

Игорь Тютюкин

О ВРЕДЕ НАМЫЛИВАНИЯ

(версия от 07.03.2019 г.)

Во времена СССР проводили исследования образа жизни долгожителей. И выяснили, что все они... редко мылись. А, если мылись, то без мыла.

И ещё такой факт. На заре советской власти, когда представителей народов севера стали заставлять (для гигиены) мыться мылом, среди них очень резко увеличилась смертность.

Дело в том, что намыливание всего тела уничтожает естественный поверхностный электрический заряд кожи и её защитный жировой слой. Сильно снижая иммунитет. И способствуя губительному воздействию на наше тело вредных бактерий, других микроорганизмов и пыли. При этом резко активизируется всасывающая функция кожи. Что ведёт к интоксикации мышечной ткани (а затем и крови) мыльным раствором и смываемой грязью.

Вы не замечали, что после купания с намыливанием, часто ухудшается самочувствие, и появляются болезненные симптомы?

Информация о вреде намыливания замалчивается. Потому, что сбыт химических моющих средств является суперприбыльным бизнесом. А также из-за того, что намыливание тела, увы, стало почти для всех людей незыблемой обыденной привычкой.

А раньше, до изобретения и внедрения мыла (ещё каких-то 150 лет назад), люди освежали тело чистой водой. И мазали его натуральными целебными маслами.

Мыло же содержит едкую щёлочь, от которой кожа становится очень сухой и неэластичной. Что может привести её к шелушению и трещинам.

Мыло эффективно против сильных загрязнений. Им хорошо мыть грязные руки и ноги. Но зачем намыливать (да ещё мочалкой!) всё тело?

Перефразируя известную поговорку, можно сказать: «Дай дураку мыло, он весь и намылится».

Пот, пыль и мелкие загрязнения можно легко смыть с кожи чистой водой и мочалкой **БЕЗ МЫЛА**.

Не мойтесь очень часто. И не намыливайте всё тело. Используйте в малых количествах только жидкое мыло, крем-мыло, гель для душа (обязательно с **НАТУРАЛЬНЫМИ** увлажняющими компонентами). А обычным мылом мойте только сильно загрязнённые руки и ноги. Ведь мыло, в прямом смысле слова, смывает с тела наш естественный иммунитет.

Шампуни тоже вредны. Особенно при частом мытье головы. В шампунях, как и в мыле, содержится едкая щёлочь. Она полностью смывает с головы натуральное кожное сало. Вынуждая организм производить его с повышенной силой. И получается замкнутый круг. Чем чаще волосы моются шампунем, тем быстрее они засаливаются.

Кстати, мощная тенденция современных людей к облысению вызвана, во многом, частым мытьём волос шампунями, а также очень низким качеством современной водопроводной воды.

Чтобы нормализовать выработку естественного кожного сала и укрепить волосы, следует на 1,5-2 месяца перестать мыть голову шампунем. И, в дальнейшем, мыть волосы не часто.

Начиная с 2012 г., автор, при купании своего тела, не использует мыло и шампуни. Состояние волос и кожи замечательное. Тело чувствует себя свежим, чистым и здоровым. И деньги на моющую химию зря не тратятся.

(Из книги Игоря Тютюкина «ДВЕРЬ В ЗДОРОВЬЕ»)

Тексты свежих версий всех позитивных книг Игоря Тютюкина можно бесплатно скачать с сайта автора

<http://tutukin1.narod.ru>