



ฟื้นฟู สุขภาพ



ด้วย



การล้างพิษ



ตับ



10043561

ห้องสมุด วพบ. สุรินทร์

ธรรมชาติบำบัด เพื่อการดูแล 'ตับ'
ด้วยวิธีสำคัญภายในช่องร่างกาย
สุขภาพดี แข็งแรง ปราศจากโรคร้าย

ณรงค์ มูลคำ



สารบัญ

บทที่ 1	ภาพล้าไล้ที่นำกลั้กับการต้มน้ำต่าง	8
บทที่ 2	ระบบทางเดินอาหารกับการทำงานของลำไส้ใหญ่	18
บทที่ 3	หน้าที่ของตับ	24
บทที่ 4	การสร้างพิษตับ	28
บทที่ 5	หลักสูตรสร้างพิษตับ 3 วัน	32
บทที่ 6	วิธีสวนล้างลำไส้	44
บทที่ 7	มารู้จักลิดท็อกซ์และไซเลียมฮัสก์	50
บทที่ 8	ความสำคัญของน้ำต่าง	56
บทที่ 9	เรียนรู้ความเป็นกรด-ต่างในร่างกาย	62
บทที่ 10	ต้มน้ำสมุนไพร	66
บทที่ 11	อมน้ำมันมะพร้าว แช่เท้า และพอกหน้าด้วยสมุนไพร	72
บทที่ 12	เรียนรู้การสร้างสุขภาพทางเลือก “กัวซา”	86

บทที่ 13	การดูแลสุขภาพ-บริโภคอาหารตามธาตุ เจ้าเรือนและกรุปเลือด	90
บทที่ 14	รักษาสุขภาพสมดุลกับนาฬิกาชีวิต	102
บทที่ 15	วิธีดื่มน้ำดีเกลือ-น้ำมันมะกอกผสมน้ำมันงา	108
บทที่ 16	พิษที่ออกจากตับ ตับอ่อน และถุงน้ำดี	112
บทที่ 17	บรรยากาศสำคัญ “ดื่มน้ำมันมะกอกผสมน้ำมันงา”	116
บทที่ 18	ผลการตรวจวิเคราะห์พิษที่ออกจากตับและถุงน้ำดีของผม	120
ภาคผนวก		129
1)	รักษาสุขภาพด้วยหลักพื้นฐานการแพทย์จีนแผนโบราณ	130
2)	ผัก อาหาร-ยาปรับธาตุรักษาสมดุล	165
3)	มุมมองสุขภาพในทรวงคณะนักธรรมชาติบำบัด ดร.เจคอบ วาทักกัน เซวี	188
4)	ดื่มน้ำอย่างไร ร่างกายได้ประโยชน์สูงสุด	196