

Как поумнеть без особых усилий?

Способность мышления и понимания, основа сознательной, разумной жизни – так определяют слово ум словари. Эта способность у всех разная от рождения. Её можно развивать – этому посвящено много литературы. Можно и терять эту способность – от неупотребления. Состояние здоровья тоже влияет на её эффективность.

И особенно обидно терять потенциальные умственные возможности из-за региона проживания.

Речь идёт о йододефиците.

Для тех, кто живёт вдали от моря, велик риск развития йододефицитных заболеваний. Если в организм человека поступает менее 100 мкг йода в сутки, это чревато такими заболеваниями, как кретинизм, нарушение умственного и физического развития, нарушение познавательной функции, а также снижением репродуктивных возможностей.

Мы же, зачастую, не получаем даже той минимальной дозы, которая принята у нас за норму.

Правда, в последние годы эта проблема стала привлекать больше внимания. Однако способы, которыми предлагается преодолевать йододефицит, основаны либо на добавлении йодированной соли в пищу, либо на принятии таблеток, которые сейчас активно рекламируются. То есть в обоих случаях йод попадает в организм через желудок.

Но такой путь – малоэффективен, поскольку при этом усваивается не больше 5-10% принимаемого йода. И значит, для усвоения нужного количества придётся глотать таблетки или есть содержащую йод пищу непрерывно – как корова траву. К тому же, таблетки могут вызвать пищевую аллергию, а наши пищевые пристрастия – противиться предлагаемой пище. Кроме того, крахмальная, солёная и острая пища препятствуют усвоению таблеток с йодом, йодированная соль – разлагается при хранении и нагреве, поэтому её можно применять только для подсаливания уже приготовленной пищи, а морепродукты нельзя ею солить, поскольку атомы йода вытесняются более активными

атомами хлора.

Повезло приморским жителям. Потребление йода в аэрозольной форме при дыхании имеет ряд преимуществ по сравнению с обычно используемым способом его поступления через желудок. Развитая площадь поверхности гигроскопичных дисперсных частиц и значительно большая их усвояемость, абсолютная безвредность и непрерывное во времени поступление йода в организм малыми дозами ~5-20 мкг/час, как это происходит в природе на морском побережье – главные из них. При этом поступление йода в организм не зависит от желания человека и его пищевых пристрастий. Так, население Англии, скандинавских стран, прибрежной Америки получает в сутки около 700 мкг, а Японии – страны, где техногенная цивилизация развивается наиболее успешно, а люди живут особенно долго – до 1000 мкг.

Теперь же морской воздух можно получить в квартирах, детских садах, школах и любых других помещениях!

Недавно российские учёные, которые уже изобрели очистители воздуха, основанные на методах, применяемых живой природой, и о которых я писал здесь ранее, изобрели и запатентовали генератор морского воздуха. До сих пор так могла действовать только сама природа.

Этот генератор субмикронных аэрозолей йода возгоняет соли йодида калия или натрия. Субмикронный аэрозоль устойчив в атмосферном воздухе, перемешивается и переносится его конвективными потоками в помещения и практически не выпадает на пол и стены. Это обеспечивает его оптимальную стационарную концентрацию в условиях переменного воздухообмена и позволяет создавать в жилых и общественных помещениях аэрозоль с концентрацией йода, близкой к его концентрации в морском воздухе (~50 мкг/куб. м). В результате можно обеспечить суточную норму потребления йода согласно медицинским нормам Российской Федерации (от 50 до 150 мкг/сутки в зависимости от возраста человека), а значит, возможно решение остро стоящей проблемы дефицита.

Итак, чтобы стать умнее, достаточно только включить в комнате этот прибор.

Как поумнеть без особых усилий

Автор: admin
29.12.2013 15:28 -

Здоровья вам!

Автор - **Валерий Яковлев**

[Источник](#)