

## ПЬЁМ БЕЛОРУССКОЕ?!

Невозможно представить устойчивое развитие общества без здоровья главной его ячейки – человека. Образование в интересах устойчивого развития позволяет обществу обеспечивать физическое существование людей, решать социально-экономические задачи. Известна тесная связь между продолжительностью жизни и питанием долгожителей. В пользу более продолжительной жизни человека говорит статистика о питании местными продуктами. Долгожители, как правило, не покидают район проживания и потребляют продукты, а главное, используют воду из своего региона.

Большинство продуктов питания в организм человека попадают через растворы. Основным растворителем в природе является вода. Общеизвестная формула воды  $H_2O$  является теоретической субстанцией. В природной воде содержатся молекулы с тяжёлым водородом – дейтерием и молекулы воды со сверхтяжёлым водородом – тритием. Существенно на свойства растворителей влияет их структура. На практике водные растворы состоят из молекул воды, объединённых в кластеры. В кластеры может входить до десяти молекул. Они образуют между собой достаточно сложные связи влияющие на свойства растворителей. В литературе отмечается польза талой воды, которая по сути является раствором неразрушенных кластеров, образовавшихся из снежинок.

Вероятно, не найдётся в нашей стране человека, который хотя бы раз в жизни не пробовал берёзовый сок! Сок – это раствор, состоящий из кластеров воды с минимальным содержанием  $D_2O$  и  $T_2O$ . В растворе сока содержится до 4% сахара, много витаминов, органических веществ, включая эфирные масла, сапонины. Сок так же богат солями кальция, калия, железа, алюминия, содержит фитонциды. Свежий сок уникален из-за различных условий произрастания берёз. Для каждого человека полезнее «родной», то есть полученный из региона его проживания. Согласно литературным источникам, берёзовый сок в организме выполняет следующие функции: улучшает состояние организма при заболеваниях печени, радикулите, ревматизме, артрите, бронхите, туберкулёзе; оказывает противоопухолевое действие; повышает иммунитет; способствует очищению и регенерации крови; улучшает обмен веществ; выводит шлаки из организма; очищает почки от песка, растворяет камни, состоящие из фосфатов и карбонатов; обладает мочегонным действием; улучшает работу желудочно-кишечного тракта; помогает при экземах и долго незаживающих ранах; укрепляет волосы.

В слове «берёза» есть совпадение начальных букв с названием нашей страны. И хочется верить, что этимологическая взаимосвязь подсказывает, как природа может сделать более устойчивыми к неблагоприятным факторам здоровье жителей Республики Беларусь. Пьём белорусское!

*Krasovsky V. I.*

### DRINK BYELORUSSIAN?

The article tells about the influence of birch sap as a solution to human health.