

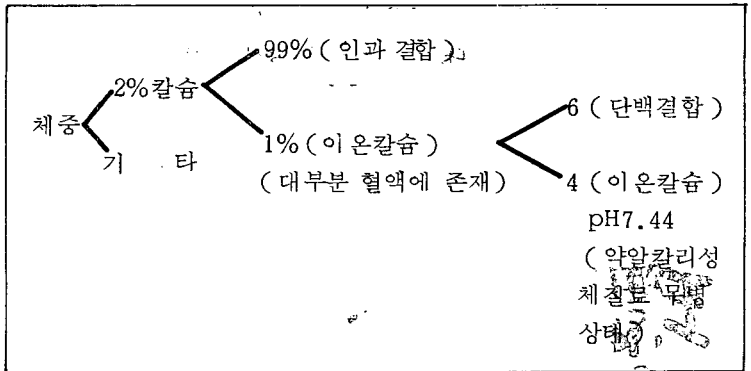
산성체질이란?

체중의 약 60~70%를 점하고 있는 체액은 정상적인 경우 (pH 7.44 (산알칼리도; 7이면 중성, 7이상이면 알칼리성, 7이하이면 산성) 정도의 약알칼리성을 유지하도록 이중삼중으로 조절되고 있다. 인체를 구성하는 미네랄(무기질) 중에서 전체량의 2%를 칼슘이온이 차지하는데 이 칼슘의 양에 의하여 산성체질이 되기도 하고, 약알칼리성체질이 되기도 한다. 즉,

칼슘이온이 혈액의 4%에 이를 때 혈액의 액성(pH)은 7.44가 되는 것이고 이 상태를 약알칼리성체질이라고 하여 무병상태(無病狀態)인 가장 건강한 이상체질이다. 약알칼리성체질은 혈액순환이 좋고 호르몬이나 효소의 움직임이 활발하여 질병에 대한 저항력이나 회복력이 뛰어나며, 두뇌는 명석해지고 직감력이나 통찰력이 뛰어나, 사리판단에 정확성을 띠을인다.

그러나 혈액의 칼슘이온이 감소하게 되면 혈액의 액성(pH)이 7.36이하로 떨어지게 되어 많은 양의 산소공급을 요구하므로 혈액이 산독화되어 피로를 쉽게 느끼며 잠가에 잘 걸리는 산성체질로 줄달음치게 되는 것이다.

이러한 산성체질을 예방, 개선하기 위해서는 우선 식생활을 균형있게 개선하는 것이 중요하다.



산성체질시 나타나는 증상들

인간이 건강을 유지하기 위해서 산성체질을 약 알칼리성체질로 개선하여 유지하는 것이 중요하다.

왜냐하면 각종 성인병과 여러 잡다한 만성질환들이 산성체질의 사람에게서 많이 유발되기 때문이다. 그러한 산성체질은 어

면 것인지 쉽게 남녀별 몇가지 상태를 실례를 들어 설명하면 다음과 같다.

1. 남성의 경우

(1) 살이 찌지 않고 쭉야매시꺼리며, 신경을 좀 쓰거나 술을 조금만 마셔도 설사를 하는 사람.

(2) 잠이 잘 오지 않으며, 잠

잘 때 꿈이 많거나, 잘 놀래고 혀에 백태가 자주 끼는 사람.

(3) 조금만 활동을 해도 쉬 피로를 느끼며 추위를 많이 느끼는 사람.

(4) 눈이 충혈되고 피로하며, 눈에 티가 들어간 것처럼 눈뜨기가 어려운 사람

(5) 배가 나오고 화를 잘 내거나, 특히 기억력이 급히 감퇴되는 사람.



(6) 신경을 조금만 써도 두통이 오며, 머리가 무겁고, 빈혈이나 현기증 같은 증세가 있으며, 가끔 귀가 멍할 때가 있는 사람.

(7) 자주 온 몸이 아프다는 사람, 특히 두통, 신경통, 요통, 관절통, 류마티즘, 어깨 결림 증상을 호소하거나 여러 부정수

소(不定愁訴)등을 잘 호소하는 사람.

(8) 폐결핵 같은 만성질환을 앓고 있거나 앓은 병력이 있으며 끈기가 부족하고 쉽게 권태와 피로감을 느끼며 매사에 의욕이 없는 사람.

(9) 당뇨병, 고혈압, 동맥경화증, 간장병, 비만증 소위 성인병이 다른 중년기 이후의 사람 들보다 훨씬 이른 나이에 갖게 된 사람.

(10) 사타구니가 축축하고 냄새가 많이 나며 조루증이 있거나 새벽에 생리현상이 일어나지 않아서 부부생활에 지장을 느끼는 사람

2. 여성의 경우

(1) 신경을 조금만 써도 얼굴이 화끈거리고 눈이 침침하며 눈물이 잘 나오는 사람.

(2) 기미가 생기고 살결이 거칠 거칠하며 탄력성이 적고 화장이 잘 받지 않는 사람.

(3) 가슴이 두근거리고 숨이 잘 차며 차멀미를 하고 구토가 종종 있는 사람.

(4) 눈, 얼굴, 손, 발이 자주 부우며 기동을 하면 부종이 빠

지는 사람.

(5) 생리 때 생리통이 심하며 빛깔이 검고 탁하며 엉키거나 생리의 양이 고르지 못한 사람.

(6) 월경주기가 자주 변하고 때때로 아랫배가 차갑고 아프며 생리 때가 아닐 때도 생리가 비치는 사람.



(7) 남성의 경우에서 말한 여러 증세를 느끼는 사람 등등.

(8) 임신 중에 피부가 거칠며 기미가 매우 많이 생기고 입덧이 유달리 심한 사람.

(9) 출산 후 손발이나 몸이 많이 부으며 잇몸이 들뜨는 사람.

(10) 배란이 잘 안되거나 임신이 불가능하고 유산이 잘 되는 사람. *

새기술 새상품

일산화탄소검지경보기

「미니檢CO×C-341」은 대형 LCD표시로 농도를 쉽게 판독할 수 있으며 약 230종의 소형이조 조작도 한손으로 가능한 일산화탄소 경보기다.

미리 설정된 위험농도가 되면

램프와 버저로 알리고 저농도의 경우는 50ppm에서 긴 단속경보, 고농도의 경우는 150ppm에서 짧은 단속경보를 내는 2단 경보방식을 취하고 있다. 단 3형 건전지 2개로 연

속 200시간 이상 사용할 수 있고 운영비가 적게 든다. 사용 중에도 전지전압의 저하를 알린다. 또한 방해 가스의 영향도 적다.

제작사: 日本 大阪市 淀川區津屋中2-5-4 〒532
新コスモス電機(株)