

Дмитрий Сабинин

ЗАБЫТЬ СТОМАТОЛОГОВ

Диеты
Симперцептинг



Дмитрий Сабинин

**Забыть стоматологов.
Диеты. Симперцептинг**

«ЛитРес: Самиздат»

2017

Сабинин Д.

Забыть стоматологов. Диеты. Симперцептинг / Д. Сабинин —
«ЛитРес: Самиздат», 2017

В книге дана информация, достаточная для планирования действий по сохранению, с минимальными затратами, здоровья зубов и десен. Приведены реальные примеры восстановления каверн и регенерации зубов полностью. Рассмотрено применение термина симперцептинг - расширенного понятия визуализации. Описаны меню питания. Как будничного, так и усиленного в периоды регенерации зубов. Описаны функции важнейших компонентов сохранения здоровья системы пищеварения и всего организма - слюны (слюны) и муцинов.

Дмитрий Сабинин

Забыть стоматологов

Диеты. ©Симперцептинг

Введение

Цель этой книги-дать информацию, которая позволит исключить визиты к стоматологам, или, во всяком случае, минимизировать их число, сохранив при этом, разумеется, здоровые зубы.

Основная мысль книги-все проблемы с зубами можно решить самостоятельно, если быть внимательным, не запускать проблему и не лениться.

Состояние зубов-это интегральный показатель состояния здоровья организма

С древнейших времен, при покупке рабов, крепостных и лошадей покупатель осматривал зубы (исключение для дареного коня) и этого было достаточно, чтобы понять стоит ли вкладывать деньги в эту покупку

Здоровые зубы – это не только красивая улыбка

Это, также, красивая кожа, красивые волосы, красивые ногти, хорошее пищеварение, сильный иммунитет

Нездоровье зубов, их утрата или изменение прикуса, вследствие их износа или механического повреждения, может проявлять себя даже болями в позвоночнике, суставах, в стопе, головной болью.

Это помимо собственно боли в зубах и помимо воспаления десен.

Причин возникновения проблем с зубами великое множество.

Слишком абразивная пища, плохая вода, слишком горячая или слишком холодная пища, а особенно их резкое чередование, слишком много углеводов.

Недостаток в пище минералов, снижение иммунитета вследствие простуды либо, даже, инфекции, занесенной в рану на пальце, все это сказывается на состоянии зубов и десен. И, конечно же, существенную роль играет питание, о котором мы также расскажем

А такая причина разрушения зубов как деминерализация имеет многофакторный характер. Это и недостаток минералов в пище, и сбои в работе эндокринной системы, которые очень часто имеют психосоматическую природу.

Иными словами: количество причин бесчисленно и за всеми не уследить, Если не превращать эту проблему в манию.

Поэтому, далее, в последующих разделах, мы будем говорить о наиболее простых и дешевых средствах и методах нейтрализации этих причин. В книге мы не будем говорить о походах к врачам, использовании таблеток. Постараемся дать информацию о возможностях сохранения здоровья зубов и восстановления зубов, максимально приближенных к натуральным.

Подход к сохранению здоровых зубов, или даже, скажем просто, сохранению зубов, может быть различным, поэтому в книге содержится информация, иногда значительно отличающаяся от той, которая подается ортодоксальными стоматологами. Информация и для тех, кто мыслит стратегически и готов прилагать усилия, выполняя ежедневные процедуры и соблюдая определенные правила питания и гигиены, и для тех кто уже страдает от зубной боли, поскольку не выполнял подобных процедур и не придерживался никаких правил в питании.

Многие полагаются на развитие стоматологии, считая, что всегда смогут в будущем купить новый зуб и, поэтому, не особо ценят в настоящем зубы данные природой. Безусловно, прогресс в биологии и технологиях материалов стремителен. И, хотя, появляются новые биосовместимые материалы для пломбирования, развиваются технологии протезирования зубов, но очень нескоро появится имплант, который будет лучше родного зуба.

Кроме того, следует иметь здоровый скепсис в отношении рекламируемых стоматологами и производителями средств ухода за полостью рта. Использование зубных паст, скажем, не столь полезно, как «рекомендуют стоматологи». Зубные пасты с высоким содержанием фтора, к примеру, провоцируют такую болезнь зубов как флюороз.

Фторид – это ион фтора. Несмотря на то, что фторид – природное вещество, он является токсином для человека большим чем свинец. Зубная паста со фтором содержит гораздо более высокую концентрацию фторида по сравнению с содержанием фторида в природе.

Во многих странах, по этой причине, запрещено фторирование воды. Страны, которые остановили, отклонили или запретили фторирование воды: Австрия, Бельгия, Китай, Чехия, Дания, Финляндия, Франция, Германия, Венгрия, Индия, Израиль, Япония, Люксембург, Голландия, Сев. Ирландия, Норвегия, Шотландия, Швеция, Швейцария.

Лаурилсульфат натрия (SLS) и лауретсульфат натрия (SLES) используются в зубной пасте как пенообразователи. Они могут повредить мембраны эпителия слизистой оболочки. Они разрушают клеточный белок, в результате чего мембраны начинают пропускать токсины.

При повсеместном использовании всей массой человечества мощно рекламируемых зубных паст и зубных щеток, количество случаев появления кариеса не уменьшается, а сам кариес молодеет, поражая зубы детей уже в раннем возрасте. Это означает, что данная реклама преследует вовсе не цели сохранения здоровья зубов.

Рекомендации стоматологов посещать их каждые полгода приносят пользу, в основном, стоматологам, тем более учитывая манеру некоторых из них расковыривать то, что вполне может самовосстановиться.

Решая проблему с каким-то конкретным зубом, стоматологи очень часто нарушают целостность эмали соседних зубов. То есть сами закладывают фундамент разрушения следующих зубов. Доводилось читать гордую рекламу одной клиники передового метода протезирования, при котором не надо обтачивать соседние зубы. Это значит, все остальные методы протезирования такого обтачивания требуют.

Итак, далее в книге:

- Строение и функции зубов
- болезни зубов и десен
- Эмаль зуба
- Роль слюны
- Лечение и профилактика болезней зубов и десен домашними средствами
- Техники восстановления зубов и десен, включая и полную регенерацию зуба
- Регенерация зубов взамен удаленных. Комплексный подход.
- Симперцептинг

Строение и функции зубов

Широчайшее расселение по планете биологического вида человек в значительной степени определяется, кроме всего прочего, всеядностью этого вида. Человек способен питаться, как растительной, так и мясной пищей, чему в значительной степени способствует строение зубов.

Зубы, являются инструментом первичной подготовки пищи к перевариванию и, в зависимости от того какую пищу надо подготовить, имеют различное строение.

У травоядных зубы приспособлены к перетиранию.

У хищников зубы приспособлены к захвату, удержанию и разрыванию добычи на куски.

Набор зубов человека многофункционален.

У взрослого человека во рту находится 32 зуба. Все зубы делятся на 4 группы, каждая из которых имеет свое название.



Строение, форма и расположение зубов зависит от их функции

1.Резцы– передние зубы, предназначены для захвата и откусывания пищи. Имеют острый режущий край. Всего резцов восемь. Четыре зуба на верхней челюсти и четыре зуба на нижней. По нумерации принятой у стоматологов, это 11,12,21,22,31,32,41 и 42 зубы

2.Далее идут клыки. Предназначены для захвата, разрывания, удержания пищи. Клыки имеют конусообразную форму. Во рту человека четыре клыка, по два на каждой челюсти. Номера этих зубов 13,23,33,43.

3.Следующие зубы– премоляры, малые коренные зубы. Функция премоляров– отрывание и предварительное перемалывание пищи. Их рабочие поверхности уже имеют больший размер а форма края позволяет откусывать кусочки пищи. Их номера 14,15,24,25,34,35,44,45. Всего их восемь. По четыре на верхней и нижней челюсти.

4. Моляры большие коренные зубы. Основная их функция– перетирание пищи. Это крупные зубы с большой рабочей поверхностью, имеющей впадины фиссуры, для тщательного перетирания пищи. Во рту взрослого человека в норме двенадцать моляров. Их номера 16,17,18,26,27,28,36,37,38,46,47,48

*Первый зуб у детей прорезается в возрасте около 6 месяцев

* К трем годам формируются все молочные зубы

* к 6-7 годам молочные зубы начинают выпадать и появляется несколько постоянных зубов.

* К 13-14 годам у человека должно быть уже 28 постоянных зубов.

Это зубы второй закладки. О возможности появления зубов третьей закладки будет сказано дальше.

* К 25 годам вырастают последние моляры 17,18,27,28,37,38,47,48

Это, так называемые, «зубы мудрости»

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.