

Здоровая земля, здоровые растения и люди

Медицинская конференция

Обиходы 2018

Timothy Howe

Есть две школы подходов к лечению заболеваний:

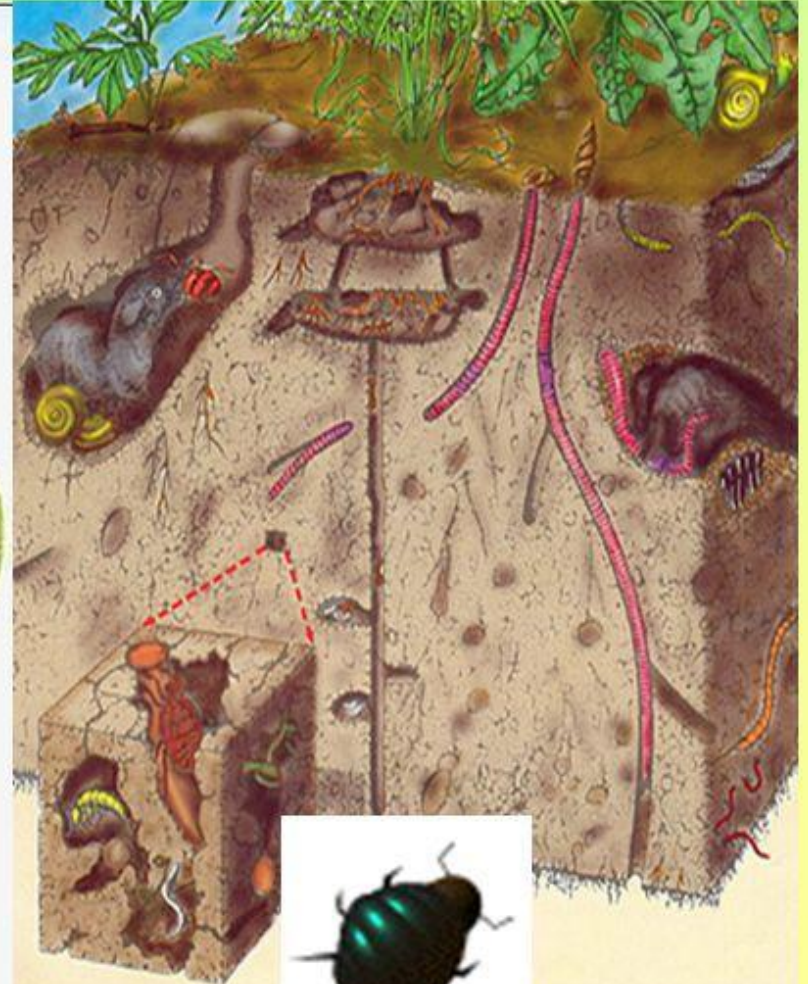
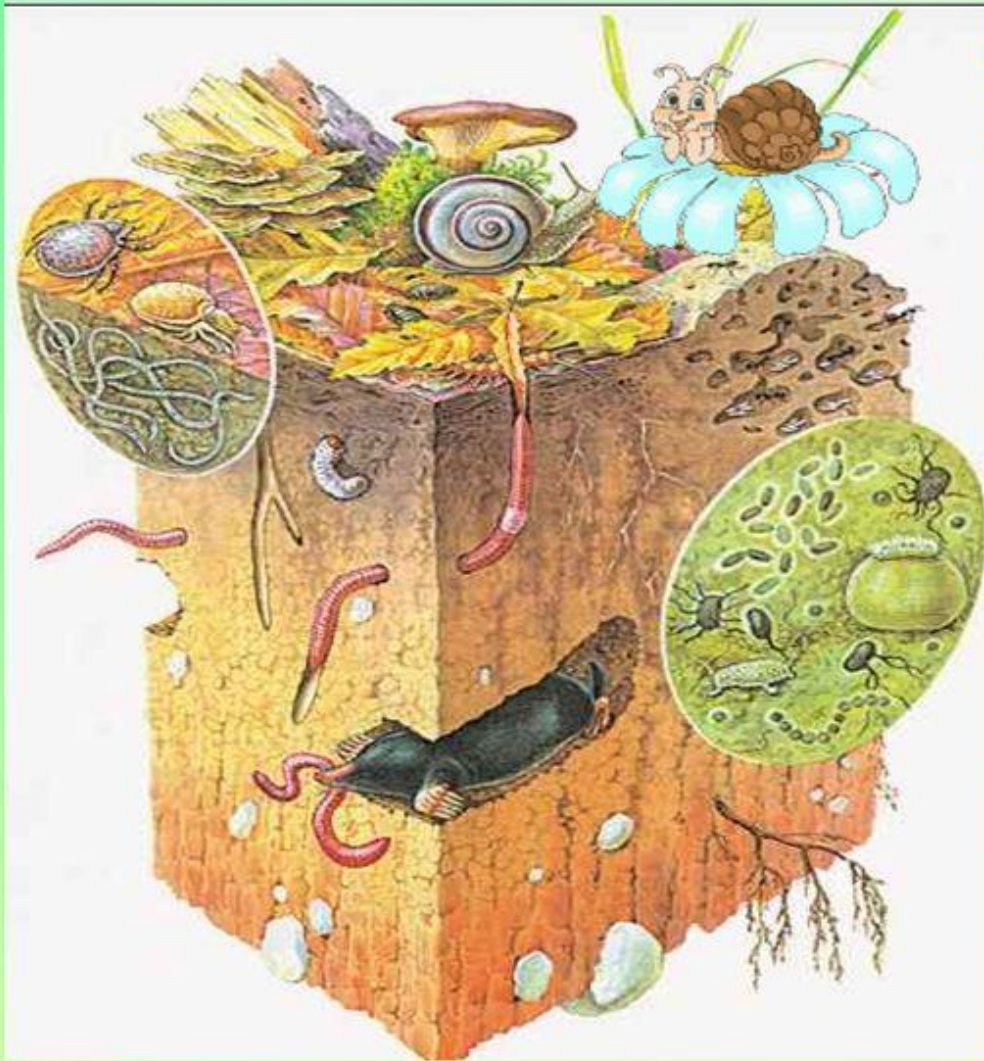
1. Первая учит, что надо убить болезнь
2. Что надо укрепить организм, чтобы он сопротивлялся болезни
 - 127 с Служения Исцеления.
Восстановить здоровые условия для жизни

ПОЧВА

- В 1ч.л. здоровой почвы от 10 тыс до 50 тыс разных видов микроорганизмов.
- В 1ч.л. здоровой почвы содержится больше микроорганизмов, чем людей на земле

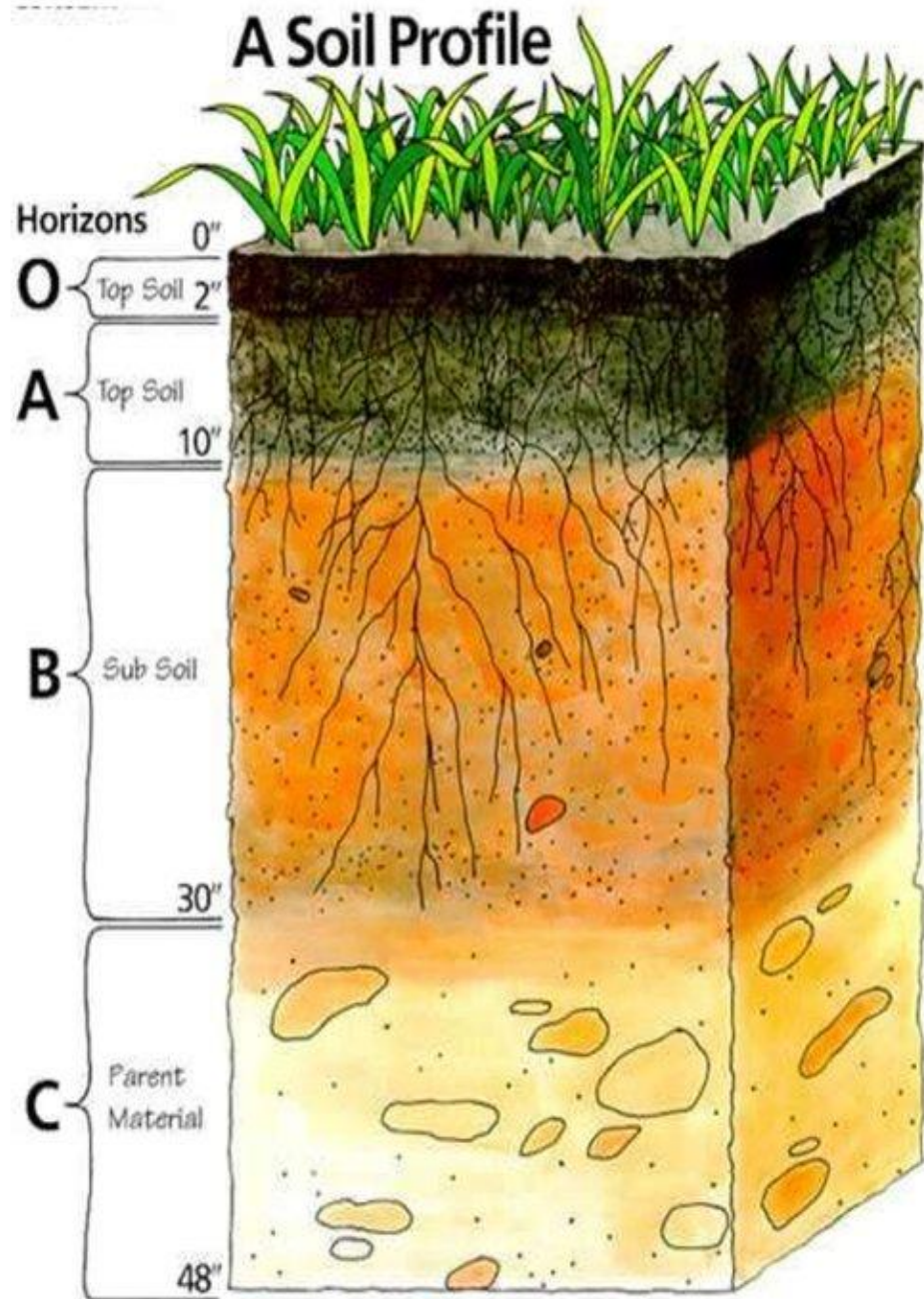


Почва возникает и развивается под воздействием живых организмов



Микрофлора почвы.

- Почва содержит огромные запасы **микробной биомассы**, свыше 90% ее приходится на споры и мицелии грибов.
- **Максимальной концентрацией** бактериальных клеток и наибольшей длиной мицелия грибов отличаются **лесные подстилки и верхние гумусированные горизонты почв**.
- В 1 г. почвы количество бактерий составляет от 1 до 10 млрд, иногда даже несколько десяткой млрд клеток, а общая длина грибных гиф равняется сотням и тысячам метров.
- Общий вес сырой массы микроорганизмов может составлять в верхнем 25 см слое почвы до 10 т/га.
- Вниз по профилю количество бактерий и длина мицелия грибов убывают.
- Основные запасы микробной биомассы сосредоточены в минеральных горизонтах почв.
- Чем выше плодородие почвы, тем богаче и разнообразнее ее микробиоценоз.



ЗНАЧЕНИЕ ФОТОСИНТЕЗА

1. Образование органических веществ (питание для других живых организмов).
2. Образование кислорода, необходимого для дыхания.
3. Формирование атмосферы Земли.



ФОТОСИНТЕЗ



ФОТОСИНТЕЗ - процесс образования на свету в зеленых растениях **органических веществ (сахара, крахмала)** и **кислорода (O_2)** из **неорганических веществ (воды и углекислого газа)**.

ПРОДУКТЫ ФОТОСИНТЕЗА

1. Органические вещества:

САХАР ↔ КРАХМАЛЛ



БЕЛКИ

ЖИРЫ

УГЛЕВОДЫ

2. КИСЛОРОД (O₂)

- Интересно, что при росте растений 70% своей энергии они отдают на питание бактериям и грибкам почвы. Обычно, микроорганизмы в свою очередь потом питают растения. Они переводят микроэлементы в форму, которую могут усвоить растения.



Бактерии разложения и гниения

- При вспахивании уменьшается количество микроорганизмов в земле. Почва беднеет из-за нарушения симбиоза между микроорганизмами и растениями.



Средства борьбы с сорняками

- В России глифосат известен под торговыми марками «Раундап», «Глифор», «Торнадо» и «Ураган», а на Украине под марками «Раундап»,



Средства борьбы с сорняками

- В настоящее время в Республике Казахстан и в Российской Федерации производство глифосата отсутствует и он полностью импортируется из-за рубежа.
- Глифосаты влияют на поч
Уменьшается количество грибков в почве, растения более предрасположеннь болезням.

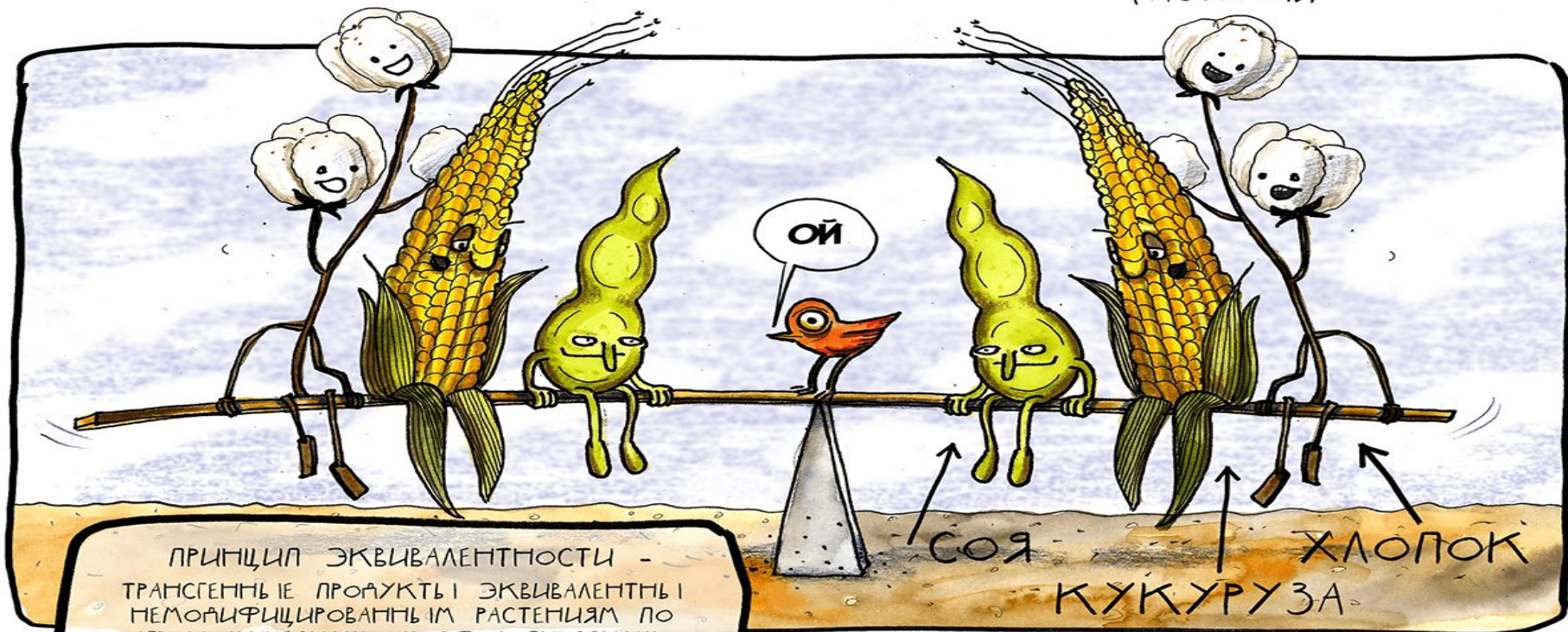


- У них снижается синтез количества фитохимических веществ, с помощью которых они сопротивляются болезням. Глифосаты рассматривают как возможный канцероген.

Многие сельскохозяйственные культуры с помощью генной инженерии делают устойчивыми к глифосату.

НЕМОДИФИЦИРОВАННЫЕ РАСТЕНИЯ

ГЕНЕТИЧЕСКИ МОДИФИЦИРОВАННЫЕ РАСТЕНИЯ



ой

СОЯ

КУКУРУЗА

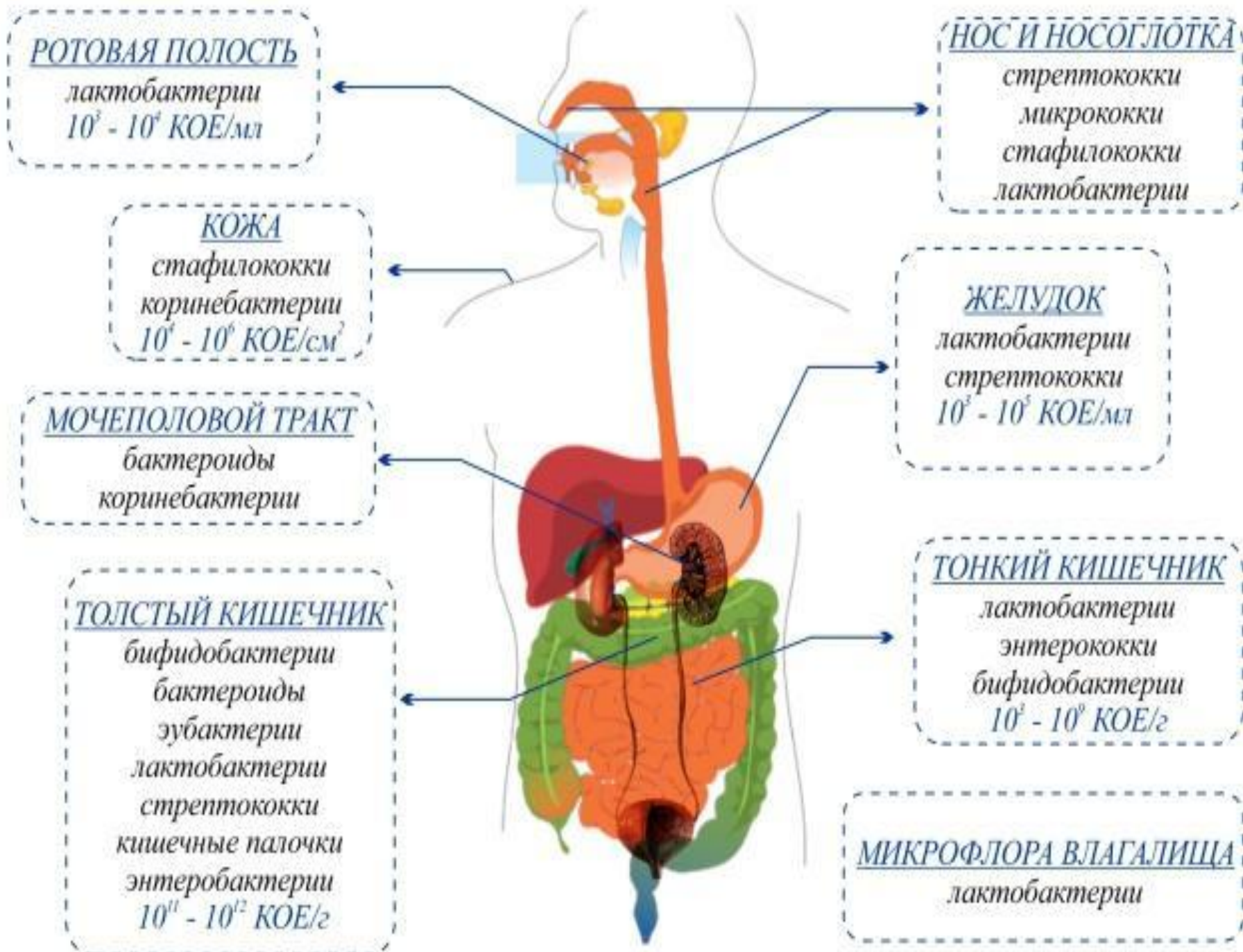
ХЛОПОК

ПРИНЦИП ЭКВИВАЛЕНТНОСТИ -
ТРАНСГЕННЫЕ ПРОДУКТЫ ЭКВИВАЛЕНТНЫ
НЕМОДИФИЦИРОВАННЫМ РАСТЕНИЯМ ПО
АГРОНОМИЧЕСКИМ, МОРФОЛОГИЧЕСКИМ,
ХИМИЧЕСКИМ СВОЙСТВАМ, ПО СОСТАВУ
МАКРО- И МИКРОЭЛЕМЕНТОВ, ПО НАЛИЧИЮ
ПИТАТЕЛЬНЫХ И ТОКСИЧНЫХ ВЕЩЕСТВ.

ОСНОВНЫЕ КОММЕРЧЕСКИЕ
ГМ-КУЛЬТУРЫ РАСТЕНИЙ

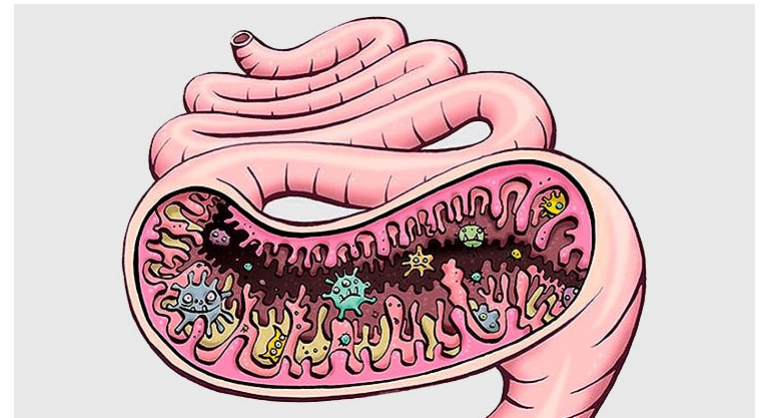


- **Полифенолы-это фитонутриенты, растительные пигменты, являющиеся мощными естественными антиоксидантами.**
- Существует более 8000 полифенольных соединений, выделенных в различных видах растений, но к самым основным относят фенольные кислоты, флавоноиды и лигнаны.



МИКРОБИОТА

- Пробиотики или пребиотики
- клетки толстого кишечника питают бактерии, там проживающие.
- Дружелюбные вырабатывают бутираты, которые нужны клеткам кишечника.

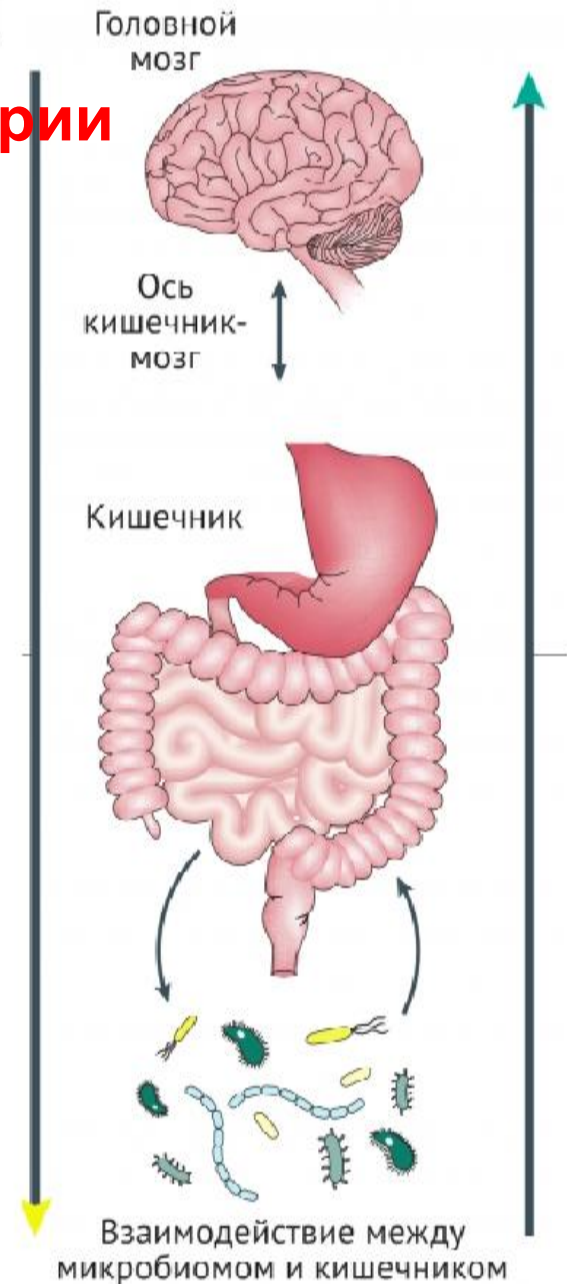


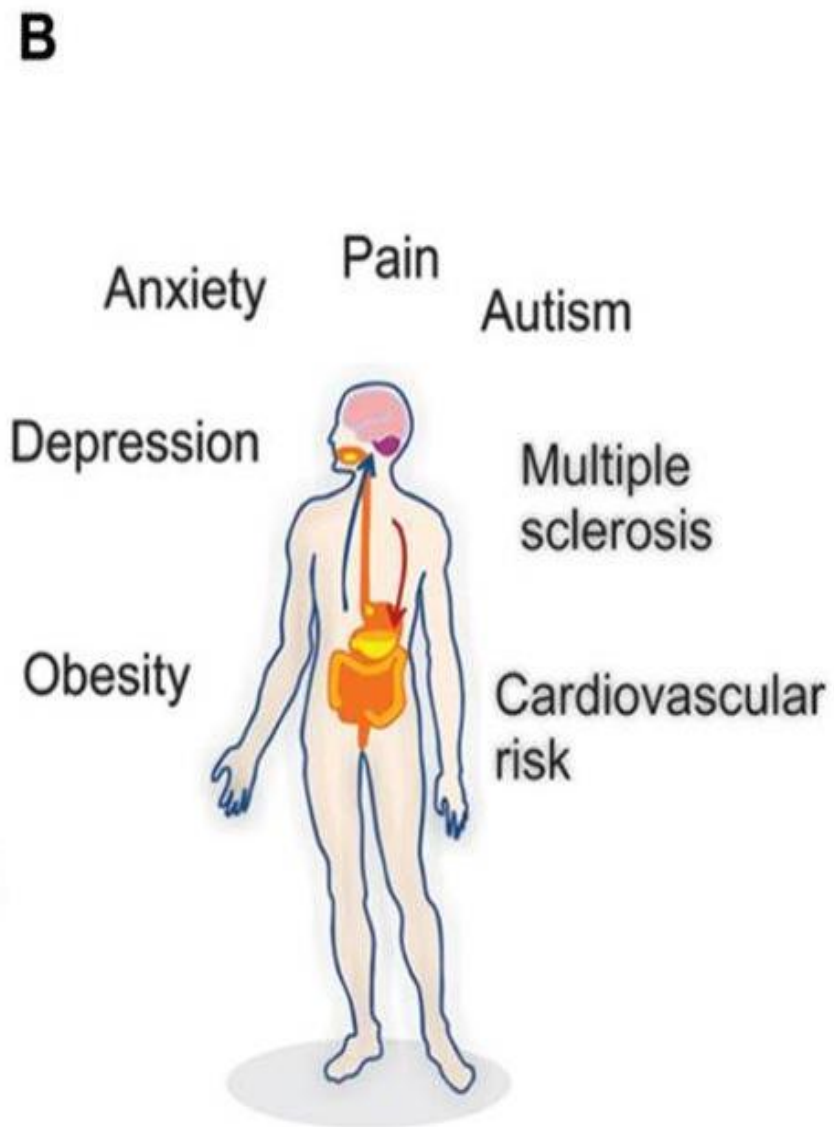
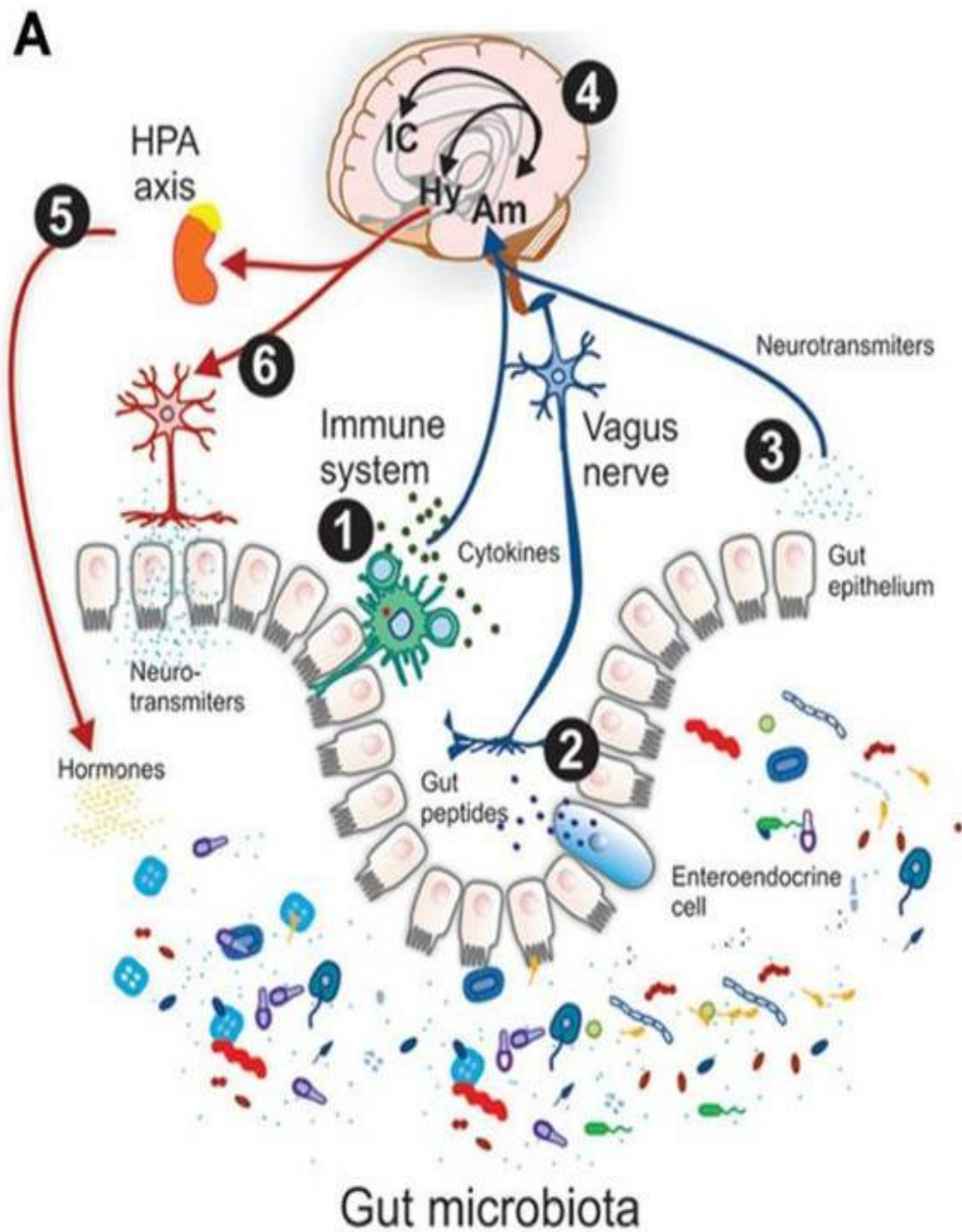
«Царство» кишечника

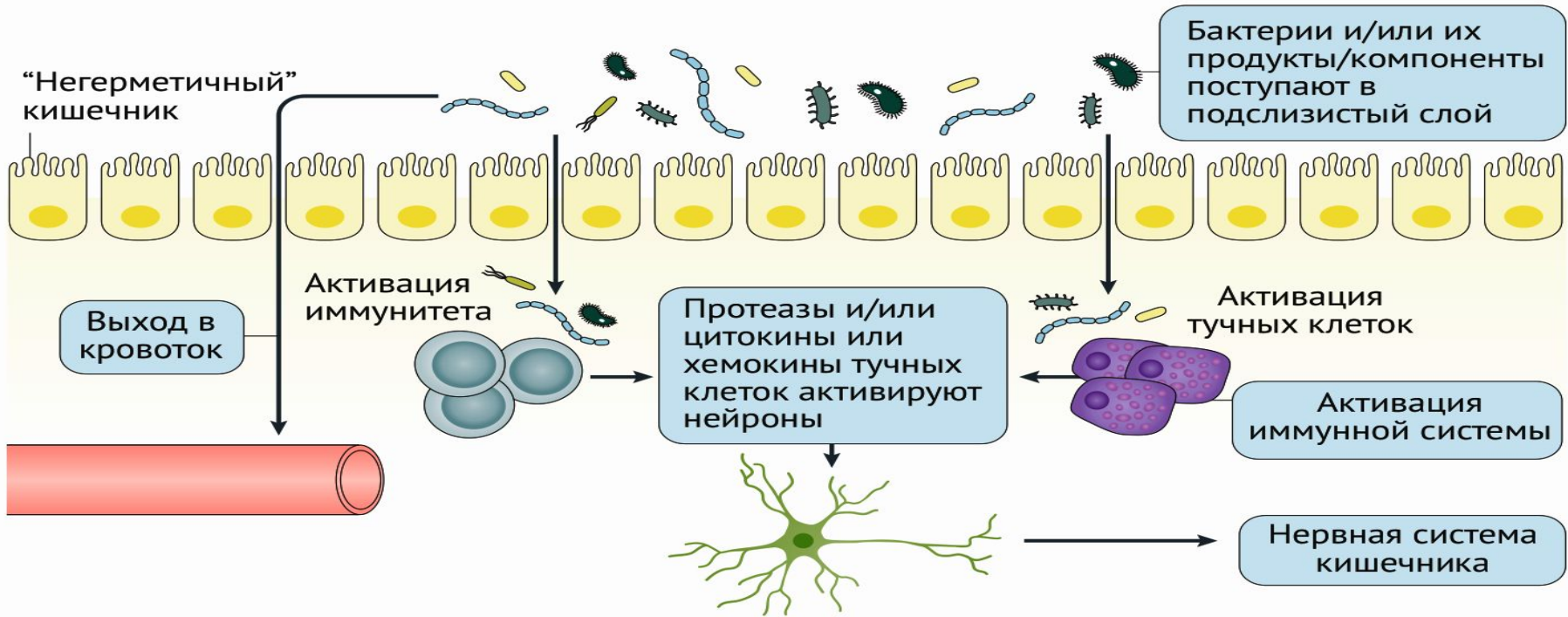
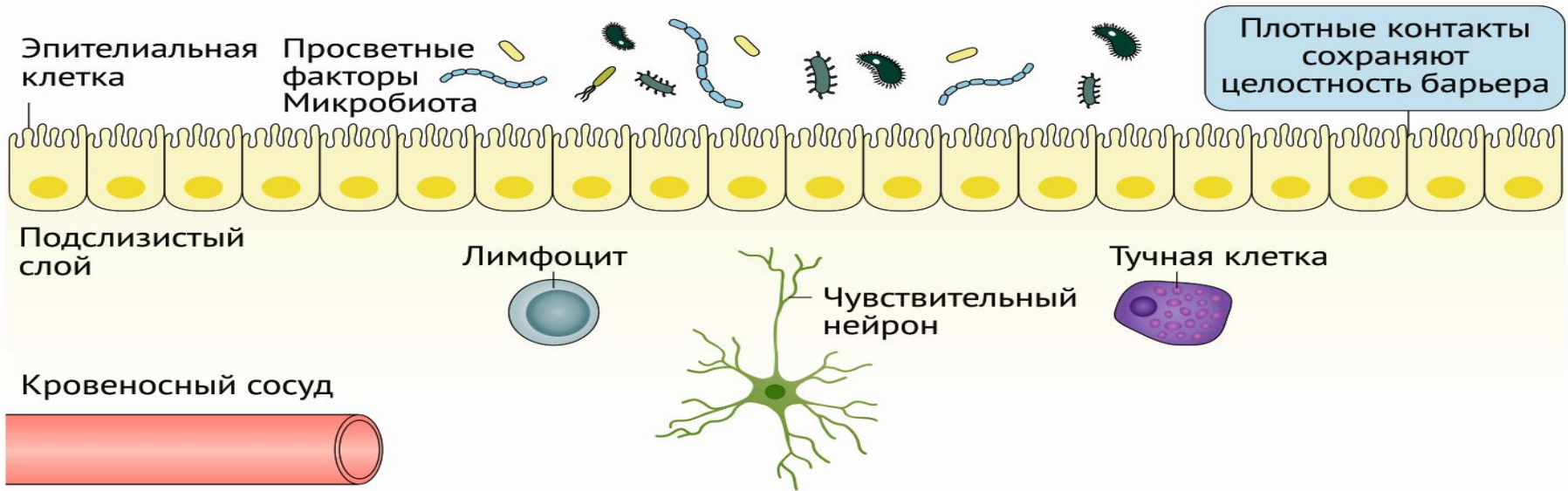
нашим вкусом управляют наши бактерии

в кишечнике

- В среднем, у человека около 1,5 – 3 килограммов бактерий в кишечнике
- Энтеральная нервная система располагается между пищеводом и кишечником и состоит из 500 млн нервных клеток
- Благодаря огромной поверхности является наибольшим сенсорным органом в теле
- Кишечник обладает автономностью, влияя на поведение человека



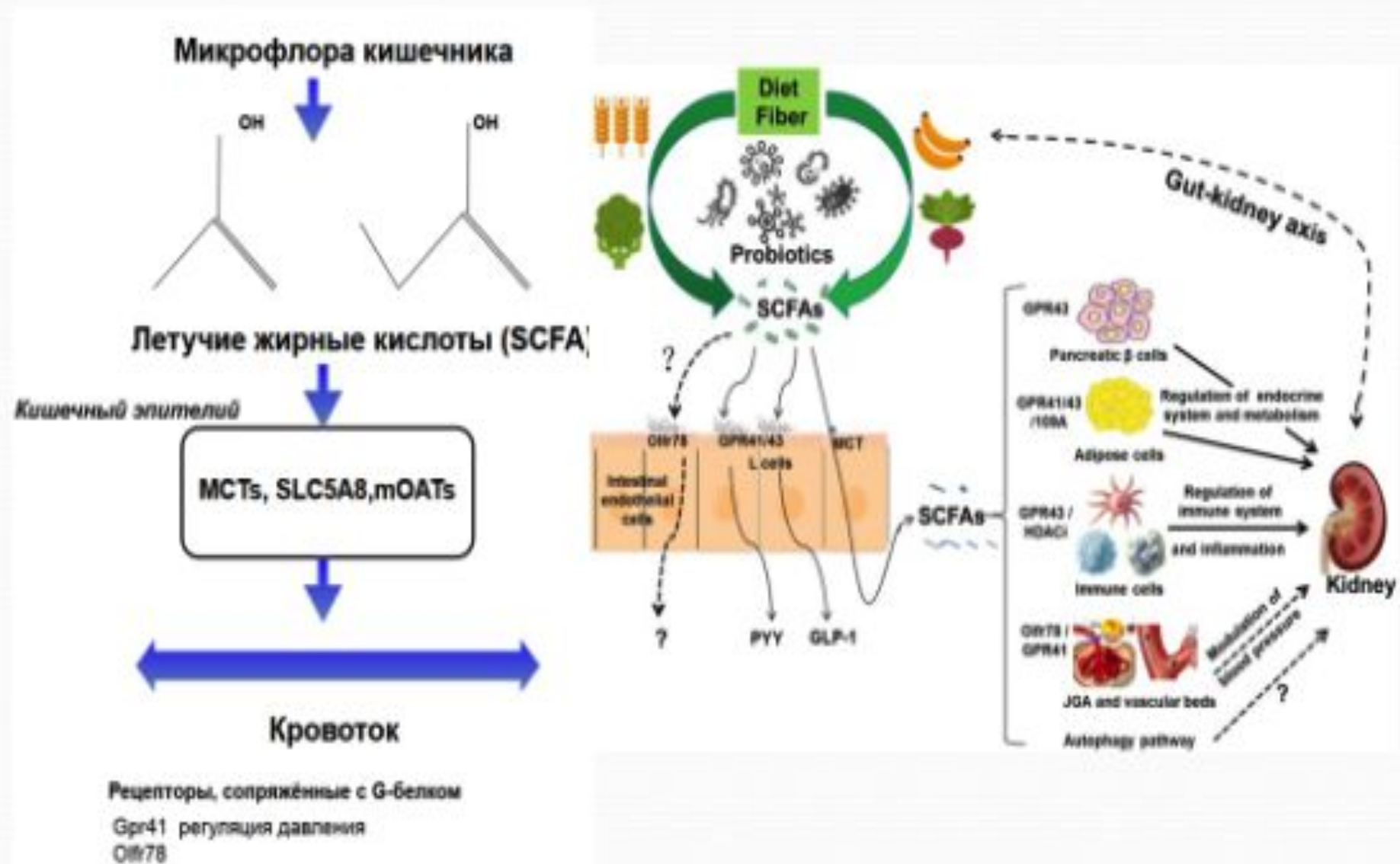




Микробиота человека



Регуляция АД посредством микробных метаболитов (SCFA)



физическая
активность



пересадка
кала



ограничение
калорий



пребиотики



ПОДХОДЫ К КОРРЕКЦИИ МИКРОФЛОРЫ

- На каждые 20 г клетчатки в день снижается риск рака молочной железы на 15%.
- На каждые 5 г растворимой клетчатки в день на 5% снижается риск ИМ, а на 15% риск ИМ.



Клетчатка для вашего организма:

Eda+

edaplus.info

В 100
граммах

Суточная норма: 25-35 грамм



- Чистит и стимулирует моторику ЖКТ
- Активизирует в кишечнике пищеварительные ферменты
- Поддерживает нормальную микрофлору в кишечнике
- Способствует размножению полезной микрофлоры
- Препятствует развитию вредных микроорганизмов
- Выводит из организма токсины и шлаки, уменьшает концентрацию вредных жиров



- **Нехватка клетчатки:**
 - переполнение организма шлаками и токсинами
 - неприятный запах тела
 - проблемы с сосудами
 - вялость работы ЖКТ
 - обострение сахарного диабета
 - лишний вес
- **Избыток клетчатки:**
 - метеоризм, вздутие живота и другие нарушения в работе кишечника (понос, запор)
 - тошнота, рвота
 - нарушение микрофлоры кишечника и моторики ЖКТ



Отруби ржаные

44 г



Какао порошок

35 г



Льняное семя

27 г



Грибы сухие

27 г



Шиповник

22 г



Инжир

18 г



Абрикосы

18 г



Рожь

16,4 г



Кунжут

9,1 г



Миндаль

15 г



Горошек зелен.

12 г



Пшеница

9,6 г

Рекомендации пациентам

- Большое разнообразие растительных продуктов, т. к. на каждом растении находятся разные микроорганизмы, и нам нужно разнообразие микробиома. Если будем есть одну квашенную капусту, то у нас будет только лактобактерии в к-ке. Не менее 30 г клетчатки в день, но больше лучше.
- Постепенное увеличение дозы резистентных крахмалов в пище. Чтобы успела перемениться микрофлора и уменьшился дискомфорт в ЖКТ при перемене диеты. Особенно первую неделю.

- Употреблять пищу с раст и нераст клетчаткой, резистентными сахарами - бананы не спелые. Спелые быстро поднимают сахара. Для микробиома они бесполезны.
- Не употреблять ал. Алкоголь убивает бактерии.
- Не спешить употреблять а-б. До 2 лет страдает микробиом после их употребления. Те, кто часто употребляет а-б , чаще болеет раком и аутоиммунными заболеваниями.
- Регулярно делать физические упражнения. Разводится один из видов бактерий при упражнениях

- Не курить
- Сон 7 часов. Недостаток сна вызывает ожирение и основная причина это усиление бактерий в ЖКТ, которые приводят к усилению аппетита и набору веса.
- Управлять стрессом. Стресс приводит к уменьшению полезных лактобактерий и увеличивает рост клостридий.
- Пробиотики гибнут в желудке. Важнее употреблять пребиотики – клетчатка, резистентные крахмалы, которые питают полезные бактерии. Бактерии в растениях не гибнут в желудке, т. к. глубоко заселяют растения