

# Хотите узнать про свои болезни? Посмотрите на руки

А вы знаете, что по рукам человека можно узнать очень многое? Например, состояние здоровья. Я люблю рассматривать руки. И не только свои, но и чужие. После моей статьи, надеюсь, и вы узнаете кое-что о себе.

Нет, сегодня разговор пойдет не о хиромантии. Совсем о другом. Хотя хиромантия – вещь интересная, но слишком сложная. Ее изучать нужно. За просто так по линиям судьбу не расскажешь. А то, о чем я расскажу, не требует никакого обучения и будет под силу любому из вас. Достаточно только внимательно рассмотреть руки и сделать выводы.

Начнем с температуры ваших рук. Если ваши руки всегда холодные, то это признак недостатка в организме никотиновой кислоты. Для ее повышения принимайте в пищу больше молочных продуктов, рыбы, грибов, капусты, гречки. Холодные руки говорят и о нарушении кровообращения.

Если кисти рук, наоборот, слишком горячие, то у вас, скорее всего, проблемы с печенью. Она не справляется с интоксикацией, идет отравление организма.

Сейчас рассмотрим ладони. Красные ладони тоже указывают на неполадки с печенью. А желтоватый оттенок предупреждает о поражении желчного пузыря.

Если ладони шелушатся, то в организме не хватает витаминов А и D. Но это может и указывать на наличие грибка. Самое время обратиться к дерматологу.

На проблемы с эндокринной системой указывают влажные ладони, а также ощущение бегающих по ладоням «мурашек».

Темные пятна на тыльной стороне кисти говорят, что у вас проблемы с желчным

пузырем. К тому же, появление темных пятен – признак старения организма.

Состояние ваших пальчиков тоже может рассказать о происходящем в организме. Если у вас немеют мизинцы, то у вас проблемы с сердечно-сосудистой системой. Если большие – неполадки с дыхательной.

На сахарный диабет могут указывать глубокие складки, появившиеся на кончиках пальцев. Если они, кончики пальцев, приобрели пурпурный оттенок, то у вас что-то не то с пищеварительной системой, а при темно-красном их цвете обратите внимание на почки и печень.

Многое о здоровье может рассказать состояние суставов пальцев. Если суставы плохо сгибаются, то возможны неполадки в работе желчного пузыря и печени. На эти же проблемы указывают и, наоборот, слишком гибкие суставы.

Если организм испытывает недостаток кальция, то ваши суставы будут при работе издавать хруст.

Деформация суставов свидетельствует о начинающемся артрите или артрозе. А если суставы еще к тому же начали опухать, отекать и на них появилась краснота, срочно направляйтесь к врачу – болезнь уже набирает силу.

Ну что рассмотрели свои руки? Ничего не обнаружили? Так это же отлично. Значит, вы здоровы, и беспокоиться нечего.

Но если вас что-то насторожило, возьмите на заметку и обратитесь к врачу. Только он может поставить окончательный диагноз и назначить лечение. Сами же ни в коем случае, даже при подозрении на болезнь, не занимайтесь самолечением. Помните, что это очень опасно.

## Хотите узнать про свои болезни

Автор: admin

07.10.2013 17:51 -

---

Да вы это и без меня отлично знаете.

Автор - **Светлана Губанова**

[Источник](#)