

Реакции к улучшению

После первых сеансов применения турманиевой керамики 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 коврика связаны еще и с тем, что организм подвергается очищающему воздействию. Его начинают покидать шлаки, токсины и вредные вещества.

Как себя вести при наступлении реакций к улучшению:

- Не беспокойтесь, помните: это болезнь дала обратный ход.
- Лучше не прекращать применять турманиевый коврик, можно сделать температуру ниже.
- Не забывайте пить чистую воду без газа (в среднем 2 литра), особенно перед завтраком и до еды в течение дня, чтобы помочь организму очиститься.
- Выполняйте легкие физические упражнения.
- Ешьте больше овощей и фруктов, ограничьте мучную, жирную и острую пищу.