

## Реакции к улучшению

Исцеление с помощью Nuga Best – не может проходить без обострения. Тревожиться по этому поводу не следует, очень важно отнестись к реакциям к улучшению с пониманием, ведь они отчасти вызваны переходом хронической формы болезни в острую.

Реакций на выздоровление не бывает только у совершенно здоровых людей.

### Как себя вести:

- 1) Когда наступают реакции на выздоровление, не волнуйтесь. Помните: это болезнь дала обратный ход.
- 2) В период обострения вас выручит турманиевая керамика (принимайте процедуры на невысокой температуре).
- 3) Не забывайте пить чистую воду без газа (в сред-нем 2 литра), особенно перед завтраком и до еды, в течение дня, чтобы помочь организму очиститься.
- 4) Выполняйте легкие физические упражнения, направленные на растяжение позвоночника.
- 5) Ешьте больше овощей и фруктов, ограничьте мучную, жирную и острую пищу.