



大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

六個會導致健康災難的肝臟求救訊號

(本文曾刊載於二零零八年二月十八日大公報 A25 版)

肝臟功能不好，會觸發一連串危險的健康問題。它可以導致高血壓、不穩定的血糖水平、膽囊問題、頭痛、潮熱、過度出汗以及體味等的根本原因。

讓我們一起來瞭解肝臟功能如何影響健康。

訊號一：你的肝臟負責激素代謝。舉例來說，其中一種腎上腺激素叫醛固酮(aldosterone)。過多的醛固酮會使你的身體的鈉和鉀處於較低水平。這種電解液的不平衡會使你的血壓升高。更重要的是，你的肝臟還控制你的血脂水平。

血脂太多會使你的血液有黏性，並且難以從血管中流過。這也可能造成你的血壓升高！

訊號二：如果你正遭受炎症、肌肉與關節酸痛、以及慢性疲勞的折磨，你的肝臟很可能拼命想告訴你：“我需要休息！”

負荷過重的肝臟受到從食物、環境污染物中的人造化學物質、以及藥品和藥物中含有的毒素等的影響（這些化學物質很容易堵塞你的肝臟）。當這種情況出現時，這些毒素很容易從肝臟裏的防護濾層逃脫而進入你的血液循環。最終這些毒素會被吸收並納入你肌肉、器官，關節和組織的細胞中。

你的免疫系統不再能辨認出這些“化學化”的細胞是你自己身體的一部分。而是把他們當作必須摧毀的外來侵略者！於是你的身體？生抗體來攻擊屬於你自己的細胞！

訊號三：當你的血糖水平脫離了正常水平，你就會感到疲勞、暈眩以及對糖無法控制的心理渴求。難怪許多血糖水平過低的人往往有體重問題，以及患有慢性念珠菌感染！

當血糖水平下降時，一個健康的肝臟會迅速釋放所儲存的肝糖進入血液。但當你的肝臟疲勞時，血糖水平紊亂——這會導致你容易患有嚴重的血糖問題。

訊號四：當你吃油膩食物時，你的肝臟會在膽汁幫助下，乳化或分解脂肪。膽汁則儲存在膽囊中。這一過程會提高膽汁中膽固醇的含量。一個疲勞的肝臟無法製造足夠的膽鹽去促進膽固醇的溶解。

結果如何？

膽固醇會結晶，並變成細小的“石頭”。這些石頭會堆積並儲存在你的膽囊中，它們被稱為膽結石。膽結石可以令人非常痛苦，甚至導致嚴重的膽囊問題！

訊號五：疲勞的肝臟，會使毒素滲漏到你的大腦並引發頭痛。服用止痛藥不是最好的解

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、浣腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

決方法——實際上，止痛藥會進一步給你的肝臟增加壓力！清理你肝臟的防護濾層有助於解決各種頭痛問題。

訊號六：如果你經常感到過熱，問題可能不是因潮熱或天氣原因引起。有可能是你的肝臟需要排毒，這些毒素會對你身體的內部恆溫器造成極大的破壞。

當你的肝臟已經不能清洗你的血液，所有你攝取和吸收的毒素都未經任何檢查而進入你的血液，然後毒害你的肺、皮膚、腎臟、生殖器官、骨頭以及你身體的每一個細胞！

袁大明自然療法醫生

大康自然健康中心

www.naturalhealing.com.hk

optimum@netvigator.com

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、浣腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.