

Реакции к улучшению

После первых сеансов на турманиевой керамике может появиться дискомфорт. Но со временем вы привыкнете спать на твердой поверхности и справитесь с реакциями организма на выздоровление, если отнесетесь к ним с пониманием. Ведь переломных реакций не бывает только у совершенно здоровых людей. И появление их вызвано, в первую очередь, переходом хронической формы болезни в острую. Зато потом наступит выздоровление от этой болезни.

Переломные реакции при использовании турманиевого ковра связаны еще и с тем, что мощному очищающему воздействию подвергается все тело. И организм усиленно начинает избавляться от шлаков и вредных веществ.

Как себя вести при наступлении реакций к улучшению:

1. Не беспокойтесь, помните: это болезнь дала обратный ход.
2. Не прекращайте сеансы на турманиевом ковре, можно сделать температуру ниже.
3. Не забывайте пить чистую воду без газа (в среднем 2 литра), особенно перед завтраком и до еды в течение дня, чтобы помочь организму очиститься.
4. Выполняйте легкие физические упражнения.
5. Ешьте больше овощей и фруктов, ограничьте мучную, жирную и острую пищу.