

オシッコに敬礼、ウソに感謝

食べ物は、体の中を旅しながら体の信号を満載し
た、オシッコやウソとなって健康についての大切な
情報を知らせてくれます。今日も出てきてくれた、
あなたのオシッコやウソに感謝しながら、あなたの
健康をオシッコやウソでいっしょに守りましょう。

オシッコ(小便)の小さな便り

- 白く濁るのは、腎臓系の信号。
- 赤いのは、尿道や膀胱、腎臓系の信号。
- 黄色いのは、胆のうや肝臓系の信号。
- 無色透明は、健康体の信号。

ウンコ(大便)の大きな便り

●水に浮くのは、スタミナ不足。

●悪臭を放つのは、肉食、過食、胃腸障害等の疑い。

●生臭くて黒いのは、出血の疑い。

●臭いが無いのも異常。

●黄色く半練状は、油分のとりすぎ。

●灰白色でバナナ状は黄疸です。病院へ。

●白いは、肝臓、すい臓、胆のう系で、危険です。

●黒い泥状は、ガンの疑い。

●短期的下痢は、飲みすぎ、食へ過ぎ腹痛冷えなど。

●慢性下痢は、あらゆる病気の原因が考えられます。

●下痢と便秘が交互にあるのは、腸内の結核やガンの疑いも。

●細かつたり、ウサギ糞状も同様です。

●水不足、運動不足、繊維不足でも便秘は起こります。

●黄褐色で太く、ソーゼー状に連なっているのは、健康の

証明。ウンコ勢も上向きです。

●あなたのウンコ命に幸あらんことを。