез. Также увеличенный размер губ указывает на то, что человеку сложно приспособиться к внешнему миру, как физически, так и психологически. Увеличение ширины губ может происходить из-за неправильного питания, например когда человек употребляет в пищу больше белков, чем углеводов, или у него в организме недостаточно минералов.

Теперь определимся с участками губ, которые отвечают за разные части тела (рис. 1).

- Уголки губ отражают состояние среднего отдела желудочно-кишечного тракта.
- Внутренняя часть нижней губы отражает состояние тонкой кишки, а внешняя часть – толстой кишки.
- Внутренняя часть верхней губы указывает на состояние желудка, а внешняя часть – на пищевод.
- Центральная часть верхней губы отражает состояние сердца.

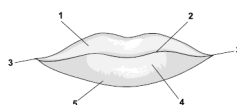


Рис. 1:

1 – пищевод, 2 – желудок, 3 – двенадцатиперстная кишка, 4 – тонкая кишка, 5 – толстая кишка

Контур губ

Диагностируя губы, обратите внимание на их контур. По контуру губ можно сделать выводы о том, как вы питаетесь. Контур может быть четким или нечетким. Четкий контур указывает на то, что человек правильно питается, а, соответственно, пищевая система у него здоровая. Нечеткий же контур свидетельствует о том, что человек питается неправильно: переедает или недоедает.

Бывают и промежуточные состояния – к примеру, четко или нечетко очерчен только центральный участок губ. Если центр губ очерчен четко, значит, у человека нет проблем с сердцем. С психологической точки зрения четкая центральная часть губ свидетельствует о таких чертах характера, как уверенность в себе и упорство.

Нечеткая центральная часть губ указывает на врожденные проблемы с сердцем, а также на нарушение деятельности поджелудочной железы и желудка.

Поверхность губ

Идеальная поверхность губ бывает только у людей на обложках журналов. В жизни же на губах у нас много морщинок, а периодически в уголках губ появляются корочки, или так называемые заеды. Вертикальные морщины на губах появляются по разным причинам. Одна из них – недостаток гормонов, что, кстати, негативно сказывается на снижении либидо. Также вертикальные морщины могут указывать на недостаток влаги в организме. Пересмотрите свой рацион, исключите чрезмерное употребление соли и сухой пищи.

В уголках губ часто появляется корочка? Стоит внимательнее посмотреть на свое меню. Может быть, вы едите много жирной пищи и белков и из-за этого у вас проблемы с пищеварением. Внимательно посмотрите на цвет корочки. Желтоватый цвет свидетельствует о проблемах печени и желчного пузыря. Вследствие употребления пищи, богатой животными жирами, печень и желчный пузырь выделяют много желчи, что и отражается в желтом цвете заедов на губах.

Форма рта и губ

Присмотритесь внимательно к своим губам и рту и губам ваших близких и друзей. Заметили, что у всех разные по размеру и форме губы? Это вполне логично. Выделяют несколько типов формы рта и губ:

- широкий рот с узкими губами;
- широкий рот с полными губами;
- рот нормальной ширины с полными губами.

Давайте посмотрим, о каких заболеваниях может свидетельствовать форма рта и губ. Итак, широкий рот с узкими губами говорит о том, что у ребенка в период развития в рационе преобладали продукты животного происхождения: мясо, молоко, яйца. В принципе такая форма рта довольно распространена у современных людей, однако ничего хорошего в этом нет. К сожалению, такая форма указывает на недостаточную выносливость и слабую иммунную систему. Эти изменения произошли из-за ухудшения экологической ситуации, изменения продуктов, появления разнообразных химических добавок в продуктах.

Широкий рот с полными губами указывает на то, что ребенок в период развития употреблял много углеводов. Если вы присмотритесь к губам жителей тропического климата, то отметите, что практически у всех у них полные губы. Еще бы, ведь аборигены активно употребляют в пищу злаки, сахар, мучные продукты. Интересен тот факт, что мышцы и кожа у таких людей выглядят довольно привлекательно. А вот внутренние органы, такие как сердце, селезенка, тонкая кишка, напротив, ослаблены и склонны к заболеваниям.

Нормальный рот с полными губами свидетельствует о том, что человек чаще употребляет в пищу молочные продукты, минеральные вещества, жиры растительного и животного происхождения. С одной стороны, такое питание выглядит сбалансированным, с другой стороны, такая форма рта и губ указывает на слабую пищеварительную систему у человека.

Цвет губ

Цвет губ, больше чем все остальные параметры, может рассказать о внутреннем здоровье человека, ведь цвет губ во многом зависит от состояния крови и кровообращения. Выделяют шесть привычных цветов губ, которые указывают на патологии, и четыре аномальных цвета, которые могут проявляться на некоторых участках губ.

1. Самый распространенный цвет губ – розовато-красный, указывает на хорошее состояние крови и кровообращение. Соответственно, органы пищеварения также находятся в порядке.

2. Розовато-белый появляется в случае избыточного употребления молочных продуктов, сахара и жиров. Человеку с таким цветом губ следует проверить сердечно-сосудистые, дыхательные и гормональные системы.

3. Красный, ярко-красный цвет губ вызван расширенными капиллярами и указывает на нарушения в дыхательной системе. Кровь в организме циркулирует быстро, давление повышается, и это отражается на губах. Также рекомендуется провериться на наличие воспалительных и инфекционных процессов.

4. Светлый, почти белый цвет губ вызван сужением капилляров и медленным движением крови по сосудам. Давление у человека с таким цветом губ чаще всего пониженное. Заболевания, о которых говорит такой цвет губ, связаны с кровью и кровеносной системой.

5. Темный цвет губ указывает на избыток в крови солей, из-за чего капилляры сужаются, а кровь застаивается. Обратит внимание стоит на состояние выделительной системы: печени, желчного пузыря.

6. Темно-красный цвет губ говорит о том, что в рационе человека преобладают белки и насыщенные жиры. Необходимо проверить сердечно-сосудистую, кровеносную и выделительную системы, в частности поджелудочную железу, печень, селезенку.

Иногда на некоторых участках губ появляются точки аномального для губ цвета. Они являются признаком заболевания некоторых внутренних органов и систем. Как мы уже говорили, выделяют четыре аномальных окраса.

1. Темно-красные точки – признак нарушения кровообращения в определенных органах. Чтобы определить, в каких именно органах, обратите внимание, на какой части губ эти точки располагаются. Если на верхней губе – что это заболевание пищеварительных органов или желудка. Если на нижней губе – то это толстая или тонкая кишка.

2. Черные точки указывают на избыточное количество жиров в области желудочно-кишечного тракта. Пересмотрите свой рацион, возможно, вы употребляете в пищу много углеводов, в частности сахара.

3. Желтизна указывает на проблемы с печенью. Возникают эти проблемы также из-за неправильного питания, частого употребления мяса птицы, яиц, молока, сыра.

4. Белые точки – нарушение работы пищеварительной и лимфатической системы. Стоит снизить в рационе количество молока и жирных молочных продуктов.

Полные, пухлые губы

Пухлые губы следует вынести в отдельную категорию. С точки зрения современной моды пухлые губы – это красиво и привлекательно. А вот с точки зрения медицинской диагностики и заболеваний пухлые губы указывают на расстройство системы пищеварения. Полная нижняя губа – признак проблем с кишечником: несварение, запор, диарея. Полная верхняя губа – симптом проблем с желудком.

Зубы и ротовая полость

Общая характеристика

Диагностика зубов позволяет не только определить кариес или пульпит, но и определить здоровье внутренних органов. У каждого человека 32 зуба: 4 клыка, 8 резцов располагаются в передней части полости рта. По бокам от клыков находится 8 малых коренных зубов (премоляров) и 12 больших коренных зубов (моляров). Кстати, все моляры, или так называемые зубы мудрости, вырастают только при условии, что человек питается сбалансировано и в его рационе есть злаки. В противном случае зубы мудрости отсутствуют.

Зубы могут быть ровными и неровными. Конечно, ровные зубы и правильный прикус указывают на здоровье человека. А вот неровные зубы или зубы, направленные в разные стороны, свидетельствуют о том, что в период развития ребенок не получал с пищей все необходимые для роста вещества. Во взрослом возрасте это выражается в несбалансированной физической конституции. О типе питания человека также можно сделать вывод и по размеру зубов. Крупные зубы у тех людей, которые отдают предпочтение белкам и мясным продуктам, мелкие зубы у тех, кто употребляет пищу, богатую углеводами и минералами.

Поверхность и цвет зубов

Наши зубы не застрахованы от появления трещин, дырочек, неровностей. Их появление не случайно, а напрямую связано с нашим питанием. Так, вертикальные борозды возникают из-за недостатка в рационе жиров и белков. Небольшие дырочки – признак отсутствия в рационе достаточного количества свежих овощей, белков, жиров. Зато, скорее всего, пища насыщена минералами и углеводами.

Сколько бы ни рекламировали отбеливающие зубные пасты, чтобы зубы действительно имели цвет слоновой кости, необходимо избавиться от вредных привычек и следить за состоянием внутренних органов. Если зубы приобрели желто-коричневый оттенок, то, скорее всего, человек много курит. Серый цвет зубов указывает на заболевания печени, желчного пузыря и поджелудочной железы. Светло-желтый цвет говорит лишь о том, что человек забывает почистить зубы два раза в день.

Болезни зубов

Как ни странно, зубы у нас болят не только из-за плохой гигиены, но и из-за болезней внутренних органов. Кариес, гниение зубов, довольно четко указывает на некоторые заболевания. Если болезнью поражены клыки – это проблемы с органами пищеварительной и выделительной систем. Заболели премоляры? Страдают верхняя часть кишечника и выделительная система. Ноют моляры? Стоит проверить желудочно-кишечный тракт и половые органы. Начались проблемы с резцами? Обратите внимание на кровеносную и дыхательную системы.

Десны

При диагностике десен все имеет значение: их форма, цвет, наличие на деснах воспалений, стоматита, пятен, точек. Так, воспаление десен указывает на чрезмерное употребление сахара, фруктов, газированных напитков. Если к воспалению добавляется налет в горле, то это говорит еще и о чрезмерном употреблении продуктов животного происхождения. Если десны кровоточат, то, значит, в рационе человека присутствуют мучные продукты, а вот минеральных веществ, фруктов и овощей недостаточно. Цвет десен также может указать на злоупотребление теми или иными продуктами. Белый цвет – нарушение кровообращения. Ярко-красный цвет десны приобретают при приеме лекарств.

Язык

Язык – главный диагностический инструмент. Язык – это внутренний орган, который можно увидеть снаружи. Каждый участок языка соответствует внутренним органам (рис. 2).

Для точной диагностики есть несколько правил осматривания языка:

- осмотр надо производить при дневном свете;
- осматривать язык надо до приема пищи или через час после приема пищи. Лучше всего делать это утром;
- высуньте язык, но не напрягайте его. Из-за напряжения изменяются форма и цвет языка.

При диагностике надо уделять особое внимание таким характеристикам, как цвет, форма, увлажнение и налет, распределение пятен и трещин. Для точной диагностики надо знать, как выглядит язык в здоровом состоянии. Итак, основные критерии здорового языка: розовый цвет, тонкий слой влажного налета, отсутствие трещин и пятен.

Цвет языка

Оттенков у языка может быть много. Причем изменение цвета даже в одной из зон, указанных на рис. 2, свидетельствует о нездоровом состоянии в том или ином органе. Оценивать цвет языка надо с двух сторон: внешней и внутренней.

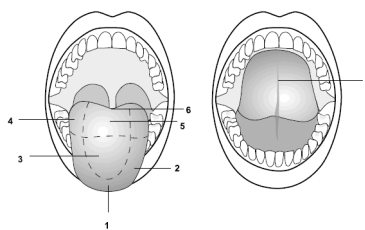


Рис. 2:

1 – кончик языка – прямая кишка; 2 – край языка – толстая кишка; 3 – средняя часть языка – тонкая кишка; 4 – верхний край языка – печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, двенадцатиперстная кишка; 5 – верхняя средняя часть языка – желудок; 6 – основание языка – пищевод; 7 – кончик языка с внутренней стороны – лимфа и состояние крови

Бледный язык свидетельствует о проблемах крови: застой, недостаток гемоглобина, анемия. Красный язык указывает на язву, воспаление и даже рак. Лиловый, синеватый язык также указывает на застой крови, избыток в рационе питания фруктов, сахара, употребление лекарств. Желтый налет на языке говорит о том, что в организме есть воспаление. Повод для тревоги – синий цвет языка. Он становится таким цветом при недостатке кислорода, наличии хронических заболеваний. Диагностируя заболевания по цвету языка, необходимо учитывать и форму языка.

Форма языка

Форма языка у каждого человека индивидуальна и зависит от его конституции и рациона питания. Язык может быть коротким, длинным, узким или обложенным. Также на языке могут появляться впадины, опухоли и сыпь.

Тонкий язык свидетельствует о недостатке жидкости в организме. Толстый язык указывает на преобладание в рационе продуктов животного происхождения, насыщенности меню жирами и белками. Впадина или опухоль на конкретном участке языка (см. рис. 2) свидетельствует о проблемах с органом, связанным с этим участком. К примеру, впадина на кончике языка – признак заболевания прямой кишки, опухоль на средней части языка – проблемы с тонкой кишкой.

Таким образом, изучая общую форму языка и обращая внимание на изменения на определенных его участках, можно уточнить диагноз, поставленный по цвету.

Налет на языке

Налет на языке – это нормальное явление, однако изменения цвета, толщины, консистенции налета свидетельствуют о тех или иных заболеваниях. Именно поэтому при диагностике важно уделить внимание поверхности языка, текстуре налета, его цвету, распределению, толщине.

У здорового человека на языке присутствует тонкий налет белого цвета. Однако насыщенно белый цвет возникает при плохой работе желудка. Желтый налет на языке – признак заболеваний печени, поджелудочной железы, желчного пузыря. Коричневый налет – заболевания поджелудочной железы. Толстый налет на языке – это такой налет, через который нельзя различить очертания поверхности языка. Он указывает на чрезмерную задержку жидкости в организме. Налет может распределяться неравномерно – это указывает на очаги дисгармонии в организме. Налет также может быть сухим и влажным. Влажный тонкий налет – свидетельство здоровья. Сухой налет на языке может встречаться при внутреннем застое

флегмы или крови, который создает преграды для распространения жидкостей по организму. Липкий налет свидетельствует о наличии проблем в желудке и кишечнике.

Нос, щеки, уши

Общая характеристика носа

Изучение носа, его цвета, формы, размера, поверхности дает возможность выявить заболевания и определить тип личности человека. Нос отражает состояние пищеварительной, нервной и кровеносной систем. Чтобы узнать о жизнедеятельности и заболеваниях человека, прежде всего следует определить цвет и форму носа. При диагностике носа не стоит забывать о переносице, которая указывает на отклонения в работе поджелудочной железы и желудка.

Форма носа

Выделяют восемь форм носа: орлиный, опущенный, курносый, заостренный, мясистый, с твердым кончиком, с раздвоенным кончиком, кривой нос. Определимся, что же именно может нам рассказать форма носа.

Орлиный нос, или высокий нос с горбинкой, принадлежит человеку агрессивному, беспокойному. В пищу такой человек употребляет в основном мясо, яйца и другие белковые продукты животного происхождения. Опущенный вниз нос указывает на проблемы с почками, сердцем и мочевым пузырем. В рационе питания человека с таким носом преобладают фрукты, овощи, овощные салаты и жидкости. Курносый нос не говорит ни о каких внутренних заболеваниях, лишь указывают на то, что в процессе развития ребенок получал больше пищи животного происхождения, в частности рыбу и морепродукты. Заостренный нос и нос с острым кончиком показывают на нездоровую нервную систему. Этот человек легко возбудим, у него могут быть проблемы с сердцем. Мясистый крупный нос свидетельствует о нарушении сердечно-сосудистой деятельности и работы выделительной системы.

Раздвоенный кончик носа до недавних пор был редкостью, но в последнее время встречается все чаще. Он указывает на несбалансированное питание и нарушенное сердцебиение. Твердый кончик носа – прямой признак того, что у человека идет отложение жиров в печени, почках, предстательной железе или почках. Если у обладателя мясистого носа кончик твердый, то это признак повышенной вероятности инфаркта или инсульта.

Кривой нос, если, конечно, эта кривизна не заработана через внешнее воздействие, указывает на дисгармонию психологического состояния человека. При диагностике нужно учитывать, в какую сторону искривлен нос. Если влево, то это означает, что левая сторона у человека, в том числе его внутренние органы, активнее, чем правая, и наоборот.

Цвет и поверхность носа

В зависимости от состояния здоровья нашего организма нос может приобретать различные цвета и оттенки. Красный нос или периодические покраснения носа, расширенные красные капилляры на носу указывают на проблемы с сердечно-сосудистой системой, повышенное артериальное давление. Сине-красный или сизый нос – признак низкого артериального давления. Белый нос или белый кончик носа – признак нарушенного кровообращения, сужения капилляров. Возможно, в рационе у человека переизбыток соли и недостаток жидкости. Сеточка из капилляров вокруг носа также указывает на нарушение кровообращения и воспалительные процессы в венах.

На поверхности носа могут появляться различные высыпания, прыщи и пятна. Вам, наверное, известно, что прыщи – признак нарушений в выделительной и пищеварительной системах. Прыщи на носу не исключение. Периодическое высыпание желто-белых прыщей

или пятен указывает на то, что организм выводит избыток жиров животного происхождения. Через темные пятна организм выводит избыток углеводов. Крылья носа, их покраснение, появление на крыльях носа крупных пор указывает на бронхит или проблемы с дыхательной системой.

Общая характеристика щек

Диагностика по щекам – это возможность узнать о состоянии дыхательной, кровеносной и пищеварительной системах. Правая щека соответствует правому легкому, а левая – левому. Здоровые щеки – это плотные полные щеки, на которых нет морщин, пятен, прыщей, воспалений. Впалые щеки – явный признак недостатка в организме питательных веществ и витаминов, соответственно, дыхательная и пищеварительная системы больше подвержены риску заболеваний. Диагностика щек в основном проводится по их цвету и его изменениям.

Цвет кожи щек

Иногда мы можем наблюдать покраснение щек, например, при нервном состоянии, после возвращения в дом с мороза. Если же покраснение не зависит от этих и иных внешних факторов, то стоит уделить внимание капиллярам и сердечно-сосудистой системе. Также велика вероятность, что артериальное давление будет повышенным. У некоторых людей, напротив, щеки белые или даже молочно-белые. Это признак накопления в организме, в частности в легких, кишечнике, слизи и жиров животного происхождения.

Потемнения на щеках в области скул, появление морщин в этой области обусловлены чрезмерным употреблением жидкости. А вот темные пятна на щеках возникают из-за накопления в организме жиров и слизи в легких. Следует проверить организм на предмет опухолей и кист.

Появление на щеках прыщей белого цвета указывает на необходимость снижения сахара и молочных продуктов в рационе. Желтые прыщи – в рационе человека много сыра, мяса, яиц. При высыпании крупных прыщей в центре щек повышенное внимание надо уделить яичникам у женщин и предстательной железе у мужчин. Возможно образование кисты в этих частях организма.

В XIX веке в моде была естественная бледность. Однако если у вас постоянно бледные щеки, то это признак малокровия, возникающего при несбалансированном питании. Также стоит проверить легкие и дыхательную систему на предмет развития патологий. К примеру, при серьезной стадии туберкулеза щеки становятся не просто бледными, а практически бесцветными. При хронических заболеваниях печени, желчного пузыря щеки приобретают серо-голубой цвет.

Также на щеках могут появляться тонкие, бесцветные, маленькие волоски. Это признак нарушения работы дыхательной, пищеварительной и половой системы.

Общая характеристика ушей

Диагностируя уши, оцените их форму, размер, расположение ушей, ушную раковину. Нормальные здоровые уши выглядят так: мочка уха находится на уровне рта, а верхний кончик уха – на уровне глаз. Средняя часть уха находится на уровне носа и плотно прилегает к голове. Уши могут рассказать нам о состоянии всего организма, в частности о деятельности выделительной системы. Если в организме что-то идет не так, уши могут изменять свой цвет и температуру.

Размер и цвет ушей

Размер ушей может рассказать о том, какую пищу предпочитает человек. Маленькие уши указывают на чрезмерное употребление мучных изделий, мяса и яиц. Тонкие уши сви-

детельствуют о несбалансированном питании, которое негативно отражается на пищеварительной, выделительной функциях организма и на здоровье человека в целом. Толстые уши, напротив, говорят о сбалансированном питании и здоровом организме.

Если уши внезапно покраснели или сохраняют алый цвет в течение некоторого времени, то это указывает на повышенное артериальное давление, переутомление, развитие вегетососудистой дистонии. Если же уши бледные, да к тому же еще и холодные, то давление у человека пониженное.

Темно-красный цвет ушей свидетельствует о заболеваниях печени, желудка и поджелудочной железы. Если к темно-красному цвету добавляются синюшные вкрапления, то необходимо проверить сердечно-сосудистую систему и дыхательную систему.

На ушах появились темно-красные и коричневые пятна? Не откладывайте визит к доктору, возможно, у вас прогрессирует заболевание кишечника.

Ушная раковина

Ушная раковина делится на три слоя, каждый из которых соответствует определенным системам организма. Внутренняя часть ушной раковины соответствует дыхательной и пищеварительной системам. Внешняя часть – выделительной и кровеносной системам. Средняя часть раковины отвечает за нервную систему. Если какой-то из этих слоев изменяет цвет, если на нем появляются аномальные высыпания, сухая или чрезмерно жирная кожа, глубокие прыщи, то это говорит о заболеваниях, связанных с частью раковины органов.

Брови, лоб, глаза

Общая характеристика глаз

Глаза – зеркало души. Но если заглянуть в это «зеркало», то можно увидеть не только душу человека, но и его физические заболевания. Глаза настолько точно передают состояние здоровья человека, что существует даже отдельная система диагностики по глазам – иридо-диагностика. Мы определим основные моменты, на которые необходимо обращать внимание при диагностике по глазам. Это форма и размер глаз, веки, ресницы, область вокруг глаз, глазное яблоко, радужная оболочка и белок глаз.

Форма и размер глаз

Размер глаз может многое рассказать о характере человека. Маленькие глаза обычно принадлежат решительным, уверенным, физически сильным и выносливым людям. Если глаза очень маленькие, то это указывает на агрессивное поведение, злость. Глаза среднего размера обычно сверхчувствительны к свету. Их обладатели могут страдать близорукостью. Большие глаза принадлежат мягким, эмоциональным людям. Если глаза очень большие, слегка нависают, то это указывает на повышенную чувствительность, робость, нервозность.

При оценке формы глаз следует также учитывать расстояние между глазами. Глаза могут быть узко и широко посаженными. Узко посаженные глаза указывают на ум человека и его эмоциональную восприимчивость. Возможно возникновение заболеваний печени, почек, поджелудочной железы. Людям с широко посаженными глазами нельзя злоупотреблять сахаром, а также острыми и пряными приправами. В их характере преобладают мягкие черты, нерешительность и скромность. Если внешние уголки глаз слегка опущены вниз, то стоит ввести в употребление термически обработанные продукты, добавить в рацион продукты животного происхождения. При приподнятых вверх внешних уголках глаз желательно ограничить в рационе соленые продукты и соль.

Ресницы

Ресницы условно делятся на длинные, короткие, загнутые внутрь и загнутые наружу. Короткие ресницы указывают на то, что человеку стоит разнообразить свое питание продуктами растительного происхождения: овощами, фруктами, злаками, а вот жареную, соленую пищу, богатую белками и животными жирами, нужно исключить. Длинные ресницы показывают, что человек употребляет в пищу в основном сырые овощи, фрукты, большое количество жидкости. Следует добавить в рацион злаки, белки.

Если ресницы закручиваются наружу – это говорит о некоторых нарушениях репродуктивной функции, как у мужчин, так и у женщин. Ресницы, загнутые внутрь, также указывают на нарушения репродуктивной функции, в основном у женщин, показывают, что человек употребляет в пищу в основном сырые овощи, фрукты, большое количество жидкости. Следует добавить в рацион злаки, белки.

Веки

Веки могут много рассказать о здоровье человека. Особое внимание надо обратить на структуру кожи век, цвет кожи вокруг век, внутреннюю поверхность век. Плотные веки – признак здоровья человека. Неплотные, двойные веки указывают на чрезмерное употребление жидкости. Если веки отекли и покраснели, то надо снизить употребление газированных напитков, соли, воды. Возможно, это обусловлено употреблением каких-либо лекарств либо проблемами с пищеварительной системой. Также веки часто опухают при болезнях почек, печени.

Цвет век у людей постоянно меняется. У кого-то каждый день, у кого-то раз в месяц. Такое изменение зависит как от физического, так и психологического здоровья человека. Темные, темно-серые, темно-синие круги под глазами и над глазами указывают на заболевания выделительной и репродуктивной систем. Следует уделить внимание состоянию почек и надпочечников.

Желтый цвет век, как и желтоватый цвет кожи, является признаком заболевания печени и желчного пузыря. Покраснение век, если оно вызвано не из-за слез, указывает на проблемы с капиллярами, сердечно-сосудистой системой. Покраснение век со временем может перейти в синеву. Синева возникает при частом или постоянном употреблении сильнодействующих лекарств и свидетельствует о проблемах с нервной, выделительной и кровеносной системами. Особенно внимательным стоит быть, если при синеве век ощущается холод в конечностях.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.