

నోని : డిటాక్సిఫికేషన్ మరియు గుణమయ్యే సంక్షోభం

ఒక డి-టాక్స్ లేదా శుభ్రపరిచే చర్య డిగ్రీలలో పరివర్తనమవుతుందని ఆశించుతున్నాము మరియు ఇది ఖచ్చితముగ సహజమైనది మరియు సాధారణంగా కొన్ని రోజులు తీసుకొంటుంది, అయినా కొన్ని కేసుల్లో గరిష్ఠం 8 వారాలు తీసుకోవచ్చు. మొదట నోని రసము శరీరములోని బలహీనమైన ప్రదేశాలు లేదా అస్వస్థతతో వున్న భాగాలను చూస్తుంది. ఈ ధంగా ఎప్పుడు జరుగుతుందో, ఒక వ్యక్తి అసౌకర్యంగా భాస్తాడు, ఎందుకనగా ఆ ప్రదేశము గుణమవ్వడానికి శరీరము తన సహజమైన రక్షకాలను నియంపించాల్సి వస్తుంది. దురదృష్టవశాత్తు ప్రజలు వారి బాధ తిమ్మిగా వుంటుందని అంగీకరించడమైనది, శరీరములోని సహజ చర్యలను మందుల ద్వారా పీల్చివేయడంతో వారు నిజముగా వారి శరీరములో ఏదో జరుగుతుందని భయాందోళన చెందుతారు. దీనిని హెచ్చరించడానికి ఏ కారణము లేదు అయితే ఇది సాధారణముగ వ్యక్తి యొక్క బాధను తెలియచేయడానికి శరీరము యొక్క దారి.

దానివల్ల ఒక ప్రారంభ శుభ్రపరిచే చర్య లేదా డిటాక్సిఫికేషన్ సాధ్యమవుతుంది, కొంతమంది ప్రజలు ఎప్పుడైనా అసౌకర్యంగా భాస్తారు. అయితే ఈ సాధ్యత గురించి తెలుసుకొని వుండడం చాలా మంచిది. అనేక మంది ప్రజల్లో శుభ్రపరిచే చర్య తీవ్రత మోతాదు ఆధారమై వుంటుంది. అందువల్ల జ్యూస్ లేదా ఎక్కువ నీరు త్రాగడం వల్ల ఈ లక్షణాలు కనబడితే షాన్ని వేగంగా బయటకు చిమ్మండి. ప్రత్యామ్నాయంగా అదే మొత్తములో జ్యూస్ వుంచుకోండి అయితే ఎక్కువ నీరు త్రాగటం ద్వారా ఈ చర్యను వేగంగా ముగించడానికి సహాయమవుతుంది. లేదా డోసేజును ఎక్కువ చేసి డిటాక్సిఫికేషన్ ను వేగపరచవచ్చు. దానితోనే వున్నాండి, తొందరగా తగ్గించడానికి ఇది చాలా మంచిది. లేదా యింకా త్రాగిన తరువాత నిలపవచ్చు.

ఒకవేళ ఎవరైనా ఒక శుభ్రపరిచే చర్య కావాలనుకొంటే, యింకా ఆ వ్యక్తికి నోని సహాయం చేస్తుందని గట్టి హాం ఇవ్వవచ్చు. ప్రతిక్రియచర్యలుగా రాష్, అసాధారణమైన శరీర వాసన, డయేరియా, తలనొప్పి, జలుబు లాంటి లక్షణాలు, అలసట లేదా సుగు రావచ్చు. శరీరములో షపదార్థాలు వున్నాయి మరియు వాటిని కొలోన్ లేదా చర్మము మొదలైనవాటి ద్వారా శరీరము నుండి తొలగించవచ్చు. ఇది ఒక గుణమయ్యే చర్య, షపదార్థాలను శరీరము తొలగించి మరియు దాని సమతులనం మరియు ఆరోగ్యాన్ని తిరిగి పొందడానికి ప్రారంభిస్తుంది.

డి-టాక్స్ తరువాత కొన్నిసార్లు ప్రజలు రాసిచ్చిన మందుల ప్రకారం నోని తీసుకోవడం వల్ల శరీరము తనంతట తానే నిజమైన లక్షణాల నుండి నయమవ్వడాన్ని చూసి గొప్ప ప్రతిస్పందనను తెలిపినారు, అయినా కాని రాసిచ్చిన మందుల ప్రకారం ఒక వ్యక్తి నాలుగు వారాల తరువాత అనారోగ్యమునకు గురి కావచ్చు, సాధారణముగ వచ్చు మలైసే, తలనొప్పి, నౌసీ, డయేరియా రావచ్చు. తరచుగా చెప్పే సమాధానం రాసిచ్చిన మందులను తగ్గించడం లేదా నిలిపివేయడం. ఇది సుమారుగా శరీరము ఈ ధంగా చెబుతుంది. నాకు రాసిచ్చిన మందులు ఇంకెప్పుడూ అవసరం లేదు. అయినా కాని, మందులు రాసిచ్చిన వైద్యున్ని సంప్రదించకుండా తగ్గించడం కాని లేదా నిలిపివేయడం కాని చేయకండి.

శుభ్రపరిచే చర్యలో నయమయ్యే ఉదంతాలు

ఎప్పుడైతే శరీరము మరియు సెల్స్ ఒక శుభ్రపరిచే చర్యలో వుంటే, కొన్ని నయమయ్యే ఉదంతాలు వస్తాయని మనకు తెలిసినదే. ఈ ఉదంతాల సమయంలో మన శరీరము మనం అప్పుడప్పుడు అనారోగ్యముగా వున్నప్పుడు తెచ్చుకొనే కొన్ని లక్షణాలను తిరిగి తెచ్చుకోవచ్చు. కొంతమంది ప్రజలకు ఈ ప్రత్యక్షాలే కిటుకులుగా శరీర సమస్యలను పరిష్కరిస్తాయని అర్థం చేసుకొని మరియు అంగీకరించడానికి కష్టంగా వుంటుంది, ఎందుకంటే శరీరము పంపేటటువంటి హెచ్చరికలను మరియు సంకేతాలను అశ్రద్ధచేయడానికి మనం అలవాటు పడిపోయి, మన శరీరానికి మనం అరవకు, ఆటంకపరచవద్దు, మరియు ఎటువంటి ఫిర్యాదులు చేయకుండా పనిచేస్తూ వుండూ అని చెబుతాము; సంప్రదాయమైన కెంకల్ డ్రగ్స్ సాధారణంగా ఈ సమస్యలను దాచడానికి తీసుకొంటారు లేదా లక్షణాలకు దారి ఇచ్చి మరియు అదనపు కెంకల్స్, డ్రగ్స్, తీసుకొనడాన్ని తప్పిస్తారు, చాలా ఎక్కువగా ఈ అసౌకర్యాల కాలానికి సరిగ్గా మాయమవుతాయి.

ఒకవేళ యింకా క్రానిక్ సమస్యలనుండి బాధ పడుతుంటే నయమయ్యే చర్య అనేక దశలలో లేదా ఉదంతాలలో పూర్తవుతుందని యింకా తెలుసుకోవాలి. నయమయ్యే దశలో శరీరము పనిచేయాలంటే ఎప్పుడైతే శరీరానికి బలము, శక్తి మరియు పనిచేయడానికి కావలసిన నిర్మాణ వస్తువులు వుంటేనే అప్పుడు శరీరానికి కావలసినంత బలం వుండి షపదార్థాలను మరియు ఆరోగ్య ఉదంతాలను బహిష్కరిస్తాయి.

ఈ ప్రయత్నాలు చేసిన తరువాత శరీరానికి శ్రాంతి కావాలని ిరు తెలుసుకోవాలి, దానిని పూర్తిచేయడానికి చాలా ఎక్కువ శక్తి కావాలి. ఈ చర్య జరిగే సమయములో మరియు తరువాత కూడా ిరు సాధారణమైన అలసటను అనుభవే ఆశ్చర్యపడనవసరం లేదు. ఆరోగ్యాన్ని తిరిగి పొందే వరకు ఈ చర్యను పునరావృతం చేస్తూ వుండాలి. శరీరము తనంతట తానే భౌతిక బలం వున్నప్పుడు కూడా నయమవ్వదు, ఈ షయాన్ని గుర్తు పెట్టుకోవడం చాలా ముఖ్యమైనది.

నోని లివర్ను శుభ్రపరుస్తుంది.

అంతర్గత శుభ్రం మరియు డిటాక్సిఫికేషన్ అనే భావన కొంత సమయము వరకు చుట్టూ వుంటుంది. ప్రస్తుతం వున్న టాక్సిక్ ప్రపంచములో, పదార్థాలను డిటాక్సిఫై చేయడానికి మన సామర్థ్యాన్ని ప్రత్యక్షంగా తెలుస్తుంది, దానికి మన శ్రేయస్సు బహిరంగపరచడం క్లిష్టంగా ముఖ్యమైనది. ద్రవణాలలో టాక్సిక్ పదార్థాలు ప్రతిచోట వుంటాయి, మన స్వంత శరీరాలు సహజ చర్యలోని మెటబాలిక్ కార్యకలాపాలుగా వుంటాయి. శరీరము యొక్క డిటాక్సిఫికేషన్ మెకానిజమ్లో చాలా ఎక్కువగా ప్రమేయం వున్న భాగము లివర్ , పూర్తిగా నిండిపోతుంది, పూర్తి కాని డిటాక్సిఫైడ్ మెటబాలైట్స్ వృద్ధిని క్రమానుసారంగా అనుభవస్తుంటాము.

టాక్సిక్ పదార్థాలు లివర్కు రక్త ప్రవాహం ద్వారా పంపబడుతాయి. పూర్తిగా నిండిపోయిన లివర్ టాక్సిక్ భారాన్ని వుంచుకోవడానికి శక్తిలేదని క్రింద ఇవ్వబడిన లక్షణాల సమూహములోనుండి దేనినైనా ఒకటిని సృష్టిస్తానని సంకేతం తెలియచేస్తుంది. ఆ అజీర్ణక్రియ, సారియాసిస్, ఏక్స్, క్రానిక్ అలసట, నిస్సత్తువ, తలనొప్పులు, మలబంధము, కండరాల నొప్పులు, మంట కలుగు పరిస్థితులు, ఆటోఇమ్యూన్ డిస్ఆర్డర్స్, మాండ్యము, ఆదుర్దా గందరగోళం మరియు ఇంకా అశక్తతలను నేర్చుకోవడం మొదలైన .

ఇంకా ఎక్కువ సాక్ష్యాలు ఉద్భవిస్తున్నాయి, ఆ అనేక నోని వ్యాధులకు కారణ కారకాలుగా ప్రశంసించబడి శరీరములోని హానికరమైన పదార్థాలను బయటకు బహిష్కరిస్తాయి, వాటిలో కొన్ని క్యాన్సర్లు కూడా చేరి వున్నాయి.

అది ఒక వ్యక్తి యొక్క టాక్సిక్ భారమే చివరకు అతని లేదా ఆమె యొక్క పరిస్థితిని ఒక చాలా గొప్ప పరిధి మేరకు నిర్ణయిస్తుంది. లివర్ పనులలో నోని ప్రభావంపై చేసిన దర్యాప్తు నివేదన ఏమంటే, హెర్బల్ మసాజ్ సాంకేతిక పద్ధతులతో చేరితే, 50 శాతం కంటే ఎక్కువ లివర్ డిటాక్సిఫికేషన్ రేటు పెరుగుతుంది. ఏ ఇతర హెర్బల్ మందు ఇంతవరకు నిర్ధారించబడలేదు, కాని కొన్ని ఫొటెంట్ డిటాక్సిఫైర్స్ అనే హెర్బల్స్, అటువంటి ఆకస్మిక నిర్వహణలను చూపింది.

ఏ ధంగా నోని అటువంటి ఒక గుర్తింపదగిన డిటాక్సిఫికేషన్ స్థాయిని సాధించిందంటే, అది గ్లుటతియోన్ అనే పదార్థము యొక్క తరుగుదలను నివారిస్తుంది - అనగా లివర్ డిటాక్సిఫికేషన్ చర్యలలో ఒక క్లిష్టమైన భాగము. లక్షణంగా మనం టాక్సిన్లను, గ్లుటతియోన్ కాన్సెన్ట్రేషన్లను చూపిస్తే, అయితే ఆ ఇంకా వాటి స్థాయిలను 25 శాతం పెంచుతాయి. ఎందుకంటే అనేక వ్యాధులకు టాక్సిన్లు అనే ఒక సాధారణ దారము లాంటిది, దీనివలన నోని ఏ ధంగా అనేక దారుల్లో ఆరోగ్యాన్ని వృద్ధి పరిచే సాధకంగా పనిచేస్తుందని తెలుస్తుంది.

దానివల్ల, నోని తాగండి మరియు ఆరోగ్యముగా వున్నండి.

Telugu